

# «Es macht Spass, gegen mich anzutreten»

Leichtathletik | Der Liestaler Gregori Ott peilt die Bestmarke von Werner Günthör an

Der Liestaler Gregori Ott hat am Wochenende seinen eigenen U20-Schweizer-Rekord auf 17,89 Meter verbessert. Der «Volksstimme» erzählte der Gymnast unter anderem, weshalb ein solcher Rekordstoss immer etwas Spezielles bleiben wird.

Jannik Beugger

■ **«Volksstimme»: Herr Ott, am Sonntag haben Sie in Magglingen mit 17,89 Metern einen neuen U20-Schweizer-Rekord mit der 6-Kilogramm-Kugel aufgestellt. Zum wievielten Mal wurde Ihr Name jetzt in einer Bestenliste eingetragen?**

Gregori Ott: Zählt man die Hallen- und Freiluftrekorde im Kugelstossen und Diskuswerfen zusammen, so bin ich derzeit total sechs Mal in den Rekordbüchern verzeichnet. Ich habe aber seit meiner U18-Zeit schon über 30 Mal eine alte Rekordweite übertrifft, oftmals auch meine eigene.

■ **Hat ein solcher Rekordstoss für Sie so überhaupt noch etwas Spezielles an sich?**

Natürlich ist dies nicht mein erster Schweizer Rekord, aber ich freue mich jedes Mal sehr darüber, wenn ich wieder eine Bestmarke aufstellen kann. Auch wenn es sich nicht mehr ganz genau gleich anfühlt wie bei meinen ersten Bestleistungen, so nehme ich es nicht als selbstverständlich hin. Die meisten Rekorde, die ich jetzt verbessere, sind meine eigenen und es macht Spass, gegen mich selbst anzutreten und zu sehen,

welche Fortschritte ich gemacht habe. Ich bin sehr glücklich, dass ich nach einem eher schwierigen Jahr 2012 wieder zurück bin.

■ **Wie gehen Sie mit dem zunehmenden Erwartungsdruck von aussen um?**

Ich mache mir selbst stets am meisten Druck und ich erwarte von mir an jedem Wettkampf eine Topleistung. Natürlich ist es befreiend, nach einer Durststrecke wieder zeigen zu können, was ich kann. Wenn ich Druck von aussen spüre, dann versuche ich immer, diesen für mich zu nutzen und in eine gute Leistung umzusetzen.

■ **Am Sonntag haben Sie die Kugel über einen halben Meter weiter gestossen als je zuvor. Hat da alles zusammengepasst oder geht da noch mehr?**

Ich habe schon im ersten Wettkampf dieser Saison gespürt, dass noch viel Luft nach oben besteht. So paradox dies klingen mag, aber gerade am letzten Sonntag hat eigentlich nicht sehr viel zusammengepasst. Ich verspürte leichte Knieschmerzen und war zuvor noch krank. Ausserdem war auch technisch längst nicht alles perfekt. Erst kürzlich habe ich im Trainingslager in Brandenburg neue Impulse eingearbeitet, welche es nun im Wettkampf umzusetzen gilt. Ich glaube nicht, dass ich meine Leistungsgränze erreicht habe und setze berechtigte Hoffnungen in die Freiluftausen. Auf eine konkretere Weite will ich mich nicht festlegen, aber ich erhoffe mir, auch mit der 6-Kilo-



Daumen hoch: Gregori Ott stellte einen weiteren Rekord in seiner Karriere auf.

DRG / Luzas Ott

gramm-Kugel in Weiten von 20 Metern und mehr vorstossen zu können.

■ **Solche Rekordweiten zeugen von hartem Training. Haben Sie sich im Hinblick auf diese Saison anders vorbereitet als sonst?**

Dies war mein erster Winter, in welchem ich im Training ohne grosse Verletzungsrückschläge über die Runden gekommen bin. Ich konnte in allen Bereichen intensiver trainieren und habe insbesondere auf das Krafttraining einen besonderen Fokus gelegt. Natürlich habe ich auch an meiner Technik, der Athletik sowie der Schnelligkeit gearbeitet, um den Formstand zu erreichen, den ich heute habe. Meine Trainer und mein Umfeld haben mich enorm motiviert, wenn

einmal etwas nicht genau so gelaufen ist, wie ich es mir erwünscht habe.

■ **Im kommenden Sommer werden in Rieti die U20-Europameisterschaften ausgetragen. Ihr Rekordstoss über 17,89 Meter, mit welchem Sie die Qualifikationsweite überbieten haben, kommt rund drei Monate zu früh, zumal die Qualifikationsperiode erst im Mai beginnt. Wie stehen die Chancen, die Qualifikationsweite ein weiteres Mal innerhalb dieser Periode zu meistern?**

Da ich das Limit schon so früh und bereits in der Halle gestossen habe, sollte es unter freiem Himmel im Sommer erst recht klappen. Für die Europameisterschaften habe ich mir vorgenommen, mindestens in das Final-

vorstossen. Ich glaube aber, dass ich im besten Fall auch von einer Medaille träumen darf.

■ **Was haben Sie sich für die nähere Zukunft vorgenommen?**

Ich will meine Rekorde verbessern und an den U20-Schweizermeisterschaften sowohl im Kugelstossen wie auch im Diskuswerfen den Titel holen. Weiter will ich versuchen, mir auch an den Schweizermeisterschaften der Aktiven den Titel im Kugelstossen zu sichern und im Diskus auf das Podest vorzustoßen. Ausserdem will ich den U20-Schweizer-Rekord mit der 7,26 Kilogramm schweren Kugel angreifen. Wenn mir dies gelingt, hätte ich den ersten Rekord von Werner Günthör geknackt.