

Dem Himmel entgegen

Leichtathletik Lisa Sirch aus Honsolgen ist bayerische Hochsprung- und Dreisprungmeisterin

VON MARKUS FROBENIUS

Honsolgen Voriges Jahr gelang Lisa Sirch der große Sprung: Die 15-Jährige schaffte 1,65 Meter im Hochsprung im Freien. Vor 40 Jahren hätte das noch zum deutschen Meistertitel gereicht, 2016 wurde sie mit der Höhe immerhin noch bayerische Vizemeisterin. Zugleich holte sich die Honsolgenerin den Titel im Dreisprung mit 10,50 Meter. Die Belohnung für ihre Flugkünste war die Berufung in den Sprungkader des Freistaates. „Lisa ist ein außergewöhnliches Sprungtalent“, lobt deshalb ihr Trainer beim VfL Buchloe, Gerd Seitz.

Die Zeiten, in denen deutsche Hochspringerinnen Welt- und Europameisterinnen oder Olympiasiegerinnen waren, sind schon lange vorbei: Als Ulrike Meyfarth oder Heike Henkel erfolgreich sprangen, war Sirch noch gar nicht geboren. Insofern verwundert es nicht, dass sie keine Vorbilder hat. „Ulrike Meyfarth kannte ich nicht“, erzählt die Jugendliche. Vielmehr überredete sie eine Freundin, als sie in der vierten Klasse war, mit ihr zum Leichtathletik-Training des VfL zu kommen. Damals war Sirch sechs Jahre alt. „Das gefiel mir gut. Und Hochsprung lag mir am besten.“ Allerdings macht sie nebenbei noch Hürdenlauf und Dreisprung – Letzteres ja auch erfolgreich. „Aber ich habe mich auf Hochsprung spezialisiert.“

Durchbruch 2016

Dafür habe sie eine gute Voraussetzung, denn ihre Sprungkraft wird auch von ihren Trainern beim VfL, Gerd und Brigitte Seitz, gelobt – wengleich Sirch für ihre spezielle Stärke keine Erklärung hat. In der Freiluftsaison 2016 kamen dann der Durchbruch und ihre Berufung in den bayerischen Sprungkader. Seitdem sie zusätzlich in dem Leichtathletikstützpunkt in der Münchner



Entspannt: Leichtathletin Lisa Sirch lebt am Schorenbach in Honsolgen. 2016 hatte sie ihren Durchbruch und wurde bayerische Meisterin im Dreisprung im Freien sowie im Hochsprung in der Halle.

Foto: Markus Frobenius

Olympiahalle mit Sprungtrainer Sebastian Kneifel arbeitet, ging es noch weiter aufwärts: Die 1,60 Meter überspringt sie nun konstant und holte mit 1,65 Meter den bayerischen Titel in der Halle. Zudem erreichte sie mit 1,70 Meter eine neue persönliche Bestleistung, durch die sie in der deutschen U18-Bestenliste zeitweise schon auf Rang sieben geführt wurde, berichtet Gerd Seitz.

Doch die neue Stärke ist auch hart erarbeitet: Jeden Mittwoch hat Sirch Training beim VfL, freitags steht Krafttraining in einem Fitness-Center in Buchloe auf dem Programm

und montags wird sie von Mutter oder Vater oder einem ihrer beiden Brüder nach München zum Stützpunkttraining gefahren. Obendrein gibt es ab und zu Kaderlehrgänge an Wochenenden. Dabei arbeitet Sirch vor allem an ihrer Technik, denn die Sprungkraft ist schon da. „Ich habe mir deshalb auch erhofft, dass ich durch das Training in München höher springe“, sagt sie.

Doch trotz des momentanen Höhenflugs bleibt sie bodenständig. Die schulischen Leistungen im Buchloer Gymnasium seien im grünen Bereich, zudem spielt sie noch

Klarinette in der Stammkapelle in Honsolgen und bei den Singoldfächsen. Ab und zu bleibe auch noch Zeit, bei der Schützenlust Honsolgen ein paar Schuss auf die Scheiben abzugeben.

Neuer Rekord mit Spaß dabei

Doch der Sport bleibt in erster Linie im Visier: „Mein nächstes Ziel sind 1,75 Meter“, sagt Sirch. Darüber hinaus will sie sich aber nicht festlegen: „Alles andere lasse ich auf mich zukommen. So lange mir Hochsprung Spaß macht, mache ich auch weiter.“