

## Monika Karsch lässt sich von Rückschlägen nicht beirren

Die Sportschützin und Olympia-Zweite von 2016 peilt die Spiele in Paris an – Der Spaß steht für sie weiter im Vordergrund

**Regensburg.** Monika Karsch nimmt Paris ins Visier. Ihr Ziel ist fest umrissen. Bei Olympia 2024 an der Seine will die Sportschützin dabei sein, im besten Fall ihr Kunststück von Rio de Janeiro 2016 wiederholen und mit Edelmetall im Gepäck zurück nach Regensburg reisen. Es wären ihre dritten Spiele.

Was treibt die 39-Jährige nach all ihren nationalen wie internationalen Erfolgen noch an? Wie motiviert sie sich immer wieder neu? Dazu referierte Karsch, die im April zur Oberpfalz-Botschafterin in der Kategorie Sport berufen wurde, bei einer Veranstaltung des Vereins BusinessFrauen im freien Beruf und Management (BFBM) in den Bischofshof Braustuben.

Was überrascht: Monika Karsch, die einen Leistungssport betreibt, der ein Höchstmaß an Konzentration erfordert, beschreibt sich selbst als „diszipliniert und fokussiert, aber eher unorganisiert“. Also zieht die zweifache Mutter in ihrem Leben Leitplanken ein, an denen sie sich orientiert. „Ich tue genau das, was mir Spaß macht, und lasse mich dabei von niemanden aufhalten“, so lautete einer der Merksätze in ihrem Vortrag.

Beharrlichkeit zeichnete sie bereits in sehr jungen Jahren aus. „Ich habe schon mit 14 daheim meinen Traum formuliert, einmal bei Olympischen Spielen zu starten“, sagte sie – und sei für diese forsche Aussage sogar von ihrer Mutter mit



**Sportschützin** Monika Karsch (l.) mit der BFBM-Vorsitzenden Rita Fürst Foto: Helga Wagner

den Worten „Ach, Moni“ zunächst eher belächelt worden.

Rückschläge gehören zum Leben, nicht nur im Sport.

Karsch sprach von „Wellen“. Die Pistolenschützin wollte bereits bei den Spielen 2012 in London dabei sein, scheiterte aber noch in der Qualifikation. Daran hatte sie damals zu knabbern. Selbst nach dem Highlight von Rio de Janeiro lief nicht immer alles nach Wunsch, auch wenn sie das Jahr 2019, in dem sie unter anderem ihren EM-Titel erfolgreich verteidigte, als „meinen persönlich größten sportlichen Moment“ einstufte und von der Wertigkeit sogar höher als die olympische Silbermedaille ansiedelt. Nebenbei bemerkte sie in jenem Jahr ihr Studium zur Betriebswirtin ab.

Die Pandemie war mit dafür verantwortlich, dass die vergangenen Spiele in Tokio nicht

nach Wunsch liefen. Gewohnt, auf den Punkt hin zu trainieren und im rechten Augenblick die optimale Leistung am Schießstand zu bringen, brachte sie die Verschiebung um ein Jahr mental aus dem Tritt. „Der letzte Fokus fehlte“, sagte sie; „Und so waren dann auch die Spiele.“ Sie scheiterte in der Qualifikation an einer geforderten Marke, „die ich normalerweise schieße, wenn ich mitten in der Nacht geweckt werde“.

Nun richtet sich ihr Blick nach vorne, auf Paris. In der Vorbereitung vertraut sie auf „Life Kinetik“, eine Trainingsform, die Karsch bereits 2010 für sich entdeckt hat. Sie verbindet herausfordernde Wahrnehmungsaufgaben mit ungewöhnlichen Bewegungen. gr