

Hoppes beachtlicher Leistungssprung

Leichtathletik-Talent des LC Hansa Stuhr mischt im Hochsprung ganz oben mit – Bundestrainer interessiert



Jason Lee Hoppe zählt in seinem Jahrgang zu den besten Hochspringern. Damit hat der 15-Jährige vom LC Hansa Stuhr auch das Interesse der Bundestrainer erregt.

FOTO: NIKLAS GOLITSCHKE

VON NIKLAS GOLITSCHKE

Moordeich. Hallensaison bedeutet für die Nachwuchsathleten beim LC Hansa Stuhr Grundlagen- und Techniktraining. Rund 20 Kinder und Jugendliche starten in die Mittwocheinheit in der Turnhalle der Liese-Meitner-Schule in Moordeich mit einem Ballspiel, bevor es an die Dehnübungen geht. Eifrig dabei ist auch der 15-jährige Jason Lee Hoppe, das derzeit größte Leichtathletik-Talent in den Reihen des LCH.

Zum Warmwerden folgen Liegestarts. „Füße an die blaue Linie“, fordert Trainer Helge Ellwart von der Gruppe. Aus verschiedenen Liegepositionen sollen die Jugendlichen auf die andere Seite der Sporthalle sprinten. Stets vorn läuft Hoppe mit. Dazwischen ist auch immer wieder Zeit für einen Spaß mit den jüngeren und älteren Vereinskameraden.

Athleten gelten eher als Individualisten, in den meisten Disziplinen treten sie einzeln an. So auch Hoppe, der im Hochsprung eine außergewöhnliche Entwicklung hingelegt hat. Seine 1,92 Meter hat im Jahrgang 2005 lediglich Amdi Gaye (TSV Klausdorf) um einen Zentimeter überboten. Auf Platz drei folgt Leon Michelmann (TSV Asendorf) mit 1,90 Meter. Doch: „Es ist gut, eine Gruppe zu haben“, sagt das Nachwuchsta-

lent. So lerne er neue Leute kennen und könne von den Älteren lernen. Trainer Ellwart pflichtet bei, spricht von einem Heimathafen für die Athleten: „Er kennt die Stärken und Schwächen.“

Neben dem LC Hansa Stuhr ist dem Leichtathletik-Talent auch das Kaderteam des Niedersächsischen Leichtathletik-Verbands (NLV) vertraut. Neu ist jedoch, dass er neben Gaye einen Platz im Nachwuchskader 2 der Bundeskaderliste erhalten hat. Die ersten Lehrgänge hat der 15-Jährige bereits hinter sich. „Das hat Spaß gemacht und mich richtig motiviert“, schwärmt der 15-Jährige und ergänzt: „Ich habe mich wie ein richtiger Sportler gefühlt, war frei und konnte mich auspowern.“ Der Moment, in dem er das Nationaltrikot in den Händen hält, dürfte noch einmal ein ganz Besonderer werden.

In Moordeich genießt Hoppe sichtlich die Übungen. Konzentriert absolviert er die Kontaktsprünge, die im Hochsprung ebenso relevant sind wie im Drei- oder Weitsprung und beim Hürdenlauf. Bei einer Absprungsübung steigt er hoch und lässt sich in die Matte fallen. „Es braucht Grundlagen, damit sie das motorisch umsetzen. Man erkennt auch schon Unterschiede beim Talent“, weiß Trainer Ellwart. Nach der Einheit räumt Hoppe die große Matte weg. Immer wieder

richtet er sie senkrecht auf, lässt sich mit ihr auf den Boden fallen und gleitet einige Meter über den Hallenboden.

Seinen Leistungssprung führt der 15-Jährige, der seit sieben Jahren beim LCH trainiert, vor allem auf seine Übungsleiter zurück. Ellwart etwa begleite ihn auf vielen Wettkämpfen, helfe bei der Analyse. „Wir gehen auch in den Krafraum für die Beine“,

„Ich habe mich wie ein richtiger Sportler gefühlt, war frei und konnte mich auspowern.“

Jason Lee Hoppe, LC Hansa Stuhr

erzählt Hoppe – wenn auch noch keine schweren Gewichte zum Einsatz kommen. In den NLV-Kadertrainings unter der Leitung von Annelie Jürgens lerne er dann wieder ganz neue Dinge. „Ich habe eine verdammte gute Sprungkraft bekommen“, bilanziert er. 2020 noch mit einer Höhe von 1,65 Meter gestartet, habe er oft die Stange mit dem Po oder Fuß gerissen. „Da habe sich

nun einiges verbessert. Ich habe die Brücken gut gemacht“, bilanziert Hoppe.

Trainer Ellwart erkennt hier durchaus das Potenzial für mehr. „So ein Talent wie Jason hat man vielleicht alle zehn Jahre“, betont sein Coach. Seinen Schützling beschreibt er als motiviert und ehrgeizig. Ob im Hochsprung, Hürdenlauf oder Speerwurf – in fast jedem Wettkampf habe Hoppe 2021 neue Bestleistungen geliefert. „Er hat sich echt schnell entwickelt, obwohl weniger Training durch Corona möglich war“, untermauert er.

Doch den Anschluss an die bundesweite Spitze zu halten, dürfte kein leichtes Vorhaben werden. In der kommenden Saison springt Hoppe als jüngerer Jahrgang bei der U18 mit. Hier liegt die Messlatte bereits bei 2,08 Meter. „Die letzten fünf Prozent benötigen 80 Prozent Energieaufwand“, erläutert Ellwart die Faustregel. Für Hoppe sollten also wenigstens zwei Meter drin sein, acht bis zehn Zentimeter höher pro Jahr hält der Trainer für durchaus realistisch.

Hoppe hat hier ebenfalls ein klares Ziel vor Augen. „Irgendwann will ich die 2,20 Meter für Olympia schaffen. Ich will wenigstens einmal mitmachen“, sagt der Moordeicher. Einen Start in Los Angeles 2028 hält Ellwart für möglich. „Das wird aber viel Arbeit“, ist sich sein Trainer sicher.