

„Ich gleite zu lange im Wasser“

Schwimmen: Janka Riedel kehrt nach einjährigem Intermezzo wieder zum VfL Herrenberg zurück

Seit 2009 war die 17-jährige Janka Riedel zusammen mit Daniel Yang eine der erfolgreichsten Schwimmtalente des VfL Herrenberg. Vor einem Jahr wechselte die Gymnasialschülerin aus Nebringen zum VfL Sindelfingen. Seit September schwimmt sie wieder für ihren Heimatverein.

VON ANDREAS GAUSS

Frau Riedel, warum sind Sie vor einem Jahr zum VfL Sindelfingen gewechselt?

Janka Riedel: „Ab Oktober 2017 war ich einmal die Woche im Kadertraining bereits in Sindelfingen zum Trainieren. Als im letzten Jahr beim VfL Herrenberg Trainer Markus Mackert aufgehört hatte und wir ohne Trainer dastanden, habe ich mich für den Wechsel entschieden. Ziel war auch, mich dort für die offenen Deutschen Meisterschaften 2020 vorzubereiten. Aber die finden genau zu dem Zeitpunkt im nächsten Jahr statt, an dem ich das Abitur schreibe. Zudem habe ich in Sindelfingen in der Leistungsstufe 1 trainiert, da muss man fünf bis sechs Mal in der Woche trainieren. Da ich mit öffentlichen Verkehrsmitteln jeweils rund anderthalb Stunden unterwegs bin, war das schon ein hoher Zeitaufwand für mich.“

Nachgefragt

Wie sind Sie eigentlich zum Schwimmen gekommen?

„Meine Mutter hat damals gefordert, dass ich auf jeden Fall das Seepferdchen machen soll und meinte danach, dass man deshalb aber noch lange nicht schwimmen kann. Dann bin ich bei den Herrenbergern ins Training gegangen, es hat mir gefallen und ich bin dabei geblieben.“

„Bei den Masters will ich ebenfalls auf vordere Plätze kommen, das ist mein Ziel“

Janka Riedel

Ihre Paradedisziplinen sind die 50, 100 und 200 Meter Brust, wie waren sie mit Ihren Leistungen beim Herrenberg-Cup zufrieden?

„Na ja, nicht so ganz, die Zeiten waren ganz okay. Ich war letzte und vorletzte Woche jeweils dreimal im Training, davor allerdings drei Monate gar nicht. Von daher wäre auch nicht mehr drin gewesen. Über 50 und 100 Meter Brust habe ich gewonnen.“



Janka Riedel (rechts) war beim Herrenberg-Cup mit ihren Zeiten nicht ganz zufrieden

GB-Foto: Vecsey

Ist es eine große Umstellung von der 50-Meter-Langbahn in Sindelfingen auf die kurze Bahn mit 25 Meter in Herrenberg?

„Die Kurzbahn geht schon. Man hat natürlich um einiges weniger Platz, aber ich finde es nicht so schlimm, denn dann kann man auch die Wende öfters üben. 50-Meter-Bahnen sind einfach anstrengender – ich sehe da nicht so einen großen Unterschied.“

Was sind die wichtigsten Wettkämpfe in der anstehenden Hallenbadsaison?

„Ende November will ich bei den deut-

schen Kurzbahnmeisterschaften in Berlin starten. Die Woche davor sind noch die württembergischen Kurzbahnmeisterschaften in Neckarsulm. Und dort möchte ich auf jeden Fall was gewinnen. Letztes Jahr war ich bei den Württembergischen über die 50, 100 und 200 Brust immerhin auch vorne.“

Wo sehen Sie oder der Trainer noch Verbesserungsbedarf?

„Mein Trainer Alexander Neumüller meint, dass meine Frequenz zu niedrig ist ...“

Was bedeutet das?

„Ich gleite zu lange im Wasser. Aber das war eigentlich schon immer so (lacht). Und ich muss noch meine Wende verbessern.“

Was kommt nach dem Abitur?

„Ich möchte auf jeden Fall noch weiter schwimmen und dann bei den Masters, bei den Erwachsenen starten. Ich weiß aber noch nicht, ob ich deshalb in Herrenberg bleiben kann. Das hängt davon ab, wo es mich vom Studium her hin verschlägt. Bei den Masters will ich ebenfalls auf vordere Plätze kommen, das ist mein Ziel.“