

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kallís Montagspost

Ausgabe 16 2017 29. Mai 2017

U 16 – Staffel rennt zum Deutschen Rekord Das Kreuzbergstadion wurde Schauplatz einer Sensation

Kreuzbergstadion Olpe, Samstag, 27. Mai 2017, 15:30 Uhr, Startschuss zum Sprintstaffelwettbewerb über 4 x 100 Meter. Fünf Startläuferinnen katapultieren sich aus den Blöcken. Auf Bahn 2 die erste Olper Staffel U 16 mit Emma Rehse, auf Bahn 5 die Frauenstaffel mit Johanna Heuel. Diese beiden Teams sind die Favoriten des Laufs und ziehen beide ganz stark an, wechseln als erste. Auf der Gegengeraden übernehmen Annica Deblitz für das U 16er- und Julia Springob für das Frauenteam. Fiona Stutte für die Startgemeinschaft Olpe/Fretter Team U 18 und Carlotta Selbach für die LG Südsauerland bleiben noch dran, Team U 16 II der Startgemeinschaft kämpft um den Anschluss. In der zweiten Kurve fällt die Vorentscheidung. Marie Ries, Tage zuvor aus Anchorage/ Alaska zurückgekommen und in Topform, nimmt Alina Hoberg 1 - 2 Meter ab. Doch Alina kämpft, passiert die Staffel U 18. Zielgerade: Zweikampf zwischen Sophia Werthenbach und Christin Schneider. Sophia überquert als Erste die Ziellinie und gewinnt. Die Zeit für das Frauenteam: 46,98 Sekunden, das bedeutet derzeit Platz 6 in der aktuellen Deutschen Rangliste. Die zweitplatzierte U 16er Staffel erzielt sensationelle 47,52 Sekunden.



Alina Hoberg, Christin Schneider, Annica Deblitz und Emma Rehse

Nach kurzer Recherche im Internet herrschte Klarheit; das junge Team mit Emma Rehse, Annica Deblitz, Alina Hoberg und Christin Schneider war 1,2 Sekunden schneller als beim Gewinn der Deutschen

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Meisterschaft 2016 in Bremen. Dazu liefen sie Deutsche Jahresbestzeit und liegen nun vor dem SC Neubrandenburg (48,07) und – **Einstellung des Deutschen Rekords**, aufgestellt im Jahr 2009 von der LG Kurpfalz.



Ein Feuerwerk auf der Bahn: zweiter Wechsel im Staffelfrennen 4 x 100 m

Aus der Deutschen Meisterstaffel aus Bremen waren noch Alina Hoberg und Christin Schneider im Team. Hinzu gekommen sind Emma Rehse, amtierende Westfalenmeisterin in der Halle über 60 Meter und mit ihrer Zeit von 12.53 Sekunden über 100 m die aktuelle Nummer 3 in Deutschland, sowie Annica Deblitz, die bereits im vergangenen Jahr mit ihrer 75-Meter-Zeit von 9,74 Sekunden zu den besten Nachwuchssprinterinnen in Deutschland gehörte.



Zu den ersten Gratulanten zählte natürlich das Trainergespann Dieter Rotter und Michael Kluge, die die Staffel gut vorbereitet hatten und der sie im weiteren Verlauf der Saison noch die eine oder andere Steigerung zutrauen. „Zu einer guten Staffel gehören immer Sechs“, darauf weist Dieter Rotter immer wieder hin und macht auf die Bedeutung der Ersatzpersönlichkeiten aufmerksam. Hier haben die beiden Erfolgstrainer mit Julia Hippler, Luisa Schürhoff, Wiebke Rosemeyer und Jolina Henke ein Quartett in der Hinterhand, das sich ihrerseits ebenfalls für die Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften qualifiziert hat. „Wir möchten in Bremen mit beiden Staffeln ins Finale“, betonen Dieter und Michael unisono. Ein ehrgeiziges Ziel, aber machbar.

Zurück von ihrem Aufenthalt bei der Universität Anchorage in Alaska: Marie Ries

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Die Ergebnisse der weiteren Staffeln über 4 x 100 Meter:

| | |
|---------------------------|---|
| LG Südsauerland U 20 | 49,91 Sekunden |
| StG Olpe/ Fretter U 18 | 49,97 Sekunden (Alina Franke, Fiona Stutte, Greta Wulff, Cathrin Eiden) |
| StG Olpe/ Fretter U 16 II | 51,41 Sekunden (Luisa Schürhoff, Wiebke Rosemeyer, Julia Hippler, Jolina Henke) |

Erstmals seit dem Abgang von Paul Breitbarth zum Studium nach Berlin trat eine neuformierte 4 x 100 Meter Staffel der männlichen Jugend U 20 an. Niklas Butzkamm, Tim Göbel, Emanuel Pululu und Sai Manivannan kamen in guten 46,44 Sekunden ins Ziel.

Erstmals seit Jahren startete auch wieder eine Olper U 16 Staffel. Das Team mit David Pöggeler, Jan Siveri, Ioannis Kourtis und Julius Maaß erzielte eine Zeit von 56,58 Sekunden.

U 14 – Mädchen treten in die Fußstapfen ihrer Vorbilder

In 1 – 2 Jahren werden auch sie um die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften U 16 kämpfen, die Nachwuchsathletinnen der Klasse U 14. Ein Teil von ihnen trainiert bereits in der Leistungsgruppe von Michael Kluge, die übrigen werden bald folgen. Viele „Tricks“ haben sie schon von den „Großen“ im Staffeltraining und Sprinttraining abgeschaut und wenden sie erfolgreich an.



Hintere Reihe: Carolin Schneider, Lara Czipura, Lara Küster, Lucy Hengstebeck, Jule Quast, Liv Heite, Lina Reiche, Amelie Gärtner. **Vordere Reihe (alle FSV Helden):** Julia Bergner, Pauline Bicher, Helena Hofmann und Lia Tkocz

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Im Sprintstaffelwettbewerb über 4 x 75 Meter gab es folgende Ergebnisse:

| | |
|---|----------------|
| Jule Quast, Amelie Gärtner, Liv Heite, Lina Reiche | 40,82 Sekunden |
| Lara Czipura, Lucy Hengstebeck, Carolin Schneider, Lara Küster | 43,86 Sekunden |
| FSV Helden mit Pauline Bicher, Julia Bergner, Helena Hofmann, Lia Tkocz | 45,46 Sekunden |

Gute Leistungen auch bei den Langstaffeln

Im Rahmen des Staffeltages waren die beiden Olper Vereine auch Ausrichter der diesjährigen Kreismeisterschaften in den Langstaffelwettbewerben über 3 x 800 Meter und 3 x 1000 Meter.



In der Klasse U 20 holte sich das Olper Trio Jan Eiden, David Hartmann und Sai Manivannan die Kreismeisterschaften über 3 x 1000 Meter in der Zeit von 8:36,98 Minuten.

Bei sommerlichen Temperaturen hatten es die Mittelstreckler nicht einfach. 12 bis 15 Grad ist für sie ideal, heute war es doppelt so warm. Alle Teams imponierten jedoch mit Kampfgeist und vollem Einsatz. Es gab zwar keine Rekorde wie bei den Sprintern, die erzielten Zeiten waren jedoch allesamt gut.

Bei den Olper Jungs U 14 war kurzfristig Julian Kaluschke ausgefallen, amtierender Kreismeister über 800 Meter. Kurzentschlossen sprang Henning Schröder ein und legte ein tadelloses Rennen mit starkem Endspurt hin. Gemeinsam mit Jannik Reiche und Tim Berge siegte er in

Erfolgreiches Olper Trio: Sai, Jan und David

9:10,77 Minuten und gewann die Kreismeisterschaft vor dem Team des LC Attendorn, das die Ziellinie nach 9:42,72 überquerte.

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

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



Natürlich von hier.

Bei den Mädchen U 16 unterlag das Team Liv Heite, Lina Reiche und Frieda Schulte trotz großer kämpferischer Leistung den starken Mädchen von der SG Wenden. Olpe/ Fretter finishten in 8:30,79 Minuten. Sie Siegerzeit der SG Wenden betrug 8:11,80 Minuten.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben



In der Klasse U 14 drehten die Olper das Ergebnis zu ihren Gunsten. Helena Wurm, Nina Berge und Schlussläuferin Lena Kindopp holten sich die Kreismeisterschaft in 9:17,27 Minuten vor dem FSV Helden (9:36,98 Minuten) und der SG Wenden in 9:50,33 Minuten.

Etwas enttäuschend war die Beteiligung an den Langstaffelwettbewerben aus dem benachbarten Siegerland. Hier waren nur insgesamt zwei Staffeln am Start, und zwar aus den Vereinen CLV Siegerland und dem TV Jahn Siegen.

Im kommenden Jahr wird turnusmäßig der FLVW Kreis Siegerland wieder die Ausrichtung der Kreislangstaffelmeisterschaften übernehmen.

Nina Berge übergibt den Stab auf Lena Kindopp

Die Teamleichtathletik für Kinder stand ebenfalls unter dem Zeichen der Staffel



Die Sieger U10: Hinten Thilo Deblitz, Florian Maaß, Max Womelsdorf, vorn Matilda Wigger, Paula Hesse, Thea Köhler, Lea Siedenstein und Philipp Nies

Hindernisstaffel, Weitsprungstaffel und die 6 x 50 Meter Staffel verliehen auch den Wettkämpfen der Teamleichtathletik für Kinder den Staffelcharakter, der die gesamte Veranstaltung prägte. Zur Abrundung der Vielseitigkeit kam in beiden Klassen, U 12 und U 10, der Zonenweitwurf mit dem Schlagball hinzu.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben



Das Siegerteam Olpe 2 Klasse U12: Helena Wurm, Anna Vogt, Lena Kindopp, Emma Glasow, Emilie Kroes und Nina Berge

Auch ohne Stammkraft Marleen Gronau schaffte das U 12 Team 2 aus Olpe den Sieg. Ein ganz besonderes Highlight dabei: die 6 x 50 Meter Staffel. Die Olper Leichtathletik hatte sich hier wieder einmal etwas Besonderes einfallen lassen, nämlich die Beteiligung von 2 Erwachsenenstaffeln an diesem Wettbewerb der Teamleichtathletik für Kinder. Erwachsenenstaffeln hieß, eine Zusammenstellung von Eltern und Trainern. So kam es zum allzeit so beliebten Wettbewerb Klein gegen Groß. Eigentlich war die Angelegenheit klar, standen doch im Eltern-/Trainerteam 2 so renommierte Trainer wie Dieter Rotter und Michael Kluge. Doch im Ziel kam es auch hier zu einer faustdicken Überraschung. Schlussläuferin Helena Wurm aus dem Team 2 Olpe U12 ließ, nach guter Vorarbeit ihres Teams, den „Großen“ keine Chance und überquerte als Erste die Ziellinie.

Die Ergebnisse der 6 x 50 m Staffel:

Platz 1 in 47,05 Sekunden:

Team Olpe 2 mit Emma Glasow, Anna Vogt, Lena Kindopp, Nina Berge, Emilie Kroes und Helena Wurm

Platz 2 in 47,11 Sekunden:

Trainer-/ Eltern Team 2 mit Timo Werthenbach, Michael Kluge, Dieter Rotter, Matthias Giese, Erika Rosemeyer und Ulrike Giese

Platz 3 in 48,43 Sekunden:

Trainer-/Eltern Team 1 mit Gerold Langemann, Johannes Vogt, Natalja Popov, Birte Riedel, Christiane Schröder und Sandra Siedenstein

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Platz 4 in 50,63 Sekunden:

Kinderteam Olpe 4 (die Jüngsten) mit Mara Kipke, Mia Glasow, Daria Popov, Anna Schlösser, Paulina Schröder und Alina Krasniq



Mia Glasow wechselt auf Daria Popov



beide Seniorenstaffeln wechseln den Stab

Platz 5 in 50,91 Sekunden

Kinderteam Olpe 1 mit Henning Schröder, Jannik Reiche, Nia Schubert, Anisa Vocaj, Alisha Sourovelis und Florian Maaß

Platz 6 in 54,32 Sekunden

Kinderteam Olpe 3 mit Emil Niklas, Daniel Hardenacke, Nesa Shabani, Pauline Wigger, Sophie Lüning und Clara Lüning

Hier auch noch die Teamaufstellungen der Kinder U 10:

Team 2 auf Rang 2 der Teamwertung:

Esther Riedel, Laura Bungart, Juliana Georgi, Emily Kuckertz, Nesa Shabani, Pia Sauter, Joleen Ortwig, Eliesa Vocaj und Sara Drach

Team 1 auf Rang 3 der Teamwertung:

Mikail Kar, Sebastian Dahlenkamp, Ali Bostancioglu, Alex Sourovelis, Leonard Vierk, Christian Turkanu, Benjamin Drach

Ein herzlicher Dank

geht an alle, die an der erfolgreichen Vorbereitung und Durchführung unseres Sportfestes mitgewirkt haben. Es waren wieder mehr als 40 Kampfrichter und Helfer in den Bereichen Kampfrichtereinsatz auf der Bahn, Zeiterfassung, Wettkampfbüro, Siegerehrung und Moderation, die Mannschaft um Ulrike Giese in der Teamleichtathletik für Kinder und das Verpflegungsteam im Kiosk und am Grill.

Ein gleicher Dank gilt allen Athletinnen und Athleten und ihren Trainern und ihren aktiven Eltern für ihren sportlich fairen Einsatz.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben



Für die Eltern-/Trainerstaffeln gab es eine besondere Siegerehrung. Achim **Rosemeyer** vom Team Siegerehrung überreichte allen Staffelteilnehmern eine **Rose**. Die Ehrung galt nicht nur als Anerkennung für die gezeigte Leistung sondern auch für das zweimalige Training in den Vortagen, an dem sich die Läuferinnen und Läufer beteiligt hatten.

Die nächsten Wettkämpfe

| | | |
|-------------|---|-----------------------|
| 3.6. | Borsig Meeting | Gladbeck |
| 5.6. | Hohenhorst-Meeting | Recklinghausen |
| 11.6. | Westfälische Jugendmeisterschaften U 16 | Recklinghausen |
| 17.6./18.6. | Westfälische Jugendmeisterschaften U18 und U20 | Hagen |
| und | Deutsche Meisterschaften U 23 | Leverkusen |
| 24.6. | DJMM Qualifikationsdurchgang U16 und U18 | Geisweid |
| 25.6. | NRW Gala mit Offenen NRW-Meisterschaften Mä./Fr. | Bottrop |



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Register: Themen/ Stichworte

Ausgabe (vom)

| | | |
|---|----|------------|
| Alkohol und Sport | 28 | 10.08.2015 |
| Aufwärmen (Trainingslehre) | 2 | 24.02.2014 |
| „Budenzauber“ 4 x 200 Meter Staffel (Beilage) | 28 | 10.11.2014 |
| Core – Säule der Kraft | 24 | 04.07.2016 |
| Core –Training | 6 | 20.02.2017 |
| Dehnen (Trainingslehre) | 3 | 03.03.2014 |
| 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 |
| Ergebnislisten zu Wettkämpfen – wo zu finden? | 33 | 15.12.2014 |
| Faszien, Erkenntnisse im Beweglichkeitstraining | 29 | 17,11,2914 |
| Fehlstart (Leichtathletikregeln) | 5 | 17.03.2014 |
| Fitnessgeräte auf dem Prüfstand | 4 | 10.03.2014 |
| Fun in Athletics 2014 | 24 | 29.09.2014 |
| Kondition (Trainingslehre) | 7 | 31.03.2014 |
| Koordination (Trainingslehre) | 8 | 07.04.2014 |
| Leichtathletikgemeinschaft (LG) Organisation | 22 | 15.09.2014 |
| 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