

Jens holt DM-Bronze über 1500 Meter



Mit einer Bronzemedaille im Gepäck konnte Jens die Heimreise von den Deutschen Meisterschaften der Masters in Mönchengladbach antreten. Auf Grund der Meldezeiten hatte der 45-Jährige insgeheim mit einer Platzierung auf dem Treppchen spekuliert. Um dieses Ziel zu erreichen hatten sein Trainer und er in den Wochen vor den Meisterschaften einen starken Fokus auf das Training des bei Meisterschaften so wichtigen Endspurt gelegt.

Da der Mittelstreckenläufer die anspruchsvollen Normen für die DM-Teilnahme in der M45 sowohl über 800 Meter als auch über 1500 Meter erfüllt hatte und der Zeitplan günstig war, entschied er sich für den Doppelstart mit jeweils einem Rennen am Samstag und Sonntag. Bei seiner vierten Teilnahme an einer Deutschen Meisterschaft spielte er im Rennen über 1500 Meter seine Erfahrung aus und platzierte sich von Beginn an perfekt: „Es lief vom Start weg optimal. Ich konnte mich durchgehend auf dem vierten Rang positionieren. Als zur Hälfte des Rennens der vor mir liegende Läufer seinem hohem Tempo Tribut zollen musste und zurückfiel, wusste ich, heute kann es mit einer Medaille klappen.“ Mit einem langen Endspurt hielt der Weimarer seinen letzten verbliebenen Gegner um Bronze in Schach und lief nach 4:36,03 Minuten als Dritter ins Ziel.

Die am Sonntag stattfindenden 800 Meter versprachen besondere Spannung. Hier ging Jens mit der viertbesten Meldezeit an den Start und konnte sich bis zur letzten Kurve in der Spitzengruppe behaupten. Auf der Zielgerade bauten aber drei andere Läufer mehr Geschwindigkeit auf. Somit musste sich Jens im Ziel mit Platz vier abfinden. „Vielleicht hat mir auf den letzten 100 Metern mental etwas die Energie gefehlt, da ich schon auf den 1500 Metern meine Medaille gewonnen habe. Körperlich war ich auf jeden Fall fit.“ Auf Grund der für ihn hervorragenden Zeit von 2:12,30 Minuten war er aber auch mit diesem Ergebnis sehr zufrieden.