



# Steckbrief

## Aidan Ballaschke



**Im Verein seit:** April 2011

**Alter:** noch 17 (Stand 8/2024)

### sportliche Erfolge (Auswahl):

Vize-Landesmeister Weitsprung + 300 m Hürden	M15 / 2021
Bronze Landesmeisterschaften 80 m Hürden	M15 / 2021
Berlin-Brandenburgischer Meister 400 m Hürden	U18 / 2022
Berlin-Brandenburgischer Meister 110 m Hürden	U18 / 2023
Berlin-Brandenburgischer Vize-Meister 400 m Hürden	U18 / 2023
Platz 3 Berlin-Brandenburg. Meisterschaften 400 m Hürden	U20 / 2023
Teilnahme Deutsche Jugendmeisterschaften 110 m Hü/400 m Hü	U18 / 2023
Berlin-Brandenburgischer Vize-Hallenmeister 60 m Hü	U20 / 2024
Platz 2 Berlin-Brandenburg. Meisterschaften 110 m Hü + 400 m Hü	U20 / 2024
Platz 4 Norddeutsche Meisterschaften 110 m Hü + 400 m Hü	U20 / 2024

### Teilnahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften U20

in Koblenz (26.-28.7.2024)/Disziplin und Ergebnis:

**110 m Hürden U20: Platz 17** – 14,88 s/pB – Norm: 15,50 s

**400 m Hürden U20: Platz 17** – 57,76 s (pB: 56,91 s) – Norm: 57,50 s

### Aidan, was hat dich motiviert, die Teilnahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften zu erreichen? Was fiel dir vielleicht schwer?

„Für mich ist es eine Ehre, den Verein zu vertreten. Und man kann die Sportschüler kitzeln, ihnen zeigen, dass es uns in den Vereinen auch noch gibt, die es mit weniger Training zu den Meisterschaften schaffen. Ich bin sowieso schon immer motiviert und wusste aus dem vorigen Jahr, wie cool es dort ist. Da wollte ich wieder hin.“

### Welches Ziel hast du angestrebt? Wie bist du mit deinem Ergebnis zufrieden?

„Ich wollte nicht nur dabei sein, sondern Bestzeit laufen. Über 400 Meter Hürden war die Bahn im Vorlauf zwar nach dem Regen sehr nass, aber das hat mich nicht wirklich beeinflusst. Ich habe mich gut gefühlt und wollte mit den anderen mithalten. Sie sind einen 13er Rhythmus gelaufen. Davon habe ich mich verleiten lassen, bin mit meinem 15er-Rhythmus an die zweite und dritte Hürde zu schnell herangelaufen, kam zu dicht ran und musste etwas Tempo rausnehmen. Dann war der Rhythmus raus und es ging nichts mehr richtig. Keine Bestzeit und kein Finale ... Mein Ziel über 110 Meter Hürden war das Halbfinale. Der Lauf hat sich gut angefühlt, aber ich habe mich geärgert, dass ich das Halbfinale so knapp verpasst habe, um 0,07 Sekunden. Aber ich hatte eine Bestzeit und bin deshalb am Ende zufrieden.“

### Welche Erfahrung nimmst du mit?

„Dass ich gar nicht mehr so aufgeregt bin wie noch bei den Meisterschaften vor einem Jahr. Meine Mama war ganz erstaunt.“

Eine Erfahrung ist auch, dass wir als SC-Sportler aus Frankfurt (Oder) Chancen haben, am Finale

teilzunehmen. Ich brauche noch mehr Training an den Hürden, dann schaffe ich es auch ins B-Finale. Im nächsten Jahr bin ich in der U20 auch der ältere Jahrgang, das erhöht meine Chancen.“

### **Was ist dein Ziel für 2025?**

„Da ich dann noch einmal in der U20 starten kann, will ich die DJM-Normen über die kurze und die lange Hürde halten. Vielleicht klappen auch die Deutsche Hallenmeisterschaften, obwohl wir dafür nur schlecht trainieren können. Ein bisschen schwierig wird das Training, weil Tim Thielemann nicht mehr da ist.“

*(Reaktion Leo: Aber wir sind dann ja da, trainieren jetzt auch 400 m Hürden).*

### **Und ein kleiner Rückblick: Woran erinnerst du dich an deine ersten Jahre im Verein?**

„Ich war schon in der Kita-Gruppe und kann mich daran erinnern, dass wir viel gespielt haben. Und wenn man gut war, durfte man von dem Bereich, wo wir Kleinen trainiert haben, über den Platz zu den Größeren gehen und mittrainieren. Das war toll. Und ich habe Urkunden aus der Zeit der Kinderleichtathletik gefunden. Wir Oderküken waren oft beste Mannschaft.“

### **Was macht dir an der Leichtathletik besonders Spaß?**

„Besonders Spaß macht mir das regelmäßige Training mit meinem Trainer Herrn Schulze und meinem Trainingspartner Tim und vor allem, die daraus entstehenden Ergebnisse im Wettkampf zu zeigen bzw. sehen zu können.“

### **Wolltest oder hast du schon mal eine andere Sportart betrieben?**

„Da ich schon relativ früh mit Leichtathletik begonnen habe, hatte ich nie eine andere Sportart im Sinn. Auch während meiner Mitgliedschaft habe ich nie über etwas anderes nachgedacht.“

### **Wolltest du schon mal mit der Leichtathletik aufhören?**

„In meinen jüngeren Jahren habe ich öfter darüber nachgedacht aufzuhören, da es mir zu anstrengend war und ich kaum Spaß daran hatte.“

### **Warum bist du nach so vielen Jahren immer noch dabei?**

„In der Schule habe ich gemerkt, dass mich das Training fit hält und mir im sportlichen Sinne Vorteile verschafft. Mittlerweile habe ich realisiert, was ich mit meinen Leistungen erreichen kann, und möchte dies umsetzen.

Und ich bin auch wegen Tim bei der Leichtathletik geblieben, ich kenne ihn seit der Kita.“

