



Torben Laidig

EINE KONSTANTE GRÖSSE

Im vergangenen Jahr wurde Torben Laidig (LAV Stadtwerke Tübingen) zum großen Pechvogel im Lager der deutschen Stabhochspringer, als er nach einem Stabbruch aufgrund einer Handverletzung trotz erfüllter Norm auf einen Start bei der WM verzichten musste. Nach seinem Studium in den USA will der 24-Jährige in dieser Saison nun unbedingt zur EM nach Berlin.

Den vergangenen Samstag hat Torben Laidig auf Wohnungssuche verbracht. Gleich mehrere Wohnungen hat sich der Stabhochspringer in Tübingen angeschaut. Nach seiner Rückkehr aus den USA, wo er zuletzt studiert hatte, wohnt Laidig momentan noch bei seinen Eltern in Schwäbisch Hall – zum Herbst, wenn er in Tübingen aller Voraussicht nach ein Masterstudium in Medizin beginnen wird, will er aber endgültig zu Hause ausziehen. Das Trikot der LAV Stadtwerke Tübingen trägt er bereits. „Es ist mir wichtig, dass ich für einen Verein aus der Stadt starte, in der ich auch lebe“, sagt der 24-Jährige, der bis 2017 noch das Trikot der WGL Schwäbisch Hall getragen hatte.

Vier Jahre lang hat Torben Laidig in den USA an der Virginia Tech University Biochemie und später zusätzlich Biologie mit der Vertiefung Biomedizin studiert. In dieser Zeit startete er für das Universitätsteam und wurde unter anderem 2016 amerikanischer Hochschul-Vizemeister. Über seine Zeit in Übersee sagt er: „Ich bin in dieser Zeit viel reifer und selbstständiger

geworden.“ Vor allem aber hat er sich sportlich weiterentwickelt. Als er 2014 in die USA ging, lag seine Bestleistung gerade einmal bei 5,20 Metern – als er jetzt zurückkam, hatte er sie bis auf 5,70 Meter gesteigert. „Ich habe mich trotz mehrerer Verletzungen kontinuierlich verbessern können. Ich bin mit der sportlichen Entwicklung absolut zufrieden“, sagt er.

Neue Trainingsansätze > Ein Grund für die Steigerung war das veränderte Training. In Deutschland hatte er vorher nie besonders viel Krafttraining gemacht – und wenn, dann eher Übungen mit dem eigenen Körpergewicht. „In den USA ging es im Hinblick auf das Krafttraining, deutlich härter zur Sache. Das ist vielleicht nicht für jeden etwas, aber für mich war es genau das Richtige“, so Laidig. Hinzu kam, dass im Team an der Virginia Tech University gleich mehrere gute Stabhochspringer standen, die sich gegenseitig antrieben, was bei seinem Heimatverein nicht in diesem Ausmaß der Fall gewesen war. Mit Stephan Munz war an der Hochschule auch ein ehemaliger

deutscher Stabhochspringer als Co-Trainer tätig. Er ist inzwischen ebenfalls in die Heimat zurückgekehrt und betreut Laidig jetzt auch in Deutschland.

Die Nerven werden entscheiden

> Laidigs letzter Wettkampf in den USA waren Anfang Juni die NCAA-Hochschulmeisterschaften im altherwürdigen Hayward Field in Eugene gewesen, das direkt danach teilweise abgerissen wurde und für die WM 2021 von Grund auf renoviert wird. Torben Laidig gewann dort noch einmal die Bronzemedaille. „Das war ein schöner Abschluss“, sagt er. Doch längst geht sein Blick wieder nach vorn. Das große Ziel sind die Europameisterschaften in Berlin. Mit einem Sprung über 5,60 Meter hat Laidig als einer von sechs deutschen Stabhochspringern die EM-Norm bereits erfüllt – die endgültige Entscheidung über eine mögliche Nominierung erfolgt aber erst bei den Deutschen Meisterschaften. Da Ex-Weltmeister Raphael Holzdeppe (LAZ Zweibrücken) als Jahresbester (5,81 m) gesetzt sein dürfte, kämpfen in Nürnberg fünf Athleten um die zwei verbleibenden Plätze. „Da

wird es auf die Tagesform ankommen und darauf, wer die besten Nerven hat“, sagt Torben Laidig.

Sein größter Trumpf ist seine Konstanz. In dieser Saison hat der Tübinger bislang keinen „Salto Nullo“ hingelegt, wie überhaupt nur sehr selten in den vergangenen Jahren. „Das ist ein gutes Zeichen“, sagt er, auch wenn der Ausreißer nach oben bislang noch auf sich warten lasse. „Ich bin aber zuversichtlich, dass es bald so weit ist.“ Bislang hat Laidig in diesem Sommer nur Anläufe mit 15 Schritten gemacht, hat zudem nur relativ kurze Stäbe verwendet. „Bis zu den Deutschen Meisterschaften will ich mich auch in dieser Hinsicht noch steigern“, sagt er.

Dass er bislang nur aus kurzem Anlauf gesprungen ist, war eine Spätfolge seiner Verletzung im vergangenen Jahr. 2017 war Torben Laidig gleich Anfang April 5,70 Meter gesprungen – bis heute seine Bestleistung und gleichbedeutend mit der Norm für die Weltmeisterschaften in London. Doch als nur wenige Tage später im Training sein Stab brach, zog er sich einen Handgelenksbruch zu, der ihn letztlich die WM-Teilnahme kostete. Zunächst hatte er noch Hoffnung gehabt, doch die Verletzung verheilte langsamer als gedacht. Zunächst wuchs das Handgelenk nicht richtig zusammen; dann dauerte es lange, ehe er seine Hand wieder richtig bewegen konnte. Erst Ende Oktober konnte er wieder ins Stabhochsprungtraining einsteigen. „Es war eine harte Zeit“, sagt Torben Laidig. Mittlerweile ist der Zwischenfall kein Thema mehr – Angst, dass ihm erneut der Stab brechen könnte, hat der 24-Jährige nicht. „Man muss diese negativen Gedanken einfach verdrängen. Nur wenn man seinem Gerät vertraut, kann man ordentlich springen.“

Philip Häfner



TORBEN LAIDIG

LAV Stadtwerke Tübingen

Geboren: 13. März 1994

Disziplinen: Stabhochsprung

Trainer: Stephan Munz

Persönliche Bestleistung: 5,70 Meter

Größter Erfolg: DM-Dritter 2016

