

Selina von Jackowski, 10.12.1997 – Leichtathletik

Wohnort: Pfeffingen

Körpergrösse:

Spitzname:

Hobbies: Klarinette spielen, Zeichnen, Segeln, Backen, Filme schauen

Ausbildung: Wirtschaftsstudium in Basel, Doktorandin/ Assistentin PwC-Stiftungsprofessur

Rechnungslegung (60%)

Idol: kein Idol

Lebenseinstellung:

«All of your dreams can come true, if we have the courage to pursue them.» (Walt Disney)

Mannschaften:

LAS Old Boys Basel

Trainerin:

Claudine Müller

Trainingspartner:

Jason Joseph, Celine Albisser

Trainingsumfang:

Wintertraining/ Vorbereitungsphase: 18 – 20 Stunden pro Woche (acht bis zehn Trainingseinheiten).

Sommertraining/ Wettkampfphase: 8 – 10 Stunden pro Woche (drei bis sieben Trainingseinheiten).

Verletzungen:

2018 – Kreuzband- und Meniskusriss, OP und neun Monate Reha standen dann auf dem Programm.

2021 – Meniskusriss, OP und frühzeitiges Abbrechen der Saison.

Wichtigste Erfolge Schweiz:

Kantonale Rekordhalterin 100m Hürden BS

Wichtigste Titel Schweiz:

2017 – Silber an den Schweizermeisterschaften über 100m Hürden und Weitsprung.

2019 – Silber an den Schweizermeisterschaften über 100m Hürden.

2020 – Silber an den Schweizermeisterschaften über 100m Hürden.

2021 – Bronze an den Hallen Schweizermeisterschaften über 60m Hürden.

2021 – Bronze an den Schweizermeisterschaften über 100m Hürden.

Internationale Erfolge:

2017 – Universiade in Taipei, 1. Platz mit der 4 x 100m Staffel.

2017 – Teilnahme an der U23 EM in Bydgoszcz (POL)

Saison 2017/ 2018 – Universitäts-Rekord 60m Hürden (Uni Buffalo, USA).

2019 – U23-EM Gävle (SWE) Teilnahme 100mH

Hallen EM Torun (POL) Teilnahme 60mH

Ranking National und International

Schweiz : 3. über 100m Hürden und 4. über 60m Hürden (Stand 2021)

Europa : 63. über 100m Hürden und 42. über 60m Hürden (Stand 2021)

Sportliche Einstufung im Verband:

Schweizer Leichtathletik Kader für Kurzhürden

Individual National und International:

Bedeutendstes Ereignis:

2017 – Universiade in Taipei

2021 – Teilnahme an der Hallen EM in Torun (POL)

Zielsetzungen:

Kurzfristig (2022): Qualifikation für die Hallen WM in Belgrad über 60m Hürden, an der Universiade in Chengdu möchte ich unter die Top 3 über 100m Hürden und unter die Top 20 über 200m, Qualifikation für die WM in Eugene, Schweizermeistertitel über 60m Hürden.

Mittelfristig (2023): Das im 2022 erlangte Selbstvertrauen werde ich die Saison 2023 mitnehmen und um den Einzug in das Hallen-EM Halbfinale kämpfen. Auf nationaler Ebene ist es mein Ziel, jedes Jahr an den Schweizermeisterschaften eine Medaille zu gewinnen. Internationale Finalplätze an Europameisterschaften und mindestens ein Halbfinalplatz an den Olympischen Spielen in Paris 2024 sind ein grosses Ziel. Ich möchte die 100m Hürden konstant unter 12.80 Sekunden laufen.

Langfristig (2024): Langfristig möchte ich zu den Top 10 Hürdenläuferinnen in Europa zählen. An den Olympischen Spielen in Paris möchte ich unter die Top 16 kommen, an der EM in Rom unter die Top 8 über 100m Hürden. Bis 2025 werde ich meine Dissertation erfolgreich abschliessen. Meine sportliche Karriere möchte ich bis mindestens zu den Olympischen Spielen in Los Angeles 2028 weiterführen.