

MAGAZIN 26.11.2019 – Taekwondo

Athletes on Air – Lea Sesar – Taekwondo

„Mädchen haben es in der Kampfkunst Szene nicht immer leicht“, stellt Lea Sesar gleich zu Beginn unseres Gespräches fest. Weil in vielen Köpfen in der westlichen Welt noch immer ein traditionelles Bild haftet indem Frauen, die Taekwondo oder ähnliche Sportarten ausüben, keinen Platz haben. Das könne manchmal schon nervig sein, weil man sich als Frau immer wieder rechtfertigen müsse für das was man gerne macht. Inzwischen hat sich dieses Bild in der Taekwondo Schule Innsbruck, ihrem Verein, verändert und auch immer mehr Mädchen trainieren auf hohem Niveau.

Tatsächlich muss sich Lea Sesar ihren Platz immer wieder erkämpfen, „weil sich die Jungs im Training ihrer Kraft nicht immer bewusst sind und diese richtig gut umsetzen. Das tut manchmal weh. Zugleich können Männer aber auch einstecken“, sieht Lea Sesar die andere Seite. Sie ist in Tirol eine von wenigen Frauen, die sich in der Kampfkunst Taekwondo auf Leistungsniveau bewegen, an der SportHAS sind die jungen Frauen inzwischen zu dritt in ihrer Sportart.

Wie sie Taekwondo entdeckt hat, wollen wir natürlich wissen und bekommen eine Antwort, die wir schon häufiger gehört haben: ein Freund ihres Vaters hatte es vorgeschlagen und Lea Sesar und ihr Bruder waren begeistert, sie wetteiferten bis hin zu den Europameisterschaften. Rund zehn Stunden pro Woche trainiert die Innsbruckerin. Die Gemeinschaft im Team und auch in der Schule empfindet Lea Sesar fordernd und bereichernd zugleich: „Wir haben es gemeinsam auch oft lustig und können richtig gut zusammenhalten. Was ich auch mag ist das viele Reisen.“

Meine...
Vorbilder sind... Lauren Williams (Großbritannien)
Hobbies... Lesen, Serien-Schauen
Ich erhole mich bei: Massage und Schlaf
Niederlagen verarbeite ich indem ich: 24 Stunden darüber nachdenke und mich dann auf ein neues Ziel konzentriere.
Was ich einem jungen Athleten mit auf den Weg gebe: Dran bleiben bei Höhen und Tiefen, egal ob sportlich oder schulisch.

größten Erfolge bisher waren: International Children Games Taipei (3. Platz), mehrfache Tiroler und Österreichische Meisterin.
Ziele sind... Gut in die Seniorengruppe hineinstarten und bei größeren Turnieren mithalten
Stärken sind.. kraftvolle Kicks, Beweglichkeit