



# Mikaelle Assani

LG Region Karlsruhe

**EYOF in Baku – Teilnehmerin mit der Nationalmannschaft im Weitsprung**  
**Deutsche Meisterschaften – 3. Platz im Mehrkampf mit der LGR Mannschaft**  
**Süddeutsche Hallenmeisterschaften (U18) – 2. Platz Weitsprung**  
**Baden-Württembergische Meisterin 4x100m Frauen der LGR Karlsruhe**  
**Baden-Württembergische Hallenmeisterin (U18) im Weitsprung**

Nach 2 schwierigen Jahren mit Verletzungen wegen permanenter Überforderung entschied sich das Trainerteam Sofia Gausmann/ Udo Metzler in 2018 Mikaelle aus dem Fördertraining der ARGE herauszunehmen und komplett eigenständig zu entwickeln. Mikaelle blieb für den allgemeinen Teil in ihrer angestammten Trainingsgruppe und absolvierte das Techniktraining in der Sprint-Sprunggruppe von Udo Metzler. Ziel war es, Mikaelle sukzessive komplett in die Gruppe um 8m-Springer Julian Howard zu integrieren. Wie sich zeigte war dies die richtige Entscheidung – langsam aber sicher passte sich Mikaelle an die steigende Trainingsbelastung an und konnte schon in der Hallensaison 2019 in den Kreis der 6m-Springerinnen aufsteigen, als sie in Mannheim mit 6,03m ihre PB verbesserte und diese Leistung auch bei den BaWü bestätigte. Wegen einer Muskelverhärtung verzichtete Mikaellevorsichtshalber auf die DJHM in Sindelfingen, wo sie sicher eine gute Rolle bei der Vergabe der Medaillen hätte spielen können. Aufgrund der positiven Entwicklung entschieden Sofia Gausmann und Udo Metzler, dass sich das Training in der VP2 zunehmend in die Sprint-Sprunggruppe um Julian Howard verlagern sollte.

Aufgrund der Verletzung von Tabea Müller wurde Mikaelle auch zur Startläuferin der 4x100m Frauenstaffel, die später in der Saison auch an der DM in Berlin erfolgreich teilnahm. Immer stabiler werdend verbesserten sich Sprint- und Sprungleistungen und die möglichen weiten Sprünge deuteten sich auch bei ihrem ersten Einsatz beim Int. Meeting in Zofingen an, wo technische Unzulänglichkeiten eine bessere Ausbeute verhinderten. Nach einer neuen PB mit 6,11m in Weisenbach sprang Mikaelle bei der Bauhausgala in Mannheim mit 6,22m auf Platz 1 der W-18 Bestenliste in Deutschland und wurde als Belohnung vom DLV für das Europäische Olympische Jugendfestival, kurz EYOF, in Baku nominiert – der erste internationale Einsatz für die Nationalmannschaft.

Baku wurde allerdings zu einem äußerst schwierigen Wettkampf – heftige, wechselnde Windböen zwischen -2,0m/s und +3,3m/s stellen selbst erfahrene Athleten vor große Probleme – erst recht junge und mit solchen Bedingungen unerfahrene Athleten - und wohl auch den DLV-Betreuer. Mikaelle brachte keinen Sprung vom Balken zustande und musste sich weit unter Wert mit 5,38m zufrieden geben - 5,46m hätten zum Finaleinzug gereicht. Schade!!! Aber auch solche Niederlagen haben ihren Sinn – so machte Mikaelle bei diesem Int. Event unschätzbare Erfahrungen für die nächsten Herausforderungen, um diese bei Freiluftveranstaltungen immer wieder vorkommenden schwierigen Bedingungen in Zukunft besser meistern zu können.

Dass sie auch eine gute Mehrkämpferin ist zeigte sich bei den DM-Mehrkampf, wo sie in der Mannschaft der LGR mit Marie Sophie Streichsbier und Nele Zwirner die Bronzemedaille erkämpfte.

Inzwischen trainiert sie komplett in der Trainingsgruppe von Udo Metzler und hat mit Julian Howard und 6m-Springerin Nina Garay die passenden Trainingspartner für die großen

Herausforderungen in 2020, wo die Zielstellung heißt, um die Medaillen bei den DJHM und der DJM mitzuspringen und sich - wenn möglich - für die große Herausforderung zu qualifizieren – die JWM U20 in Nairobi / Kenia.

*Text: Udo Metzler*