

Bis die Küche kocht

Antonia Seemann – mehr als eine erfolgreiche Läuferin

Von unserem Redaktionsmitglied
**ANGELIKA KLEEMANN
ROMMERZ**

Zu Weihnachten hat Antonia Seemann einen Startplatz für den Löwen-Triathlon im Mai in Freilingen bekommen. Dann könnte die 16-jährige Rommerzerin ihr Debüt im Triathlon geben. Doch von Haus aus ist die Leichtathletin des TV Fliesen Langstrecklerin. Aus Leidenschaft. Und erfolgreich dazu.

Im vergangenen Herbst lief Antonia erstmals bei einem Wettkampf auf der Bahn die 5000 Meter: Mit ihren 18:17,89 Minuten katapultierte sich die Freiherr-vom-Stein-Schülerin gleich auf Rang drei in der Deutschen Bestenliste der U18. „Eine Zeit in der Art hatte ich mir erhofft. Dafür hatte ich auch viel trainiert“,

blickt sie zurück. Trainingsfleiß zeichnet Antonia Seemann besonders aus. Das hebt Trainer Gerhard Reichenauer hervor. „Antonia muss man nichts sagen. Sie macht das von sich aus“, lobt er. „Wenn die anderen schon fertig sind, läuft sie noch ein paar Runden mehr.“ Und das ohne übertriebenen Ehrgeiz.

Alleine im Wald oder auf der Straße zu trainieren, macht der 16-Jährigen wenig aus. Es sei denn, es stehen Intervalle auf dem Trainingsplan. „Sich dann zu motivieren, ist viel härter als im Stadion gemeinsam in der Gruppe“, sagt Antonia mit Blick auf den Kampf gegen den inneren Schweinehund.

Doch es gibt noch etwas außer dem Laufen, das sie reizt: der Triathlon. Seit 2020 ist sie Mitglied bei Tri-Force Fulda. Vater Peter betreibt die Sportart schon länger. Eigentlich wollte sie im vergangenen Jahr ihren ersten Triathlon finisken. Corona machte einen

„
Ich liebe das Laufen, das ist meine Sportart. Aber so lange ich alles schaffe, möchte ich überall dabei sein.

Antonia Seemann
mit Blick
auf den Triathlon

Strich durch die Rechnung. Nun hat Antonia den Löwen-Triathlon in Freilingen im Westerwald am 22. Mai fest im Blick. 500 Meter Schwimmen,

20 Kilometer Radfahren und 5 Kilometer Laufen sind die Distanzen im Sprintwettkampf. Antonia Seemann liebt die Vielseitigkeit.

Vor zwei Jahren kam sie durch ihren Bruder Adam zum Schwimmen, fand daran Gefallen und startete für den Schwimmsport Fulda sogar bei einigen Wettkämpfen. „Natürlich bin ich viel zu spät eingestiegen, um richtig Leistung zu bringen, aber es macht mir Spaß“, bekennt sie. Zum Triathlon fehlt nur noch der Radsport – für die passionierte Mountainbikerin kein Problem. Zumal sie zum Geburtstag im vergangenen Jahr ein Rennrad geschenkt bekam. Das kommt auch im Winter zum Einsatz. Auf Rollen im Trockenen. Zweimal in der Woche wird in der nicht mehr benötigten Zweitküche des Hauses Seemann ordentlich getreten und der Körper zum Kochen gebracht. „Das ist total witzig“, zeigt sich Antonia begeistert. Statt Fahrtwind sorgt ein Ventilator für Abkühlung.

Von Lockdown-Blues ist bei der 16-Jährigen keine Spur. Ihre Freundinnen und den direkten Kontakt vermisst sie allerdings schon. Per WhatsApp oder Telefon wird sich ausgetauscht, werden Schulaufgaben besprochen – gemeinsam geht es viel leichter. Ihre sozialen Kontakte sind stark beschränkt. Mit der besten Freundin ist mal ein Spaziergang drin, mit dem Bruder ein Tischtennismatch auf dem Spielplatz. Nur im Haus hocken und warten bis einem die Decke auf den Kopf fällt – nicht mit Antonia. Sie schätzt sich vielmehr glücklich, dass sie Laufen und Radfahren auch während des Lockdowns betreiben kann. Lediglich beim Schwimmen sitzt sie auf dem Trockenen.

Ihr großes Ziel ist das um ein Jahr verschobene Triathlon-Debüt. Deshalb hofft sie, dass im Frühjahr und Sommer endlich wieder Wettkämpfe stattfinden können. Dann will sie zweigleisig unterwegs sein.



Antonia Seemann in ihrem Element.

Fotos: Charlie Rolff



Auf der Rolle: Hier: Antonia Seemann bringt sich in der Küche zum Kochen.