

Platz fünf für Daniela Falck bei der Kraftdreikampf-WM

Hochzufrieden kehrte Daniela Falck mit dem fünften Platz im Federgewicht der Altersklasse I von der Weltmeisterschaft im Kraftdreikampf aus Helsingborg zurück. Ihre erzielte Leistung mit 352,5 kg (125/72,5/155) ist deshalb so bedeutsam, weil mit der Norwegerin Manuela Pischel-Bakker nur eine einzige Europäerin stärker war.

Wie schon in den Jahren zuvor galten die Medaillenränge als gesetzt. Weltmeisterin wurde die US-Amerikanerin Audria Butler mit 405 kg (157,5/102,5/145) vor der Kanadierin Natasha Dunn Kvedaras (380 kg) und der besten Europäerin Pischel-Bakker mit ebenfalls 380 kg.

Im Mittelfeld mischte die 10fache deutsche Meisterin beherzt mit, obwohl die bei der deutschen Meisterschaft erlittene Verletzung die Vorbereitungsphase stark behindert hatte. Mit drei astreinen Versuchen in der Beuge platzierte sie sich mit 125 kg auf Rang sechs. Auf der Bank brachte sie als Fünftbeste 72,5 kg in die Wertung – 75 kg gelangen leider nicht mehr.

In ihrer Lieblingsdisziplin, dem Kreuzheben, liebäugelte sie mit einer Medaille, musste aber dann doch mit Platz fünf zufrieden sein.

Das lag aber nicht an ihrer Leistung – sie lupfte beachtliche 155 kg. Der Grund ist vielmehr in der hohen Leistungsdichte zu sehen: Zwischen dem ersten und dem vierten Rang lagen nur 2,5 kg und wiederum 2,5 kg dahinter folgte Daniela Falck. Die im Dreikampf erzielten 352,5 kg und der damit verbundene fünfte Platz waren an diesem Tag das erreichbare Optimum.

Dazu das Statement der 43jährigen Bavarianerin: „Mit dieser Leistung bin ich top zufrieden. Ich hab alles gegeben! Das erste Halbjahr 2019 war von 3 wichtigen Meisterschaften geprägt und ließ auch nur ein Training auf hohem Intensitätslevel zu. Die Europameisterschaft im März (Platz 5 in Győr/Ungarn), die deutsche Meisterschaft im April (Platz 1 in Niestetal bei Kassel) und jetzt die Weltmeisterschaft haben mich "ausgepowert", fühle mich ausgebrannt. Es wird Zeit für Regenerationstraining, Volumentraining, Technikumstellungen etc. Dazu hab ich im Juli schon ein Trainingslager gebucht und mich mit neuen Trainingsplänen beschäftigt“.

Die Powerfrau mit Trainer- und Kampfrichterlizenz, die nebenbei noch beim Roten Kreuz ein Ehrenamt ausübt, hat auch schon wieder für das nächste Jahr die Ziele mit EM, WM und DM fest im Auge.



Daniela Falck