

Kallis Montagspost

Ausgabe 20 1. September 2014

Olper Jungenteam U 12 siegt in Menden Qualifikation für die DJMM Endkämpfe 2014 in Arnberg



Hintere Reihe: Ioannis Kourtis, Timo Stemmer, Nick Weber, Dominik Berg, Justus Schlüter, Mattis Mika
Vordere Reihe: David Pöggeler, Jan Siveri, Tim Berge, Jasper Ehrenguber, Moritz Hücking

Gute Mittelstreckler muss man haben!! Jasper Ehrenguber, Tim Berge, Moritz Hücking und Justus Schlüter waren am Ende das Zünglein an der Waage, als diese sich im 800 Meter Rennen zur Seite des Jungenteams vom SC Olpe neigte. Die „11“ aus der Kreisstadt hatten sich zuvor mit dem LAC Veltins Hochsauerland, einer Leichtathletikgemeinschaft (LG) aus 22 Vereinen, ein spannendes Kopf-an-Kopf-Rennen geliefert. Nach ständig wechselnder Führung lag die große LG vor der letzten Disziplin noch knapp in Front, ehe Jasper Ehrenguber die 800 Meter mit großem Vorsprung gewann. Tim Berge holte mit einem fulminanten Endspurt weitere 311 Punkte und machte damit den Sack zu.. Der dritte Bewerber um den Tagessieg und um die Qualifikation für die westfälischen Endkämpfe am 20. September in Arnberg, das Team der gastgebenden LG Menden, blieb mit 2.946 Punkten chancenlos.



Leichtathletik Olpe

Eine gute Mannschaft muss man haben!! Letztlich standen 4.073 Zähler auf dem Punktekonto des SC Olpe, knappe 18 Punkte Vorsprung vor dem LAC Veltins Hochsauerland. Auch das Fernduell mit der **LG Kindelsberg Kreuztal** konnten die Olper Jungs für sich entscheiden. Die Nachbarn aus dem nördlichen Siegerland erzielten am Samstag auf eigenem Platz ein Ergebnis von 3.936 Punkten und verpassten mit Rang 11 in der Westfälischen Qualifikationstabelle die Startberechtigung für die Westfälischen Endkämpfe der besten 8 Teams. Das Finale ins Arnsberg wird für die Klasse U 12 im Rahmen eines Förderwettkampfs durchgeführt.

DJMM Durchgang Huckenohlstadion Menden, am Sonntag, 31. August 2014

Ergebnisliste männliche U12

1. SC Olpe 4.073 Punkte

Wettbewerb Startnummer. Name, Vorname Jahrgang Ergebnis Punkte

Weitsprung Zone 484 Weber, Nick 2003 4,05 m 393
Weitsprung Zone 482 Pöggeler, David 2003 3,94 m 381
Weitsprung Zone 489 Stemmer, Timo 2004 3,63 m (344)
Weitsprung Zone 481 Kourtis, Ioannis 2003 3,50 m (329)

50m 482 Pöggeler, David 2003 7,67 () 395
50m 484 Weber, Nick 2003 8,06 () 349
50m 488 Siveri, Jan 2004 8,15 () (339)
50m 485 Berg, Dominik 2004 8,67 () (286)

Ballwurf 491 Mika, Mattis 2005 35,00 m 283
Ballwurf 486 Hücking, Moritz 2004 33,50 m 271
Ballwurf 487 Schlüter, Justus 2004 32,50 m (263)

Hochsprung 488 Siveri, Jan 2004 1,14 m 283
Hochsprung 482 Pöggeler, David 2003 1,10 m 259
Hochsprung 486 Hücking, Moritz 2004 1,06 m (235)
Hochsprung 481 Kourtis, Ioannis 2003 0,98 m (186)

4x50m Staffel I SC Olpe MKU12 31,00 () 771
1: 484, Weber Nick (2003) **2:** 488, Siveri Jan (2004)
3: 489, Stemmer Timo (2004) **4:** 485, Berg Dominik (2004)

4x50m Staffel II SC Olpe MKU12 33,44 () (635)
1: 481, Kourtis Ioannis (2003) **2:** 490, Berge Tim (2005)
3: 480, Ehrenguber Jasper (2003) **4:** 487, Schlüter Justus (2004)

800m 480 Ehrenguber, Jasper 2003 2:48,15 () 377
800m 490 Berge, Tim 2005 3:04,81 () 311
800m 486 Hücking, Moritz 2004 3:20,50 () (258)
800m 487 Schlüter, Justus 2004 3:20,97 () (257)

Sprintstaffeltraining in ungewohnter Umgebung

..... unternahm die Leistungsgruppe U 14 – U 20 am vergangenen Freitag im Freizeitbad Meinerzhagen. Die Übungen mit dem Staffelstab dienten allerdings nur der Gewöhnung an das



kühle Nass. Ein Aufwärmeeffekt wurde angesichts der niedrigen Temperaturen nur bedingt erreicht. Der Sinn der Übung? Zur Erfolgsstrategie von Dieter Rotter gehört es, immer wieder Abwechslung ins Training zu bringen. In sportbiologischer Hinsicht werden durch solche Maßnahmen zudem Trainingsreize gesetzt, die regelmäßig zur Leistungssteigerung führen. Dieses Mal stand **Aqua Power** auf dem Plan, ein hocheffektives Fitnessprogramm bei gleichzeitiger Schonung der bei normalem Training oft strapazierten Gelenke. Das war „cool“!

Nach dem obligatorischen Auswertungsprozess und einer Umfrage in der Trainingsgruppe sollen den Teilnehmern eine begrenzte Anzahl weiterer Aqua-Power-Trainingseinheiten im Winterhalbjahr angeboten werden, dann allerdings in einer Meinerzhagener Spezialschwimmhalle.

Kreismehrkampfmeisterschaften 2014 in Attendorn
Teilnehmer SC Olpe/ TV Olpe

<u>Name</u>	<u>Klasse</u>	<u>3-Kampf</u>	<u>4-Kampf</u>	
Paul Wacker	M 8	x		
Lukas Püttmann	M 8	x		
Jonathan Krenz	M 9	x		
Jan Siveri	M 10	x	x	
Timo Stemmer	M 10	x	x	
David Pöggeler	M 11	x	x	
Jarne Spille	M 11	x		
Tim Göbel	M 15		x	
Paul Breitbarth	U 18	x		(Meldung unter LCA)
Niklas Butzkamm	U 18	x		(Meldung unter LCA)
Alina Diener	W 8	x		
Clara Lüning	W 8	x		
Emma Glasow	W 8	x		
Greta Stinn	W 8	x		
Carolin Schneider	W 9	x		
Sophie Lüning	W 9	x		
Luisa Ratte	W 9	x		
Sophia Rüting	W 9	x		
Lina Reiche	W 10	x	x	
Liv Amelie Heite	W 10	x	x	
Elsje Nies	W 10	x	x	
Lara Küster	W 10	x	x	
Melanie Schär	W 11	x		
Paula Glasow	W 11	x		
Helen Schneider	W 11	x		
Selma Hamze	W 11	x		
Nele Schlörb	W 12	x		
Christin Schneider	W 12	x	x	
Carlotta Hof	W 12	x	x	
Esther Schnüttgen	W 12	x	x	
Tabea Hupertz	W 12	x		
Alina Hoberg	W 12	x		
Luisa Schürhoff	W 12	x	x	
Johanna Reißner	W 12	x		
Josi Nebel	W 13	x		
Laura Maiworm	W 13	x	x	
Charlotte Watermann	W 13	x	x	
Marlitt Spille	W 13	x	x	
Johanna Nies	W 13	x	x	

<u>Name</u>	<u>Klasse</u>	<u>3-Kampf</u>	<u>4-Kampf</u>
Milena Gerner	W 15	x	
Sarah Langemann	U 18	x	
Anja Beckmann	U 18	x	
Sophia Werthenbach	U 18	x	
Irini Grigoriadou	U 18	x	
Luisa Knebel	U 18	x	
Marie Ries	U 18	x	
Tamara Müller	U 18	x	
Tessa Ochel	U 18	x	
Karina Heuel	U 20	x	
Julia Springob	U 20	x	
Maike van Gerven	U 20	x	
Johanna Heuel	U 20	x	

Basar für gebrauchte Sportbekleidung lebt wieder auf

Ab sofort wird der Basar für gebrauchte Sportschuhe, Spikes, Wettkampf- und Trainingsbekleidung wieder aufgemacht.

Inserate bitte nach folgendem Muster erstellen:

Ich biete an/ ich suche

Gegenstand/ Ware:

Größe, ggfs. Beschreibung:

Preis (oder Verhandlungsbasis):

Name:

Telefon:

E-Mail:

Diese Inserate bitte per E-Mail an mich senden (karl-heinz.besting@gmx.de). Ich veröffentliche sie dann in der jeweils nächsten Ausgabe.

Bitte gebt mir umgehend Nachricht, wenn sich die Angelegenheit erledigt hat, damit ich das Inserat wieder herausnehmen kann.

Die Drei aus Rhode



Sarah Langemann, Marie Hachenberg und Anja Beckmann

Schon so lange sind sie dabei, die Drei aus Rhode. Sarah und Marie kamen 2006 zur Olper Leichtathletik, Anja stieß zwei Jahre später hinzu. Aufgrund ihres unterschiedlichen Talents decken sie große Teile der leichtathletischen Disziplinblöcke ab. Sarah kann die 100 Meter unter 13 Sekunden rennen und gehörte mehrere Jahre zur westfälischen Spitze über die 800 Meter Mittelstreckendistanz. Bei den diesjährigen deutschen Jugendmeisterschaften startete sie über 4 x 100 Meter und über die 400 Meter Hürden. Hierin zählt sie inzwischen zu den Besten in Deutschland. Marie ist eine talentierte Sprinterin und startete kürzlich zum ersten Mal in der 4 x 100 Meter Staffel der Klasse U 16 bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Köln. Darüber hinaus erzielte sie bislang erheblich Weiten mit den Wurfgeräten Kugel und Speer. Anja ist Sprungspezialistin. Seit Jahren gehört sie zu den westfälischen Qualifikantinnen im Hochsprung und Weitsprung. Da Weitspringerinnen von ihrem schnellen Anlauf leben, nimmt sie natürlich auch an den Deutschen Meisterschaften in der Disziplin 4 x 100 Meter teil.

Etwas Wichtiges haben die Drei gemeinsam: Sie sind unverzichtbar für die Harmonie der Leistungsgruppe U 16 bis U 20 in der Olper Leichtathletik. Vorbildlich sind ihre Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft, Leistungsbereitschaft und die Fähigkeit, aktiv auf andere Gruppenmitglieder zuzugehen, vor allem auch auf Neulinge. Bleibt so wie Ihr seid! Macht weiter so!



Leichtathletik Olpe

Die letzten Wettkämpfe/ Veranstaltungen der Sommersaison:

Samstag, 6. September 2014	Kreismehrkampfmeisterschaften in Attendorn
Freitag, 12. September 2014	Staffelabend in Schwerte wird verlegt *)
Samstag, 13. September 2014	Familienportfest in Olpe
Sonntag, 14. September 2014	Hussel-Meeting in Hagen
Samstag/ Sonntag 20. und 21. September 2014	DJMM- Endkämpfe in Arnsberg
Samstag, 27. September 2014	Werfer- und Springertag in Iserlohn

***)** die Organisation in Schwerte schreibt:

leider müssen wir unseren Staffelabend wegen Schäden an der Laufbahn verschieben. Neuer Termin ist der 20.09.2014 ab 10:30, jetzt im Stadion in Schwerte-Westhofen.

Aus anderen Vereinen

Anna Kosina von der LG Kindelsberg Kreuztal belegte in der Klasse U 16 bei den Deutschen Jugendmeisterschaften im **Siebenkampf** Platz 13. Herzlichen Glückwunsch!

Das Team der männl. Jugend U 16 des **LC Attendorn** qualifizierte sich für die Westfälischen DJMM – Endkämpfe in Arnsberg. Auch hierzu herzlichen Glückwunsch!