



Sportstiftung
Saar

// GEMEINSAM SPITZE



Newsletter 06/2020

Im Porträt: Lara Hinsberger (Turnen)
Fotos: Andreas Schlichter



In Paris 2024 wäre Lara Hinsberger schon gerne dabei

„Mir geht es gut, ich bin gesund und fit“, sagt Lara Hinsberger. Das 16-jährige Turntalent aus Welschbach kann sich auch während der Corona-Pandemie voll auf ihren Sport konzentrieren. Dank der frühen Intervention des Landessportverbandes für das Saarland dürfen Kaderathleten nämlich trotz der verschärften Regeln für den Sportbetrieb trainieren.

von Sebastian Zenner

Zum Turnen kam die Schülerin des Sportgymnasiums am Rotenbühl im Alter von fünf Jahren. Eine Grundschulfreundin leistete Starthilfe: „Sie hat in der Schule immer davon erzählt und dann bin ich einfach mal mitgegangen“, erinnert sich die heute 16-Jährige. Das Training beim TV Hüttigweiler hat ihr auf Anhieb gefallen und ihr Talent konnte sie nicht lange verbergen. Es folgten der Wechsel zum TV Lebach und die Berufung in den Landeskader, wo sie von Cheftrainerin Carolin Salomon trainiert wird. Der schnelle Erfolg war allerdings nicht Grund, weshalb sie sich für eine Laufbahn auf Hochleistungsniveau entschieden hat. „Beim Turnen hat man einfach nie ausgelernt. Es ist extrem vielfältig und abwechslungsreich – allein schon die vielen

Geräte. Und an jedem kann man unendlich viele Dinge lernen“, schwärmt sie. „Das Ziel ist Perfektion. Das wird man zwar nie erreichen, aber man findet immer wieder Dinge, die man verbessern oder neu lernen kann. Das fand ich schon immer ziemlich cool und das macht für mich den Reiz aus.“ Die Grenzen des Machbaren erreichen und gleich drauf verschieben, das ist, was Lara Hinsberger antreibt.

Dabei ist auch Geduld gefragt. Vor allem das Erlernen spektakulärer Flugelemente kann lange dauern. Umso größer ist die Freude, wenn das Ziel erreicht ist. „Das Erfolgserlebnis ist dann dementsprechend groß“, beschreibt Hinsberger. Derzeit strebt sie dieses Glücksgefühl beim Flugelement „Hindorff“ an ihrem Lieblingsgerät, dem Stufenbarren, an. „Man fliegt dabei über den Holm und greift dann wieder zu“, beschreibt sie das für Laien nur schwer vorstellbare Kunststück. Gleiches gilt für den Doppel-Twist, also einen Flick-Flack mit halber Drehung und einem abschließenden Salto vorwärts, den sie am Boden einstudiert. Auch bei diesem Bewegungsablauf müssen die meisten Menschen passen und schon beim Zusehen aufpassen, dass ihnen nicht schwindelig wird.

Für Lara Hinsberger gehören solche Übungen zum Alltag. Die Vielfältigkeit bringt dabei einen wesentlichen Vorteil mit sich: „Läuft es mal an einem Gerät nicht so, wie ich es mir vorstelle, dann gehe ich einfach zum nächsten“, verrät die 16-Jährige und lacht. Das Konzept geht auf – jedenfalls

legen das die bisherigen Erfolge nahe. Die Teilnahme an der Europameisterschaft der Juniorinnen 2018 im schottischen Glasgow ist für sie nach wie vor „das Größte, was ich bisher erreicht habe“. Mit der Mannschaft erreichte sie damals Platz Sieben, am Barren wurde sie Achte und im Mehrkampf landete die Saarländerin auf Platz 15. Im gleichen Jahr wurde sie Deutsche Jugendmeisterin im Sprung. Auch die Silbermedaille im Barrenfinale Anfang Oktober 2020 beim Weltcup in Ungarn steht hoch im Kurs. Den Sprung vom Jugend- in den Nationalkader der Aktiven hat sie spätestens damit geschafft. Das nächste Ziel steht schon mit Großbuchstaben auf ihrem Zettel: die Olympischen Spiele. Tokio 2021 kommt vielleicht noch zu früh. 2024 in Paris wäre sie aber schon sehr gerne dabei.

Für die Erfüllung solcher Sportlerinnen-Träume gibt Lara Hinsberger alles. Bei jeweils über 20 Stunden Training und Schulunterricht pro Woche bleibt da nicht viel Zeit, die man alternativ gestalten könnte. „Die Klassiker wie Lesen, Musik hören oder was mit Freunden unternehmen, gehen aber immer“, sagt sie und lacht.



// GEMEINSAM SPITZE

Wir danken für die Unterstützung
