

Große Erfolge für SC-Jungen bei Deutschen Jugendmeisterschaften der U18

Jakob Windmüller kehrt mit Bronze zurück, Kai an der Heiden mit Platz 7 und die Staffel als Achtbeste

Es ist das erfolgreichste Sportjahr für den SC Frankfurt (Oder) seit 1997/98: Mit einer Bronzemedaille für **Jakob Windmüller** über 110 m Hürden sowie Urkunden für **Kai an der Heiden** als Siebter über 110 m Hü und die 4x100-m-Staffel mit **Florian Martin Mansfeld, Leo an der Heiden, Kai und Jakob** als achtbeste Staffel sowie Jakobs EM-Qualifikation kehrten unsere U18-Jungs, **Trainer Hartmut Schulze** – und natürlich auch die Eltern – von den Deutschen Jugendmeisterschaften vom **3. bis 5. Juli 2026 aus Bochum/Wattenscheid** zurück. Und: Man muss es betonen – für Nicht-Sportschüler ist das wirklich ungewöhnlich. Sie waren zum zweiten bzw. dritten Mal bei einer DJM dabei.



Soweit sich Hartmut Schulze richtig erinnert, war es 1997 oder 1998, als Katja Holzmann (U20) zuletzt bei Deutschen Jugendmeisterschaften eine Medaille für den SC Frankfurt geholt hat – als Hallenmeisterin über 400 m und Vizemeisterin über 400 m Hürden.

Die „jüngsten“ Finalplatzierungen liegen gut zehn Jahre zurück, als Marius Sperling (U18) 2013 Vierter (?) über 400 m Hürden und Siebter über 110 m Hürden wurde, ein Jahr später dann 5. über die lange Hürde in der U20.

Zurück zur Gegenwart.

Für die SC-Jungs ging es zum Auftakt am Freitag gleich um Teamarbeit. Und die meisterten sie in der 4x100 m-Staffel bravourös. Starke Laufzeiten, sehr gute Wechsel und im Ziel eine weitere Saisonbestzeit von 42,80 s. Damit erkämpfte sich das **SC-Quartett mit Florian, Leo, Kai und Jakob** Platz 8, knapp vor der Staffel des SC Potsdam. „Das ist schon eine außergewöhnliche Staffel, denn alle sind ja auf den Hürdenlauf spezialisiert. Der SC hat also Deutschlands beste ‚Hürdenläufer-Läufer-Staffel‘ der U18“, zieht Trainer Hartmut Schulze schmunzelnd einen Vergleich. Die Besonderheit sei, dass Hürdensprinter eine Schrittlänge von maximal zwei Metern benötigen, Sprinter dagegen 2,20 bis 2,30 m „Da müssen die Jungs umschalten. Diese Schrittverkürzung hat besonders Jakob geübt.“

Und was sagen die Jungs zu ihrer Leistung?

Florian: Der Staffellauf war super. Von meinem Start bis zum Zieleinlauf von Jakob ist alles reibungslos gelaufen und man hat gemerkt, dass jeder sein Bestes gegeben hat, und so hatten wir uns die Urkunde redlich verdient.



Leo: Das war super, denn wir haben uns um Dreizehntelsekunden verbessert und den 8. Platz erkämpft. Damit haben wir alles aus uns rausgeholt, was ging.

Kai: Mit dem Staffellauf können wir sehr zufrieden sein. Neue pB und der 8. Platz sind ein Top-Ergebnis, sogar die Sportschulen aus Brandenburg hatten das Nachsehen gegen uns.

Jakob: Ich war mit unserem Staffellauf sehr zufrieden. Alle Wechsel haben sehr gut funktioniert und wir sind sogar noch eine neue pB gelaufen, was das Beste war, was zum Saisonhöhepunkt hätte passieren können. Außerdem hatten wir im Gegensatz zur restlichen Saison auch das Glück, auf einer vermeintlich besseren Außenbahn zu starten.

Während für Florian das Meisterschaftserlebnis bereits zu Ende war, ging es am Sonnabend für Jakob und Leo im Sprint weiter. Der brachte für **Jakob** eine „klasse Lehrstunde“, so der Trainer. Mit einer Bestzeit von 10,86 s über 100 m angereist, hätte Jakob gedacht, es gehe leichter und er käme gut über den Vorlauf. „Doch eine Deutsche Meisterschaft ist eben eine große Meisterschaft, da zählt alles vorher nicht.“ Zudem hatten nur Jakob und seine Konkurrenten in ihrem Vorlauf das große Pech, in die einzige Gegenwind-Phase von -2,7 m/s zu geraten, während bei allen anderen Vorläufen fast Windstille herrschte. So reichten Jakobs 11,28 s nicht fürs Weiterkommen, wozu er mindestens Zweiter seines Laufes hätte werden müssen oder eine Zeit von 11,16 s nötig gewesen wäre. Mit Platz 46 unter 65 Startern war er nicht zufrieden.



Leo hatte sich für die 200 m knapp qualifiziert und war realistisch an den Lauf gegangen. „Als einer der letzten auf der Meldeliste war mir klar, dass ich nicht sehr weit vorn landen werde“, sagt er. Mit seiner zweitbesten Zeit von 23,35 s erreichte er Platz 43 (von 43). „Nach den 200 m habe ich mich relativ neutral gefühlt, weil ich schon drauf gefasst war, nicht vorne wegzurennen“, blickt Leo zurück.

Den Höhepunkt sollte dann der Sonntag mit den 110 m Hürden bilden. 44 Athleten waren am Start. **Kai** gewann seinen Vorlauf mit der insgesamt drittbesten Vorlaufzeit, **Jakob** wurde mit persönlich eher schlechter, aber insgesamt achtbester Zeit Zweiter seines Laufes, **Leo** lief ebenfalls als Zweiter über die Ziellinie und lief seine bis dahin zweitbeste pB. „Dass sich alle Drei direkt für die Zwischenläufe qualifiziert haben und nicht über die Zeiten, ist nicht alltäglich“, würdigt der Trainer. Im Zwischenlauf hatte Leo Pech. Er wurde vom Athleten links neben ihm an der Hand berührt, kam aus dem Rhythmus, driftete leicht nach rechts und gab auf. Wäre er ins Ziel gelaufen, hätte er eine kleine Chance auf einen Wiederholungslauf gehabt.

Jakob und Kai qualifizierten sich als Erste ihrer Zwischenläufe wieder direkt, diesmal für das Finale. Mit persönlich sehr guten 14,18 s lag **Kai** auf Medailenkurs. **Jakob** sorgte für eine haushohe Überraschung. Die Zeit blieb für ihn bei unglaublichen 13,95 s stehen – das war exakt die Norm für die U18-EM zwei Wochen später in Rieti (Italien). „Im ersten Moment war mir gar nicht bewusst, dass ich die Norm geschafft habe“, erzählt Jakob. Damit war er der überhaupt erst zweite deutsche Athlet, der die Norm lief. „Die EM-Norm hatten wir überhaupt nicht auf dem Schirm“, gesteht auch sein Trainer. „Damit wird Jakob auch Bundeskader.“

Dann das Finale mit den zwei Frankfurtern. Kein anderer Verein konnte zwei Finalisten aufweisen. Jakob auf Bahn 3 und Kai auf Bahn 5 haben den absoluten Favoriten und Vorjahressieger Luca Koch (LAC Erdgas Chemnitz) in ihrer Mitte: Wer im Livestream zugeschaut hat, erinnert sich mit Schrecken: **Jakob** kommt an der fünften Hürde ins Straucheln, touchiert auch die nächste, kann sich aber wieder fangen und schiebt sich mit professionellem Endspurt und vorgestreckter Schulter mit einer Hundertstelsekunde (!) Vorsprung in 14,29 s noch auf den Bronzerang. Dass er trotz des „eher unglücklichen Rennens“ die Bronzemedaille gewann, löste „erneut große Euphorie bei mir aus“, schildert Jakob seine Gefühle.



Kai läuft solide und wird mit einer Zeit von 14,31 s starker Siebter. Glücklicherweise ist er dennoch nicht, weil „ich nicht an den Zwischenlauf anknüpfen konnte.“

Favorit Luca Koch konnte sich übrigens als erneuter Meister auf 13,51 s steigern; er ist der zweite U-18-Hürdensprinter, der bereits zuvor die EM-Norm geknackt hatte.

Hartmut Schulze, der diesmal seine Schützlinge vor Ort betreut hat, ist stolz. Ihm ist wichtig zu sagen: „Der dritte und siebte Platz sind gleich zu würdigen. Ohne die Konkurrenz im Training würden es die Jungs nicht zu solchen Leistungen bringen.“ Und meint das Quartett insgesamt. Auch Florian hätte er die Hürden-Quali zugetraut. Aber man müsse honorieren, dass er eben auch ein Mathe-Ass sei und für Mathe-Olympiaden trainiert.

Für Kai hätte sich Hartmut Schulze in dessen drittem DJM-Jahr auch eine Medaille gewünscht. Aber ihm und Leo würden für drei zehrende Tage etwas „Substanz“ fehlen, Jakob verfüge von Hause aus über mehr Naturkraft. Deshalb sei Kraft- und Athletiktraining in Kombination mit Hürdenttraining auch nach Ende der Hallensaison so wichtig. „Da brauchen wir künftig mehr Unterstützung von der Stadt, sonst kann man solche Leistungen nicht halten. Die Jungs verdienen diese Unterstützung“, schaut der Trainer nach vorn.

Wir haben auch die Jungs zu ihren Eindrücken in Bochum und zur Einschätzung ihrer Leistungen gefragt. Das sind über die bereits zu lesenden Zitate ihre Antworten:

Wie habt ihr die Atmosphäre diesmal erlebt, u.a. mit den Erfahrungen der Vorjahre?

Leo (zweite Teilnahme nach 2024): Also mir hat der Wettkampf voll und ganz gefallen. Die Stimmung war großartig.

Jakob (dritte Teilnahme nach 2024/25): Die Atmosphäre war wie im vergangenen Jahr atemberaubend. Insbesondere die angespannte Stille im kompletten Stadion während des Starts beeindruckte mich erneut.

Zusätzlich sorgt der sonst unübliche Callroom zur Startvorbereitung für eine erhöhte Anspannung bezüglich des anstehenden Laufes.

Florian (zweite Teilnahme nach 2024): Es war auch dieses Mal wieder nervenaufreibend. Besonders die Atmosphäre ist immer wieder eine komplett andere als bei anderen Wettkämpfen, denn wenn man bei den Deutschen Meisterschaften, dem bedeutsamsten Wettkampf im Jahr, nicht alles gibt und versucht sein wirklich Allerbestes zu geben, wo sollte man es sonst machen? Schon allein das Stadion und die Aufmachung des Ganzen hatten ihre eigene Wirkung, denn es wurde wirklich für solch große Wettkämpfe gebaut und das hat man gesehen und gemerkt.

Kai (dritte Teilnahme nach 2024/25): Es war wieder eine großartige Stimmung, ich habe mich wie ein Profi gefühlt.

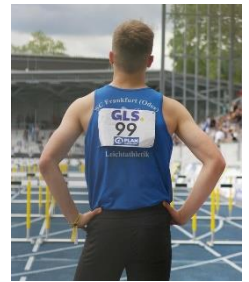


Welche Ziele hattet ihr für eure jeweiligen Starts?

Jakob: Grundsätzlich wollte ich bei beiden Einzelstarts natürlich überhaupt erstmal eine neue pB laufen. Bei 110 m Hürden stand zusätzlich der Sprung ins Finale und erstmalig eine Zeit unter 14 Sekunden im Fokus.

Leo: Ich wollte auf jeden Fall über die Hürden mindestens in das Halbfinale einziehen. Über 200 m wollte ich einfach dabei sein und einen soliden Lauf abliefern.

Kai: Ich hatte mir vorgenommen, da ich schon zum dritten Mal bei einer DJM gestartet bin, endlich meine erste Medaille zu gewinnen. Denn in den früheren Jahren konnte ich schon bei Norddeutschen Meisterschaften Medaillen gewinnen, jetzt sollte der nächste Schritt folgen.



Was ging euch direkt nach den Läufen durch den Kopf?

Jakob: Die 100 m waren aufgrund einer ausbleibenden neuen pB leider nicht zufriedenstellend, weshalb dann die gesamte Konzentration auf den 110 m Hürden lag.

Nachdem ich mich im Vorlauf trotz eines schlechten Startes für das Halbfinale qualifizierte und dort in neuer pB von 13,95 Sekunden sogar die Norm für die U18-EM gelaufen bin, war die Freude natürlich riesengroß. Im Finale konnte ich trotz eines eher unglücklichen Rennens die Bronzemedaille gewinnen, was erneut große Euphorie bei mir auslöste.

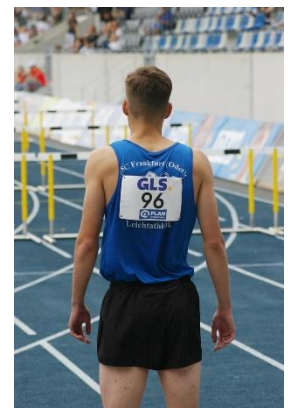


Leo: Nach dem Vorlauf über die Hürden dachte ich mir einfach „wow“. Denn ich hatte Probleme mit meinem Blutzucker durch mein Diabetes und bin trotzdem Zweiter in meinem Lauf geworden. Das hätte ich so nicht von mir erwartet.

Nach dem Halbfinale dachte ich mir, das kann doch nicht wahr sein. Ich wurde von demselben Athleten, der schon Kai in Dresden zu Fall gebracht hatte, ebenfalls behindert. Der Lauf war somit versaut. Außerdem habe ich mich noch geärgert, dass ich keinen Ersatzlauf bekommen habe.

Kai: In den Vorläufen sah es echt gut aus für mein erklärtes Ziel, ich habe den Vorlauf und den Zwischenlauf gewonnen und mich jeweils direkt fürs Finale qualifiziert. Der Zwischenlauf war auch mein bester Lauf an diesem Tag. Mit diesen beiden Läufen bin ich sehr zufrieden.

Im Finale und bin ich schon an die erste Hürde rangerammelt. Das hat mich viel Schwung gekostet. Doch im Laufe des Rennens konnte ich nochmal zum Rest des Feldes aufschließen. Insgesamt bin ich nicht zufrieden mit dem Finale, weil ich mein volles Potenzial nicht ausschöpfen konnte.



Wie seht ihr eure Leistungen mit ein paar Tagen Abstand?

Leo: Ich bin immer noch zufrieden. Es ist zwar nicht alles so gelaufen, wie ich das gerne gehabt hätte. Dennoch muss ich mir auch im Klaren darüber sein, dass ich natürlich auch durch meine Erkrankung, die ganze Erfahrung und das weniger Training aus dem ersten Jahr der U18, also 2025, verloren habe. Ich musste viele Dinge neu lernen oder anders machen, wodurch ich natürlich einen gewissen Trainingsrückstand habe. Ich kann stolz auf mich sein, dass ich trotz dieser ganzen Hürden diese Leistung erbringen konnte. Denn wer überhaupt antritt, hat schon mal mehr erreicht, als die meisten es je erreichen werden. Dabei sein ist alles.

Jakob: Ich finde es bis heute extrem surreal, dass ich für Deutschland bei der U18-EM in Rieti in Italien an den Start gehen darf. Damit hätte ich und vermutlich auch niemand anderes am Anfang der Saison gerechnet. Vor allem unsere nicht ganz optimalen Trainingsbedingungen gegenüber den Sportschülern machen eine solche Leistung fast unmöglich.

Für die Jungs folgten zum Abschluss der Meisterschaftssaison noch die Norddeutschen Meisterschaften in Bremen und für Jakob eben die EM. Der DLV (Deutsche Leichtathletik Verin) hat insgesamt 72 Athletinnen und Athleten, darunter vier Brandenburger, nominiert.

Text: Kerstin Bechly, Fotos: Fam. an der Heiden und Mansfeld/Ian Kehder (7/2026)

Ergebnisse (1. Tag Staffel / 2. Tag 100 m und 200 m / 3. Tag 110 m Hürden)

4x100 m (Zeitläufe/20 Staffeln)

8. SC Frankfurt 42,80 s **pB** mit

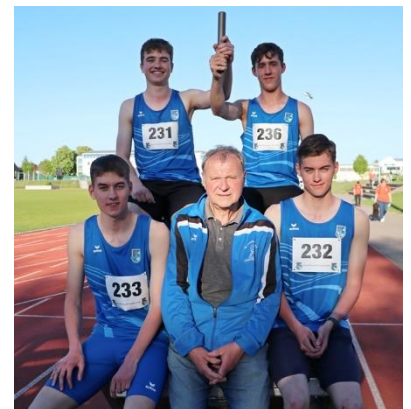
Florian Martin Mansfeld, Leo an der Heiden, Kai an der Heiden, Jakob Windmüller

100 m (65 Teilnehmer)

46. Jakob Windmüller 11,28 s

200 m (43 Teilnehmer)

43. Leo an der Heiden 23,35 s



110 m Hürden/0.914 m (44 Teilnehmer)

Vorläufe

1. Kai 14,28 s (Q)
2. Jakob 14,39 s (Q)
2. Leo 14,53 s (Q)

Halbfinale (Windstille)

1. Jakob 13,95 s **pB** (EM-Norm/Q)
1. Kai 14,18 s **pB** (Q)

Leo: aufgegeben nach Behinderung

Finale (Windstille überwiegend)

1. Luca Koch (LAC Erdgas Chemnitz 13,51 s
2. Jakob Sand (TSV 1869 Ansbach (BY) 14,06 s
- 3.** Jakob 14,29 s
- 7.** Kai 14,39 s

Alle Ergebnisse:

<https://ergebnisse.leichtathletik.de/Competitions/Details/20036>

