

Leichtathletik Olpe

Kallis Montagspost

Ausgabe 18/ 2016 23. Mai 2016

Auftritte auf deutscher Bühne nehmen Gestalt an Staffeln in allen Klassen für die DM qualifiziert

Mit dieser Zeit kann man sich sehen lassen. Die neuformierte U 20 – Staffel des SC Olpe lief am Sonntag im Attendorner Hansestadion die 4 x 100 Meter in 47,78 Sekunden. Damit qualifizierte sich das Quartett nicht nur für die Deutschen Jugendmeisterschaften, sondern er-



Sophia Werthenbach, Sarah Langemann, Tamara Müller und Marie Ries (Foto Volker Pullmann)
Die inoffizielle Zeit auf der Anzeige wurde später auf offizielle 47,78 Sekunden korrigiert

Leichtathletik Olpe

kämpfte auch ihr bislang bestes Ergebnis in diesem Jahr, **Platz 3 in der deutschen Rangliste** – eine Momentaufnahme, aber immerhin. Auf Platz 4 in der Rangliste des DLV liegt das Team der LG Kindelsberg Kreuztal mit einer Bestleistung von 47,83 Sekunden. In Attendorn kam es zu einem direkten Aufeinandertreffen der beiden südwestfälischen Giganten. Die Kreuztaler Mädchen kamen als Zweite ins Ziel und erreichten eine Zeit von 48:30 Sekunden (die aktuelle DLV Rangliste: 1. LG Region Karlsruhe, 47,54 Sek., 2. SV Halle, 47,61 Sek., 5. Bremer LT, 48,03 Sek., 6. LAZ Salamander Kornwestheim/ Ludwigsburg, 48,10 Sek.)

Großer Jubel herrschte auch bei den Olper Mädchen der Klasse U 16: „**Wir fahren nach Bremen**“! Überschwänglich war die Freude über die erstmalige Qualifikation für eine nationale Meisterschaft. Bereits im dritten Anlauf gelang die Zulassung für die Deutschen Jugendmeisterschaften U 16, dieses Mal in der Aufstellung Franka Linse, Alina Hoberg, Julia Hippler und Carlotta Hof. In 50,54 Sekunden unterboten die Mädchen die Norm und können sich nun ohne Druck der „Feinarbeit“ im Training widmen, welche lautet: Verbesserung der persönlichen Schnelligkeit und Perfektionierung der Wechselvorgänge.



Qualifiziert für Bremen: Das U 16 – Quartett mit Franka Linse, Alina Hoberg, Julia Hippler und Carlotta Hof

Leichtathletik Olpe

Vier Staffeln für alle Altersklassen qualifiziert

Mit den Erfolgen beim Hansemeeting in Attendorn haben alle unsere weiblichen Staffeln - die U 16, U 18, U 20 und die U 23/ Frauen – in jeweils unterschiedlichen Aufstellungen und mit durchaus guten Zeiten die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften ihrer Altersklasse erreicht. Kommentar Dieter Rotter: **Das dürfte sonst wohl nur in wenigen Großvereinen in Deutschland möglich sein und zeigt die Breite des SC Olpe beziehungsweise der Startgemeinschaft Olpe/ Fretter**

Auch Franka Linse löst das Ticket nach Bremen



„Attendorn“ liegt ihr: Franka Linse

Mit einem Sprung über 1,66 Meter schaffte Franka Linse nun auch in einer Einzeldisziplin die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften U 16. Sie ist also nicht nur in der Staffel dabei, sondern auch im Hochsprung. Einzige Voraussetzung, die noch erfüllt werden muss: Aufgrund der Vielseitigkeitsanforderungen, die es in der U 16 einzuhalten gilt, muss Franka noch eine Zusatzqualifikation in einem anderen Disziplinblock erfüllen. Das wäre zum Beispiel eine Leistung von 13,60 Sekunden im Sprint über 100 Meter. Die müsste Franka eigentlich sogar im Rückwärtsgang erledigen. Ihre Bestleistung aus dem Vorjahr beträgt 12,83 Sekunden. Im Weitsprung siegte Franka mit guten 5,07 Metern.



Hansemeeting in Attendorn verzeichnet Rekordbeteiligung

Mehr als 300 Starter beim traditionellen Hansemeeting, das hat es viele Jahre nicht mehr gegeben. Hinzu kamen rund 70 Kinder in den Klassen U 10 und U 8, die an einer separaten Kinderleichtathletikveranstaltung teilnahmen. Ein ungeheurer Aufwand in der Vorbereitung, der letztlich in der Durchführung nur im Zusammenhalt der Leichtathletikvereine des Kreises Olpe gestemmt werden konnte. Viele Kampfrichter und Helfer sorgten dafür, dass alle Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein schönes Sportfest erlebten. Dank der guten Wetterbedingungen gab es auch zahlreiche Bestleistungen.

Leichtathletik Olpe

Annica Deblitz sprintet auf Rang 2 der Deutschen Bestenliste
Alina Hoberg mit Leistungsexplosion



Annica Deblitz



Alina Hoberg

75 Meter Sprintentscheidung in der Klasse W 13 (U 14) – Annica Deblitz rennt und rennt und – die Uhr bleibt im Ziel bei 9,74 Sekunden stehen – neuer Kreisrekord und der Sprung auf Rang 2 der Deutschen Bestenliste. Annica kommt in Fahrt. Leistungsexplosion auch bei Alina Hoberg in der Klasse W 14 (U 16). Über 100 Meter verbessert sie ihre persönliche Bestleistung auf ganz starke 13,01 Sekunden, das ist Jahresbestleistung im Kreis Olpe. Die Favoritin, Paula Simon von der LG Südsauerland, landet auf Rang 2. Im Weitsprung schlägt Alina Hoberg noch einmal zu, 4,76 Meter, auch dies bedeutet Platz 1. Und da war ja auch noch die Staffel !

Berechtigte Freude auf bei Alinas Vereins- und Alterskolleginnen im SC Olpe, **Julia Hippler** und **Wiebke Rosemeyer**. Sie verbessern ihre Bestleistung im Hochsprung auf 1,50 Meter und 1,40 Meter. Julia gewinnt auch das Kugelstoßen mit 8,12 Metern vor Luisa Schürhoff, die auf 7,43 Meter stößt.

Leichtathletik Olpe

**Mia Glasow bleibt unter 9 Sekunden
und gewinnt auch den Weitsprung**



Mit Abstand im Ziel: Mia Glasow

Bereits im vergangenen Jahr konnte man ihr Talent bewundern, Mia Glasow (2008) vom SC Olpe. In diesem Jahr gewann sie die 50 Meter ein weiteres Mal mit großem Vorsprung vor ihren Konkurrentinnen, blieb jedoch erstmals unter der 9-Sekunden-Marke. 8,91 Sekunden zeigte die Digitaluhr an, als Mia die Ziellinie überspurtete.

Auch im Weitsprung siegte Mia mit sehr guten 3,24 Metern.

Paul Wacker schafft den Hattrick

Gleich 3 Siege fuhr Paul Wacker vom SC Olpe ein, und zwar in der Klasse M 10. Ein weiteres großes Talent! Dies beweist nicht nur die Platzierung, sondern auch der Leistungsabstand zu den übrigen Teilnehmern in den einzelnen Disziplinen.

Leichtathletik Olpe



Paul Wacker

Über 50 Meter siegte Paul in 8,15 Sekunden vor Steffen Hirschhäuser vom SC Fretter, der die Zeit von 8,62 Sekunden erreichte.

Im Weitsprung gelang Paul ein Sprung nahe an die 4 Meter. Mit 3,91 Metern gewann er vor Julian Korte, der mit 3,21 Metern den zweiten Rang in der Wertung belegte.

Den dritten Streich vollführte Paul im Ballwurf. Hier siegte er mit klasse 37 Metern vor Fabian Hoberg vom SC Fretter, der auf 27,50 Meter kam.

Ein großes Talent mit erstaunlicher Vielseitigkeit!

Mit guten Leistungen im Sprint machten auch **Jan Siveri** (2004) und **David Pöggeler** (2003), beide SC Olpe, auf sich aufmerksam. Jan Siveri siegte in der Klasse M 12 über 75 Meter in der Zeit von 11,09 Sekunden. Fast eine Sekunde schneller war David Pöggeler in der Klasse M 13. David verbesserte seine persönliche Bestleistung auf 10,19 Sekunden und siegte überlegen.

Weitere Erfolge mit Platz 1 und andere herausragende Leistungen

Emil Niklas	2008	TV Olpe	50 m	Platz 1	9,02 Sek.
Jakob an der Wielen	2008	SC Olpe	50 m	Platz 2	9,33 Sek.
Tim Berge	2005	SC Olpe	800 m	Platz 1	2:53,92 Min.
Moritz Hücking	2004	TV Olpe	Ball 200 g	Platz 1	33,50 m
Timo Stemmer	2004	TV Olpe	Ball 200 g	Platz 2	32,00 m
Jasper Ehrenguber	2003	SC Olpe	800 m	Platz 1	2:42,77 Min.
Niklas Butzkamm	1998	SC Olpe	100 m	Platz 1	11,30 Sek.
Anna Vogt	2006	SC Olpe	50 m	Platz 2	8,76 Sek.
Emilie Kroes	2006	SC Olpe	Weitsprung	Platz 1	3,47 m
Emma Glasow	2006	SC Olpe	Ball 80 g	Platz 2	20,00 m
Ronja Wurm	2004	SC Olpe	75 m	Platz 2	11,14 Sek.
Jule Quast	2004	TV Olpe	Weitsprung	Platz 2	4,01 m
Lina Reiche	2004	TV Olpe	Ball 80 g	Platz 1	36,50 m
Lara Küster	2004	SC Olpe	Ball 80 g	Platz 2	29,00 m
Elsje Nies	2004	TV Olpe	Ball 80 g	Platz 3	29,00 m
Elsje Nies	2004	TV Olpe	Hochsprung	Platz 3	1,25 m

Leichtathletik Olpe



Kraftvoller Start über 75 Meter: Ronja Wurm (li.) und Jule Quast (re.)

Paula Glasow	2003	SC Olpe	Kugelstoßen	Platz 1	7,15 m
Julia Hippler	2002	SC Olpe	100 m	Platz 3	13,27 Sek.
Marlitt Spille	2001	SC Olpe	Kugelstoßen	Platz 1	10,78 m
Alina Franke	2000	SC Fretter	100 m	Platz 3	12,86 Sek.
Greta Wulff	2000	SC Fretter	100 m	Platz 4	12,98 Sek.
Marie Ries	1998	SC Olpe	100 m	Platz 2	12,48 Sek.
Sarah Langemann	1998	SC Olpe	100 m	Platz 3	12,73 Sek. !!
Anja Beckmann	1998	SC Olpe	Weitsprung	Platz 1	5,23 m

Sprintstaffeln 4 x 50 m

männl. Kinder U 10: Platz 1 in 35,47 Sek. für Olpe 2 mit Jakob van der Wielen, Alexander Küster, Vico Lamprecht und Jaron Pöggeler

männl. Kinder U 10: Platz 3 in 36,70 Sek. für Olpe 1 mit Valentin Hähner, Emil Niklas, Aaron Strack und Florian Maaß

männl. Kinder U 12: Platz 2 in 31,80 Sek. für Olpe 1 mit Paul Wacker, Tim Berge, Henning Schröder und Julian Wicker

Leichtathletik Olpe

weibl. Kinder U 10: Platz 1 für SC Olpe 1 in 36,01 Sek. mit Alisha Sourovelis, Mia Glasow, Alina Diener und Yasmine Aitlahssaine

weibl. Kinder U 12: Platz 2 für SC Olpe 1 in 32,44 Sek. mit Nina Berge, Emma Glasow, Anna Vogt und Emilie Kroes

Sprintstaffeln 4 x 75 m

männl. Jugend U 14: Platz 1 in 44,24 Sek. für David Pöggeler, Jan Siveri, Timo Stemmer und Julius Maaß

weibl. Jugend U 14: Platz 1 in 41.35 Sek. für Annica Deblitz, Paula Glasow, Ronja Wurm und Jule Quast

Weiteres aus unseren Trainingsgruppen

Einen erfolgreichen Wettkampftag konnten die vier Staffelmädchen des FSV Helden feiern. In der Aufstellung Pauline Bicher, Julia Bergner, Helena Hofmann und Lia Tkocz siegte das Heldener U 12 Quartett in der Zeit von 31,95 Sekunden vor dem Team Olpe 1



Unschlagbar: Lia Tkocz, Helena Hofmann, Pauline Bicher und Julia Bergner

Leichtathletik Olpe

Auch in den Einzeldisziplinen glänzten die Vier im schwarzen Dress. Lia Tkocz gewann in der Klasse W 10 überlegen den Sprint über 50 Meter in 8,42 Sekunden. Auch mit dem 80 Gramm schweren Ball siegte sie, und zwar mit einer Weite von 20 Metern.

Die Klasse W 11 wurde von den anderen Drei beherrscht. Julia Bergner gewann den Ballwurf mit beachtlichen 32,50 Metern vor Helena Hofmann und Pauline Bicher. Ihren zweiten Sieg holte Julia im Weitsprung mit 3,85 Metern. In ihrer Paradedisziplin siegte die sprintstarke Pauline Bicher in glatten 8,00 Sekunden.

Erstmals Kinderleichtathletik beim Hansemeeting

Parallel zum traditionellen Sportfest richtete der gastgebende LC Attendorn einen Kinderleichtathletikwettkampf für die Klassen U 8 und U 10 aus. Vier Kreisvereine hatten ihre Teams gemeldet, insgesamt nahmen rund 70 Kinder daran teil.



v.l. Jana Ochel, Sebastian Hähner, Emilie Kuckertz, Julia Ochel, Linda Katschmann, Sarah Drach, Daria Popov, Mara Kipke und Elias Aitlahssaine, alle im Team U 8 Olpe 1

TV Olpe und SC Olpe hatten gemeinsam 3 Teams nach Attendorn gesandt. Alle konnten mit ihren Leistungen und Platzierungen zufrieden sein. In der Klasse U 8 siegte Olpe 1 vor Olpe II. Es folgten die Teams der LG Südsauerland und des SC Fretter.

In der Klasse U 10 siegte ebenfalls das Olper Team. Auf den weiteren Plätzen folgten die Teams des SC Fretter und die beiden Mannschaften des LC Attendorn.

Leichtathletik Olpe

Sporthelferausbildung erfolgreich beendet
30 Absolventen gestalten die Kindergartenolympiade
Von Thorsten Kämpfer



Rund 80 Kinder des Familienzentrums und Kindergarten St. Martinus und nochmals so viele Eltern, Omas und Opas kamen zum Sommerfest der beiden Institutionen in die Sporthalle der Realschule Olpe.

Im Vorfeld hatte das Familienzentrum darum gebeten, das Sommerfest zu gestalten und dazu eine Kinderolympiade durchzuführen. Die beiden Vereine übernahmen gern diese Aufgabe und hatten dazu die angehenden 20 Gruppenehelferinnen um Unterstützung und Mitwirkung gebeten. Fast alle kamen und gingen mit sichtbarer Begeisterung an ihre Aufgabe.

Nach der olympischen Fanfare und der Begrüßung durch die Leitung des Kindergartens, Frau Sabine Schüttler, sowie durch Carlotta Hof für die beiden Vereine, tanzten sich die jungen Sportlerinnen und Sportler warm. Anschließend spielten und turnten die kleinen Olympioniken an verschiedenen Spielstationen, angefangen vom Skispringen bis hin zum Parcouring über eine Schlangengruppe. Es folgte der mutige Sprung von einem Turm, die spannende Balljagd, ein Pferderennen und weitere Aktionen. Dabei begleiteten, halfen und sicherten unsere Gruppenehelferinnen die Kinder an den Spielstationen.

Wir danken unseren Jugendlichen für die geleistete Arbeit. Man kann dies gar nicht hoch genug bewerten, zumal einige von ihnen am nächsten Tag, dem Sonntag, direkt einen ganztägigen Leichtathletikwettkampf zu absolvieren hatten.

Leichtathletik Olpe

Am Ende der Veranstaltung erhielten unsere Gruppenhelferinnen die Bescheinigungen über den erfolgreichen Abschluss der Ausbildung. Wir gratulieren sehr herzlich und freuen uns schon jetzt darauf, wenn wir euch demnächst als Helferinnen in unseren zahlreichen Kindergruppen der Leichtathletik wiedersehen.



Mit Stolz auf die erfolgreiche Mitorganisation der Kinderolympiade: (v.r.) Zoe Hübner, Annica Deblitz, Emma Rehse, Carlotta Hof, Hannah Schlüter, Julia Hippler, Christin Schneider und Mitorganisatorin Ulrike Giese.

Kommentar (von Karl-Heinz Besting)

Thorsten Kämpfer und sein Team mit Kerstin Paul-Meier, Ulrike Giese und Erika Rosemeyer hatte auch zum Abschlusstermin der diesjährigen Sporthelferausbildung ganze Arbeit geleistet. Dank guter Vorbereitung, die sich über Wochen hingezogen hatte, war die von den beiden Partnervereinen TV Olpe und SC Olpe gemeinsam initiierte und durchgeführte Kinderolympiade ein voller Erfolg. „Unsere angehenden Gruppenhelferinnen haben ein tolles Engagement und Begeisterung gezeigt“, bescheinigte Thorsten den Teilnehmern eine vorbildliche Einstellung. Natürlich hat Thorsten recht, jedoch gelten diese Attribute ebenso für ihn als Cheforganisator und für sein Team.

Wir, die Vereine, versichern Thorsten Kämpfer und seinem Team die allergrößte Hochachtung und sprechen unsere Dankbarkeit aus für die vorbildliche, gelungene und arbeitsintensive Durchführung der diesjährigen Sporthelferausbildung. Die Vereine, die Trainingsgruppen, die vielen Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in den Wettkämpfen werden nachhaltig über viele Jahre von dieser Ausbildungsaktion profitieren.



Leichtathletik Olpe

Becker GmbH

VERTRAGSHÄNDLER FÜR: SUZUKI, KIA und ISUZU

WERKSTATT FÜR ALLE MARKEN

AUTOVERMIETUNG

**PROFESSIONELLE FAHRZEUGAUFBEREITUNG
FAHRZEUGANKAUF**

Standort Olpe

Ziegeleistraße 32

57462 Olpe

Tel.: +49 2761 5097

Fax: +49 2761 2188

olpe@autohaus-becker24.de

Standort Wenden

Severinusstraße 64

57482 Wenden

Tel.: +49 2762 988422-0

Fax: +49 2762 988422-1

wenden@autohaus-becker24.de

HOME PAGE: www.autohaus-becker24.de

Der Basar

Emilie Kroes hat ein Paar Sprintschuhe mit Spikes, Gr. 36,5, abzugeben. Pink mit schwarzen Streifen. Marke Nike, RIVAL S, RACING Sprint, **Preis EUR 10,00**

Die Schuhe können anprobiert werden freitags ab 15 Uhr im Stadion oder nach Terminabsprache unter 02761/7299919.

Nun suchen wir selbst als Ersatz ein Paar gebrauchte Sprintspikes in Gr. 37 bis 37,5
Interessenten melden sich bitte ebenfalls unter 02761/7299919



Leichtathletik Olpe

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
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
Plyometrisches Training	27	03.11.2014
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
Schnelligkeit – keine Zeit verlieren	15	25.04.2016
Sensomotorik	15	09.06.2014
Staffeldrills (Trainingslehre)	22	15.09.2014
Trainings- und Wettkampfplanung, Grundzüge	26	27.10.2014
Windmessung (Leichtathletikregeln)	10	05.05.2014

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