

Zwei Termine hätte Elena Burkard in diesem Spätsommer noch gerne wahrgenommen. Zum einen am 23. August um 19.45 Uhr in Budapest ein Start im Vorlauf der Weltmeisterschaften über ihre Spezialstrecke 3000 m Hindernis. Zum anderen am 23. September die Teilnahme am inklusiven Sportabzweigtage des Leichtathletikverbandes Pfalz in Deidesheim. Verletzungs- und urlaubsbedingt musste sie die Teilnahme an beiden Veranstaltungen leider streichen.

Im Interview äußert sich die 31-Jährige aus Baiersbrunn zur eigenen Situation und der des Deutschen Leichtathletikverbandes während der laufenden Weltmeisterschaft sowie zum Thema Inklusion. Die angestrebte Teilnahme an der WM in Budapest hat für die LG farbtex Nordschwarzwald startende deutsche Meisterin von 2019, zweifache EM-Finalteilnehmerin und Medaillengewinnerin bei Europameisterschaften im Crosslauf nach langem Hoffen verletzungsbedingt verpasst.

### **Die WM-Saison stand einmal mehr verletzungsbedingt unter keinem guten Stern. Wie ist die Vorbereitung und das Jahr erst einmal gelaufen?**

Eigentlich liefen die Vorbereitungen Anfang des Jahres wirklich gut. Ich hatte eine gute zweite Hälfte der Cross-Saison, und dann zwei wirklich schöne und konzentrierte Trainingslager in Monte Gordo und Cervia.

### **Mitte Juni schienst Du wieder fit zu sein und bist in Straßburg auch ein 1500 Meter-Rennen mit einer guten Zeit abgeschlossen, allerdings dann auch wieder mit einem schlechten Ende?**

Ja, das war ein harter Schlag ins Gesicht. Ich hatte nach den Trainingslagern ein bisschen mehr Zeit gebraucht, um mich zu erholen, aber das war okay. Die letzte Einheit vor dem Rennen in Straßburg lief dann endlich wieder richtig gut, und ich war guter Dinge, endlich richtig in die Saison einzusteigen. Das Rennen lief auch planmäßig, bis anfangs der letzten Runde meine Plantarsehne angerissen ist. Das war wie ein plötzlicher Messerstich im Fuß. Ich habe kurz gezögert, bin dann aber zu Ende gelaufen; Adrenalin ist ein toller Schmerz-Killer. Dafür war die Zeit noch ganz ordentlich...

### **Wie bewertest Du die vielen Verletzungen deutscher Athleth\*innen im Vorfeld der WM, wie etwa der Pfälzerin Hanna Klein und der auf Deiner Strecke bei der EM überzeugenden Lea Meyer?**

Im DLV scheint der Wurm drin zu sein; irgendwas läuft da ganz schön schief. Gerade waren die U20 Europameisterschaften mit einem unglaublich erfolgreichen deutschen Team. Man könnte meinen, das gibt Hoffnung für die Zukunft; aber die Deutsche Leichtathletik war schon immer in den Jugendklassen sehr erfolgreich unterwegs, nur in den letzten Jahren hat sich das nicht mehr im aktiven Bereich widerspiegelt. Sicherlich ist es für alle Athleten der erweiterten Weltspitze auch physisch und psychisch hart, sich quasi seit 2020 jedes Jahr auf ein Großereignis wie Olympische Spiele oder Weltmeisterschaften vorzubereiten.

### **Inwieweit spielt bei der Verletzungsserie das neue Schuhwerk mit den Carbon-Einlagen eine Rolle, was gerade auch die Sprinterin Gina Lückenkemper in einem Interview thematisiert hat?**

Ich denke, die Carbonschuhe spielen eine große Rolle. Jeder, der schon einmal 2km am Stück gejoggt ist und dann zum ersten Mal die neuen Schuhe anzieht, wird den Unterschied spüren. Der Schuh gibt einen ganz anderen Bewegungsablauf vor; darauf muss sich der Körper erstmal einstellen. Eventuell zahlt man den Preis für das neue, leicht Laufgefühl erst viel später...

### **Nach der Teilnahme an der EM 2022, wie wirst Du nun die WM in Budapest verfolgen und wie schätzt Du die Chancen der deutschen Starter\*innen auf ein besseres Abschneiden als vor einem Jahr in Eugene mit nur zwei Medaillen ein?**

Ich bin mir noch nicht sicher, in welchem Maße ich die WM verfolgen werde. Bis jetzt habe ich versucht, mich ein bisschen von der Leichtathletik abzuschirmen, um mich auch mental wieder zu

erholen. Es wird wahrscheinlich keine einfache WM für das Deutsche Team werden, aber ich drücke natürlich allen die Daumen, und hoffe, dass besonders die "underdogs" die Chance bekommen, sich zu beweisen.

**Aktuell bist Du verletzungsbedingt zu einer Pause gezwungen. Wann wirst Du in die Vorbereitungen auf die Olympischen Spiele in Paris einsteigen können, die sicher noch einmal ein großes Ziel für Dich sein werden und spielt in den Planungen auch die Cross-Saison eine Rolle?**

Die Vorbereitungen laufen eigentlich schon. Ich habe jetzt die Möglichkeit, vor allem über Radfahren und Aquajoggen, mir eine gute Grundlagenausdauer aufzubauen. Außerdem versuche ich die Zeit zu nutzen, an meinen Schwächen zu arbeiten, um im Herbst voll leistungsfähig zu sein. Die Cross-Saison spielt da eine große Rolle. Wir haben die Bahn Saison schon immer über den Cross vorbereitet, und ich habe schon eine lange Liste an Rennen die ich gerne bestreiten würde (und die von meinem Trainer Jörg Müller auf ein vernünftiges Maß reduziert werden wird).

**Lassen sich Training und Beruf momentan gut vereinbaren?**

Ich bin nach dem Studium in Tübingen seit gut einem Jahr wieder im Schwarzwald und arbeite Teilzeit im Labor der Firma Schupp. Meine Arbeitszeiten sind sehr flexibel, und ich habe eine sehr verständnisvolles Team um mich herum. Für mich aktuell eine optimale Kombination zwischen Arbeit und Sport.

**Planst Du dabei auch wieder einen Reha-Aufenthalt im REHA Med Gesundheitspark in Herxheim ein und wie bewertest Du generell das Angebot der von Johannes Eichinger aufgebauten Einrichtung?**

Das Reha Zentrum in Herxheim ist einzigartig in Deutschland, und für mich schon ein kleines Stückchen Heimat. Johannes Eisinger hilft damit der Leichtathletik immens, und ich bin sehr dankbar für die vielen Wochen, die ich schon dort verbringen durfte. Aktuell ist allerdings kein Aufenthalt geplant, aber in der Pfalz ist man sehr flexibel und spontan...

**Blenden wir einige Jahre zurück zu Deinem Studienaufenthalt mit einem Sportstipendium in San Francisco. Ein Studium in den USA wird nach wie vor im Verband teilweise etwas kritisch betrachtet. Wie blickst Du persönlich auf diese Zeit zurück?**

Die Zeit in San Francisco hat mein Persönlichkeit unglaublich geprägt und ich habe noch immer Heimweh nach Kalifornien. Rückblickend kann ich manchmal gar nicht fassen, was mir dort für Möglichkeiten geboten wurden. Die Erinnerungen und die Werte, die mir dort vermittelt wurden, werde ich ein Leben lang im Herzen tragen.

**Hast Du in dieser Zeit auf sportlicher oder privater Ebene Erfahrungen mit dem Thema Inklusion gemacht, die bekanntlich in den USA schon länger einen höheren Stellenwert besitzt?**

Ja, in Amerika, und besonders in San Francisco, hat es einen extrem hohen Stellenwert, der Gesellschaft etwas zurückzugeben. Als Sportteam hatten wir zahlreiche soziale Veranstaltungen, in denen wir uns eingebracht haben. Ganz konkret gab es zum Beispiel das "Best Buddy" Programm, bei dem Menschen mit Behinderung uns regelmäßig in der Uni besucht haben und wir gemeinsam Sport gemacht haben. Das war immer total lustig, denn wenn manche Leichtathleten zum Beispiel einen Ball in die Hand bekommen, kann man auf den ersten Blick gar nicht mehr erkennen, wer jetzt eigentlich eine sogenannte "Einschränkung" hat.

**Viele Para-Sportler\*innen fordern seit langem eine engere Zusammenarbeit mit dem DLV nach dem Vorbild anderer Länder in Sachen Training und Wettkampfplanung. Es gibt nur ganz selten gemeinsame Trainingsgruppen, bei denen man gegenseitig von den Erfahrungen profitieren könnte. Wie stehst Du dazu?**

Ich denke auch, dass man eine Zusammenarbeit viel mehr fördern müsste. Es kann dabei nur Gewinner geben. Die Tatsache, dass ich in meinen 12 Jahren Leistungssport in Deutschland noch kaum Kontakt zu Para-Sportlern hatte, spricht für sich.

**Welchen Beitrag zur besseren gesellschaftlichen Anerkennung können Deiner Meinung nach Veranstaltungen wie die Special Olympics World Games in Berlin auf der großen Bühne und der inklusive Sportabzeichentag in Deidesheim in kleinerem Rahmen leisten?**

Solche kleinen Veranstaltungen sind die Grundlage, dass große Veranstaltungen überhaupt stattfinden können. Primär müssen die Menschen flächendeckend erst einmal den Zugang zum Sport finden können; sonst haben wir Special Olympics World Games ohne Athleten. Ich glaube, dass jeder Sportler Werte wie Fairplay, oder Kameradschaft vermitteln kann, aber dazu braucht man eine Bühne, die öffentliche Beachtung findet.