

# Kallís Montagspost

Ausgabe 16 16. Juni 2014

## Viel Jubel beim Olper Kids Cup

Mit einem Teilnahmeanteil von rund 50 % bereicherten junge Athletinnen und Athleten der SC Fretter, des FSV Helden und der SG Wenden das diesjährige Kinderleichtathletik-Sportfest im Olper Kreuzbergstadion. So konnte mit Hilfe der Kreisvereine die Anzahl der Teilnehmer aus



Hatten allen Grund zum Jubeln: Pauline Bicher, Julia Bergner, Helena Hofmann, Lia Tkocz, alle FSV Helden  
(Foto: Volkher Pullmann)

dem Vorjahr knapp erreicht werden. Zwei Klassenabschlussfeste in der Gallenbergsschule und Hohensteinschule hatten die Olper Fraktion stark schrumpfen lassen und die Durchführung des Sportfestes gefährdet. So aber wurde es doch noch ein richtig schöner Abend in guter Stimmung und mit prima Ergebnissen.

Am spannendsten ging es in der Klasse U 10 der Jahrgänge 2005/ 2006 zu. Die Startgemeinschaft Olpe/Fretter und die Startgemeinschaft Olpe/Helden lagen nach Abschluss der Wettbewerbe nach Punkten gleichauf und eroberten gemeinsam Platz 1.



**Erfolgreich in der U 8: Thilo Deblitz, Justus Weiß, Lena Kindopp, Mia Glasow, Ronja Peterseim, Nico Rütting**



**Oben: Weithochsprung mit Thilo Deblitz  
Links: 30 m Sprint: Philipp Nies (l.) und Alexander Küster**

### Schlussläuferin Jolina Henke sichert Fretter-Staffel den Sieg



**Team Fretter in der Klasse U 12**

Die Mannschaft des SC Fretter mit der überragenden Jolina Henke (3. stehend v. links) überzeugte in allen sechs Disziplinen und konnte im letzten Wettbewerb des Tages, der 6 x 50 Meter Staffel, das Team des SC Olpe knapp auf Platz 2 verweisen. Jolina Henke war es auch, die im Hochsprung mit einem Ergebnis von 1,25 Metern die Tagesbestleistung sprang.

Im Gesamtergebnis hatte das Team des SC Olpe (mit Lina Reiche, Lara Küster, Lennart Gerlach, Lorenz Tegethoff, Melanie Schär, Sara Lupo und Selina Wolff) allerdings die Nase leicht vorn. Mag sein, dass die Leistung der beiden Jungen im Olper Team, Lennart Gerlach und Lorenz Tegethoff, den Ausschlag gab. Mit Unterstützung der Jungs ist das Leben bisweilen leichter.

## Leichtathletik Olpe



Oben: Die Herrin der Ringe, Anna Hommel

Links: Spannung beim Biathlon, Leni König und Emma Heimes (SC Fretter)



Mit Mut durch den Hürdenwald: Jendrik Stahl und Carolin Schneider (SG Wenden)

**Deutsche Jahresbestleistung durch SC Olpe – Staffel**  
4 x 100 Meter Quartett erreicht Deutsches U 23 Finale



**Rekordjäger: Julia Springob, Sarah Langemann, Sophia Werthenbach, Marie Ries, Johanna Heuel, Karina Heuel**

Mit der zehntbesten Meldezeit reiste das 4 x 100 Meter Staffelteam des SC Olpe am Samstag zu den Deutschen Meisterschaften der Juniorinnen U 23 nach Wesel. Als einzige reine Jugendmannschaft mit zwei U 20 und zwei U 18 Sprinterinnen stellte das Olper Quartett die jüngste Staffel aller teilnehmenden Teams. Lag es an der Leichtigkeit aufgrund der fehlenden Favoritenrolle, am selbstbewussten Erfolgshunger der jungen Truppe, an der guten Vorbereitung durch Erfolgstrainer Dieter Rotter oder an der guten Gemeinschaft des gesamten Trainingsteams? Die heutigen Geschehnisse markieren jedenfalls einen weiteren Meilenstein in der noch jungen Geschichte der Leichtathletik des SC Olpe.

Das Staffelteam in der Aufstellung Johanna Heuel, Julia Springob, Marie Ries und Sophia Werthenbach verbesserte seine bisherige Bestleistung um fast 7/10 Sekunden auf 46,70

Sekunden. Grund für diese sensationelle Leistungssteigerung sind laut Dieter Rotter fast perfekte Wechsel und eine ausglichene, sehr starke Mannschaftsleistung.

### Der Lohn:

- **Deutsche Jahresbestzeit in der weiblichen Klasse U 20**
- **mit sechstbesten Vorlaufzeit aller U23-Staffeln: Finalteilnahme**

Im Finale am Sonntag bestätigte die Staffel auf der ungünstigen Außenbahn mit einer Zeit von 46,77 Sekunden ihre super Vorlaufzeit und beendete die Deutschen Meisterschaften mit Rang 7. Eine sehr gute Darstellung des jungen Olper Teams, das von allen Seiten großes Lob bekam.

## Jan Eiden gewinnt die Hitzeschlacht in Netphen-Deuz



Nach dem 4. Platz bei den westfälischen Langstaffelmeisterschaften in Witten bewies Jan Eiden auch in der Einzelkonkurrenz seine Qualitäten. Beim Deuzer Pfingstlauf, der zur AusdauerCup-Serie gehört, nahm er die 3000-Meter-Strecke unter die Füße. Mit einem satten Vorsprung von 1 Minute 30 Sekunden gewann er nicht nur den Wettbewerb in der Klasse U 14, sondern legte mit 11:45 Minuten auch noch eine prima Zeit hin. Dies bedeutet einen Schnitt von deutlich unter 4 Minuten pro Kilometer, und dies bei annähernd 30 Grad im Schatten und einer weitgehend schattenlosen Strecke.

Nicht verwunderlich ist es, dass Jan mit dieser Leistung auch sämtliche Konkurrenten der beiden nächst höheren Jahrgänge 2000 und 1999 hinter sich ließ, mit Ausnahme von Daniel Trinkner von der LAG Siegen.

Für die Cupwertung bedeutet dieser Sieg eine Gutschrift von weiteren 20 Punkten, das ist die höchstmögliche Wertung. Jan Eiden behält somit die Favoritenstellung auf den Gesamtsieg der Serie, die im November entschieden wird.

3000 Meter Pfingstlauf in Deuz: Jan Eiden

## Vorsprung durch Technik: Alina Hoberg

Eigentlich wollte sie „nur“ die 2-Meter-Marke überwinden. Mit diesem Ziel fuhr Alina Hoberg am Donnerstag (12.6.) zum zweiten Teil der Stabhochsprungserie des LAZ Soest. Daraus wurde mehr.



Kontrollierte Bewegung in der Höhe: Alina Hoberg (Foto: Volkher Pullmann)

Nach einem guten Eindruck beim Einspringen legte Alina, Altersklasse U 14, gemeinsam mit ihrem erfahrenen Trainer Dieter Heumann schon die Einstiegshöhe bei 2,02 Meter fest. Ein mutiger Schritt. Wenn der Plan misslingt, fährt man ohne gültigen Versuch zurück nach Hause. Wenn er gelingt, spart man Kraft für die nächsten Höhen. Die Rechnung ging auf. Dank ihrer für ihr Alter bereits sehr gut entwickelten Technik überwand Alina scheinbar mühelos die anvisierte Höhe. Da war noch Platz für mehr. Nächstes Ziel: 2,12 Meter. Konzentration, mutiger Anlauf, Einstich des Stabes in den „Kasten“, Absprung, den Stab nach vorn oben drücken, Schwungbeinpeitsche, Aufrollen, Stabenergie in die Streckung überführen, Drehung über der Latte, Stab zurückstoßen, Landung einleiten – geschafft, Ziel übererfüllt.

Nach einem ungültigen ersten Versuch über 2,22 Meter und leichten Anzeichen einer Leistenzerrung entschloss sich Alina nach Rücksprache mit ihrem Trainer, die weitere Höhenjagd auf ein nächstes Mal zu verschieben. Viel Erfolg dabei!

## **Gute Sprintleistungen bei den Westfälischen in Paderborn**



**In neuer Wettkampfbekleidung: Hanne Gunkel, Greta Wulff, Alina Franke, Cathrin Eiden und Marie Hachenberg**

Bei den Westfälischen U 16 Meisterschaften im von vielen Trainingslagern her bekannten Ahornsportpark in Paderborn zeigten sich die Mädchen aus Fretter und Olpe pünktlich in Topform. Greta Wulff vom SC Fretter verbesserte ihre persönliche Bestzeit über die 100 Meter auf 12,95 Sekunden. Erstmals unter 13 Sekunden blieb auch ihre Vereinskollegin Alina Franke, die im Vorlauf auf 12,98 Sekunden kam. Beide qualifizierten sich mit diesen Leistungen für das B-Finale.

Cathrin Eiden verbesserte ihre persönliche Bestzeit über die 80 Meter Hürdendistanz auf 13,68 Sekunden.

Die 4 x 100 Meter Staffel der Startgemeinschaft Olpe/Fretter errang in der Besetzung Cathrin Eiden, Alina Franke, Greta Wulff und Hanne Gunkel (Ersatz: Marie Hachenberg) Rang 6.

Die Meisterschaft im 100 Meter Finale in der Klasse W 14 ging übrigens in den Kreis Olpe. Überlegene Siegerin in der Superzeit von 12,49 Sekunden wurde Carlotta Selbach von der LG Südsauerland. Herzlichen Glückwunsch!

## Erfolge auf der Mittelstrecke für Julian Gutsein und Levin Gäher



Auf dem Weg zu Silber: Julian Gutstein (126)



Überholvorgang abgeschlossen: Levin Gäher (127)

Sie sind riesig, die Fußstapfen von Leif Gunkel vom SC Fretter. Seine beiden Vereinskollegen, Julian Gutstein und Levin Gäher haben dennoch die Verfolgung aufgenommen und gingen bei den Westfälischen Meisterschaften auf Titeljagd. Auch wenn es im ersten Anlauf noch nicht ganz gelang, sind die beiden Talente auf einem guten Weg. Julian Gutstein holte sich in 2:11,39 Minuten die Vizemeisterschaft. Dabei rückte er im Endspurt nahe an den führenden Mohamed Hamadi von der LG Olympia Dortmund heran, und man konnte durchaus den Eindruck gewinnen, dass er ihn noch überholt hätte, wenn das Rennen noch über weitere 20 Meter gelaufen wäre.

Levin Gäher gewann seinen Zeitlauf und wurde mit 2:19,42 Minuten Neunter in der Gesamtwertung. An beide Mittelstreckler des SC Fretter ein herzlicher Glückwunsch, nicht nur für die gute Platzierung, sondern auch für die persönlichen Bestzeiten.

### **Ziemlich beste Freundinnen**

sind Alica und Melina aus der U 14 – Trainingsgruppe der Olper Leichtathletik. Das Wort „ziemlich“ aus dem Titel des preisgekrönten Kinoknüllers könnte man allerdings guten Gewissens weglassen, denn die beiden sind unzertrennlich. Zu ihren vielen gemeinsamen Unternehmungen gehört auch der Stabhochsprung unter der Leitung von Trainer Dieter Heumann.



Die Erfolge können sich sehen lassen, denn beide sind drauf und dran, die 2-Meter-Marke zu erobern. Alles nur eine Frage der Zeit und des regelmäßigen Trainings. Mut, Bewegungsgefühl sowie turnerisches und akrobatisches Talent und Erfahrung sind einige von vielen Voraussetzungen, die man für diese anspruchsvolle leichtathletische Disziplin mitbringen muss. Eine weitere ist sicherlich das gekonnte Fallen und eine sichere Landung auf der Matte hinter der Sprunglatte.

Dass letztgenannte Fähigkeit abseits der Stabhochsprunganlage nicht immer funktioniert, hat nun zu einer weiteren, allerdings ungewollten, Gemeinsamkeit geführt. Bei Stürzen innerhalb von wenigen Tagen – außerhalb von Training und Wettkampf – zogen sich Alica und Melina Knochenblessuren am Unterarm zu. Das einzig Unerklärbare ist, dass Alicas rechter Arm betroffen ist, Melina dagegen ihren linken Arm in Gips trägt. Da muss wohl die Feinabstimmung noch etwas geübt werden. Gute Besserung Ihr beiden !!