

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kallís Montagspost

Ausgabe 13/2018 28. Mai 2018

Olper Sprinterinnen lassen weiterhin die Rekorde purzeln
 Und die U 18 Staffel siegt in deutscher Jahresbestzeit



Marie Ries (Jahrgang 1998)



Anne Böcker (Jahrgang 2007)

Neun Jahre beträgt der Altersunterschied zwischen Marie und Anne. Die beiden haben jedoch einiges gemeinsam. Beide stießen jeweils in der Klasse W 11 zur Olper Leichtathletik. Und beide lieben den Sprint und die Jagd nach Siegen, schnellen Zeiten und Rekorden. Im Monat Mai schlugen Marie und Anne erneut zu. Im Finale der GNAC Track Outdoor 2018 in Monmouth, Oregon/ USA, blieb die Uhr für Marie Ries am 11.5. über 100 Meter bei einer Zeit von 12,18 Sekunden stehen. Dies bedeutete Rang 5 und die Qualifikation für die Deutschen U 23 Meisterschaften, die Ende Juni in Heilbronn stattfinden. Auch über 200 Meter holte sich Marie die Berechtigung für den Start in Heilbronn. In 24,74 Sekunden lief Marie einen Tag später auf den Silberrang. Beide Ergebnisse bedeuten Kreisrekord sowohl für die U 23 als auch für die Frauenklasse.

Beim Ostseepokal in Rostock erkämpfte Anne Böcker am Sonntag in der Klasse W 11 unter 62 Starterinnen im A-Finale Rang 2 in der Zeit von 7,15 Sekunden. Platz 1 verpasste sie nur um 4/100

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Sekunden. Damit unterbot Anne den alten Kreisrekord von Anna Kosina aus dem Jahr 2010, der bei 7,30 Sekunden lag, von vielen als uneinholbar eingestuft.

Einen weiteren fabelhaften Rekord stellte Annica Deblitz in der Klasse W 15 (U16) über die 100 Meter Distanz beim hochklassig besetzten Borsig-Meeting in Gladbeck auf. Hochgemeldet in die Klasse U 18 belegte sie am Ende Platz 1 unter 73 Teilnehmerinnen. Im A-Finale siegte Annica in 12,24 Sekunden und unterbot damit den Kreisrekord von Marie Ries aus dem Jahr 2014, der bei 12,37 Sekunden lag.



Die U 18 Staffel: Christin Schneider, Emma Rehse, Annica Deblitz und Alina Hoberg

Zu den herausragenden Leistungen in Gladbeck gehört das Ergebnis der U 18 - Staffel über 4 x 100 Meter. In der bewährten Aufstellung Emma Rehse, Annica Deblitz, Alina Hoberg und Christin Schneider verbesserte das Quartett seine eigene Bestleistung um rund 1 Sekunde auf 47,64 Sekunden – das bedeutet **Deutsche Jahresbestleistung**. Kommentar Dieter Rotter: „Im erst zweiten Wettkampf der Saison lag der Schwerpunkt noch auf sicheren Wechseln und einer Verbesserung der Zeit vom letzten Wochenende in Amsterdam. Alle drei Wechsel erfolgten in der Mitte des Wechselraums, mit etwas mehr Mut und Risiko besteht ein Verbesserungspotenzial von mehreren Zehntel-Sekunden.“

Die Saison ist zwar noch jung, in dieser Form kann das Quartett jedoch bei den anstehenden Meisterschaften mit dem Saisonhöhepunkt Deutsche Meisterschaften in Rostock von einer Finalteilnahme träumen, wenn nicht sogar von einer Medaille.

Maßgeblich für die aktuelle Stärke des jungen Teams ist nicht zuletzt die gute Form von Emma Rehse, die sich in Gladbeck im Einzelrennen über 100 Meter auf 12,47 Sekunden (Rang 5 in der nächsthöheren Klasse U 18) verbesserte.

Auch mit den übrigen Leistungen seiner Schützlinge war Trainer Dieter Rotter sehr zufrieden. Denn auch die U 20 - Staffel erreichte in der Zeit von 49,48 Sekunden die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften in Rostock. Trotz eines abgestoppten zweiten Wechsels schafften Cathrin Eiden, Alina Franke, Julia Hippler und Wiebke Rosemeyer die Zeit von 49,48 Sekunden, was Rang 3 im Teamvergleich bedeutete.

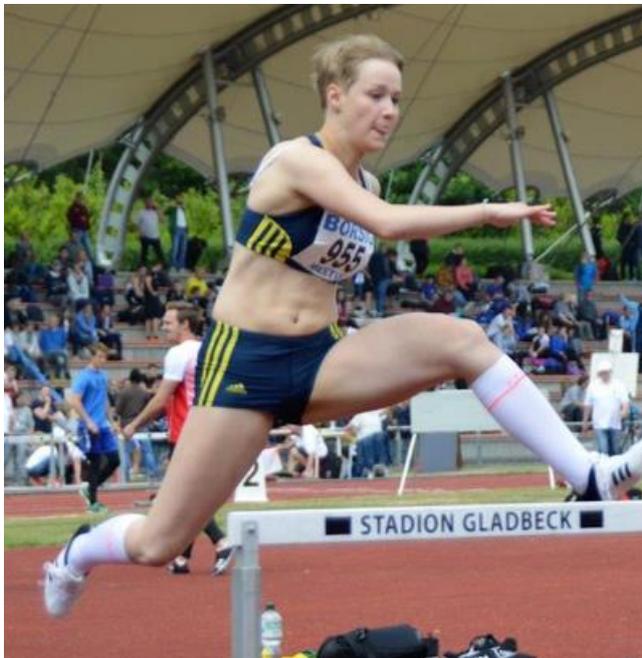
Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Im Einzelrennen über 100 Meter der Klasse U 18 verbesserten sich Julia Hippler auf 12,84 Sekunden und Alina Hoberg auf 12,73 Sekunden. Beide qualifizierten sich damit für das Finale, schonten sich jedoch mit einem Verzicht für weitere Aufgaben. Auf gute 13,30 Sekunden verbesserte sich Luisa Schürhoff, Christin Schneider kam auf 13,04 Sekunden und wurde damit Zweite ihre Vorläufe.

Finalteilnahmen in der Klasse U 20 erreichten Cathrin Eiden mit einem Vorlaufergebnis von 12,91 Sekunden und Alina Franke mit 12,90 Sekunden. Im B-Endlauf schoben sich die beiden mit 12,95 Sekunden und 13,02 Sekunden auf die Plätze 3 und 5.

Niklas Butzkamm (Männerklasse) und Tim Göbel (U 20) schlossen ihre Vorläufe in 11,39 Sekunden und 11,97 Sekunden jeweils auf Platz 2 ab.



Wiebke Rosemeyer mit Bestleistung

Weiter im Aufwind befindet sich Wiebke Rosemeyer, die hochgemeldet in der Klasse U 20 über die 400 Meter Hürdendistanz startete. Wiebke Rosemeyer schaffte in ihrem zweiten 400m-Hürden-Rennen dieses Jahres ebenfalls eine neue persönliche Bestzeit. Als bemerkenswert bezeichnete Dieter Rotter den mutigen Rennbeginn und das Überqueren der ersten vier Hürden im 17-Schritt-Rhythmus und fügte hinzu: „das schafft nicht jede.“ Durch einen Stolperer an der 7. Hürde verpasst Wiebke leider eine bessere Zeit. Da ist also noch Potenzial!

In den technischen Disziplinen der Klasse U 18 gab es die folgenden Ergebnisse:

Marlitt Spille, Speerwurf, 35,87 Meter, Platz 1

Franka Linse, Hochsprung, 1,60 Meter, Platz 4

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

Viel Erfolg dem Leichtathletik-Team Olpe! www.bigge-energie.de

**BIGGE
ENERGIE**
Natürlich von hier.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Die erste Kreismeisterschaft des Jahres stieg in Wenden-Gerlingen



Bedingt durch die Pfingstferien war die Beteiligung an den diesjährigen Mittel- und Langstreckenmeisterschaften des Kreises Olpe nur mäßig. Durch die Hinzunahme der Langstreckenmeisterschaften, die Beteiligung des FLVW-Kreises Siegen-Wittgenstein und durch die üblichen hochklassig besetzten Einlageläufe waren dennoch mehr als 140 Teilnehmer nach Gerlingen auf den Bieberg gekommen. Aus Olper Sicht gab es die folgenden erfreulichen Resultate:

800 Meter:

Vico Lamprecht, M 11, 3:14,83 Min., Platz 1
 Helena Wurm, W 12, 2:55,46 Mi., Platz 1
 Lena Kindopp, W 12, 2:55,62 Min. Platz 2
 Liv Heite, W 14, 2:44,32 Min., Platz 1
 Lina Reiche, W 14, 2:52,32 Min., Platz 2

Ein beachtliches Rennen absolvierte auch Sai Manivannan (Bild oben) über 1.500 Meter. Mit dem Ergebnis von 4:30,12 Minuten über die 1.500 Meter Strecke überzeugte Sai mit einer guten Frühform und Rang 1.

Die nächsten Wettkämpfe

Donnerstag, 31.5.2018	Schülersportfest, Rheine	U 10 bis U 14
Freitag, 8.6.2018	Offene NRW Meisterschaften, Bottrop	Männer/ Frauen
Sonntag, 10.6.2018	Südwestfalenmeisterschaften, Attendorn	m/w 13 und älter
Samstag, 16.6.2018	Kreiseinzelmeisterschaften, Fretter	U 10 und älter
Sonntag, 24.6.2018	Westfälische Jugendmeisterschaften Paderborn	U 16



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Register: Themen zum Nachschlagen

	<u>Ausgabe (vom)</u>	
Alkohol und Sport	28	10.08.2015
Aufwärmen (Trainingslehre)	2	24.02.2014
Core – Säule der Kraft	24	04.07.2016
Core –Training	6	20.02.2017
Dehnen (Trainingslehre)	3	03.03.2014
Dehnen – ein bewegungsorientiertes Konzept	18	12.06.2017
DJMM Deutsche Jugendmannschaftsmeisterschaften	4	10.03.2014
Durchgang (Leichtathletikregeln)	24	29.09.2014
Ehrenkodex der Olper Leichtathletik	5	17.03.2014
Entspannungstraining	11	29.03.2016
Faszien, Erkenntnisse im Beweglichkeitstraining	29	17,11,2914
Fehlstart (Leichtathletikregeln)	5	17.03.2014
Fitnessgeräte auf dem Prüfstand	4	10.03.2014
Knieschmerzen – was kann helfen	19	19.06.2017
Kondition (Trainingslehre)	7	31.03.2014
Koordination (Trainingslehre)	8	07.04.2014
Mentales Training	32	08.12.2014
Muskeln – Beinmuskeln	13	26.05.2014
Muskeln – ungeahnte Multitalente	14	02.06.2014
Muskeln – Muskelfasern	9	27.04.2014
Muskeln – Aufbau der Skelettmuskulatur	7	31.03.2014
Muskelkater	25	20.10.2014
Pezziball-Übungen	10	20.03.2017
Plyometrisches Training	27	03.11.2014
Po-Training	37	12.12.2016
Qualifikationsnormen (Leichtathletikregeln)	3	03.03.2014
Rubberband	3	19.01.2015
Rücken – Teil 1	9	07.03.2016
Rücken – Teil 2	10	14.03.2016
Rumpfttraining – Rotationsbewegungen	25	11.07.2016
Schnelligkeit – keine Zeit verlieren	15	25.04.2016
Schnelligkeit beginnt im Kopf	26	25.07.2016
Sensomotorik	15	09.06.2014
Staffeldrills (Trainingslehre)	22	15.09.2014
Training hat simple Regeln	3	30.01.2017
Trainings- und Wettkampfplanung, Grundzüge	26	27.10.2014
Windmessung (Leichtathletikregeln)	10	05.05.2014

Alle Ausgaben sind abrufbar unter www.skiclub-olpe.de