

Leichtathletik Olpe

Kallis Montagspost

Ausgabe 20/ 2016 6. Mai 2016

Großartige Erfolge bei Sportfesten in Olpe und Lüdenscheid Kreisrekorde für Sophia Werthenbach und Niklas Butzkamm

Oft kommen sie unerwartet und überfallartig wie Gewitter: Die Leistungsschübe. Sie sind fast immer das Ergebnis harter Arbeit in den Wintermonaten, von Trainingslagern und von Aufbau-, Test- und Qualifikationswettkämpfen in der frühen Saison. Regelmäßig spielt auch die Psyche



Im Aufwind: Julia Hippler, Christin Schneider und Alina Hoberg

eine entscheidende Rolle. Wenn sich immer neue Bestleistungen aneinanderreihen, Qualifikationen erreicht werden, dann wächst das Selbstvertrauen, dann glaubt man an die eigene Stärke und dann wachsen den Athletinnen und Athleten manchmal Flügel. Die neuen Kappen mit der Aufschrift „Track & Field Olpe“ kaufte die Gruppe auf Initiative von Michael Kluge. Wie

Leichtathletik Olpe

hoch der Anteil der schicken Kopfbedeckung an der positiven Mentalität der Athletinnen und Athleten ist, kann man allerdings nur vage einschätzen.

Julia Hippler, Christin Schneider und Alina Hoberg unterboten am Sonntag bei den Offenen Kreismeisterschaften in Lüdenscheid in beeindruckender Manier die 13-Sekunden-Schallmauer im 100-Meter-Wettbewerb. Christin verbesserte sich auf 12,96 Sekunden, Julia auf 12,88 Sekunden und Alina gar auf 12,74 Sekunden. Christin steigerte zudem ihre persönliche Bestleistung im Hochsprung auf 1,60 Meter.



Freude über den Durchbruch: Niklas Butzkamm

Einen fantastischen Kreisrekord stellte Niklas Butzkamm auf der schnellen Sprintbahn im Lüdenscheider Nattenbergstadion auf. Über 100 Meter unterbot er als erster U 20 Jugendlicher im Kreis Olpe die 11-Sekunden-Marke und siegte in 10,95 Sekunden. Zudem freute sich Niklas über die erneute Qualifikation für die Deutschen Jugendmeisterschaften U 20, die in diesem Jahr in Mönchengladbach stattfinden.

Schnellste weibliche Sprinterin aller Klassen im Kreis Olpe ist nun Sophia Werthenbach. Sie sprintete die 100 Meter in ebenso fantastischen 12,07 Sekunden und unterbot den alten Rekord von Marie Ries, der bislang bei 12,21 Sekunden stand.

Paul Breitbarth knackt die 12-Sekunden-Marke

In läuferischer Hinsicht war der Sprint unter die 12-Sekunden-Marke längst überfällig. Vielleicht fehlte bislang nur die im Sprint notwendige Lockerheit. Nun heißt es jedoch: „endlich geschafft“. Und es war nicht knapp, es war eindeutig: 11,70 Sekunden. Vielleicht hat die sehr gute Abiturnote dem sympathischen Attendorner im Trikot des SC Olpe mental gehol-

fen. Alle hoffen nun mit Paul, dass ihm die in Lüdenscheid erzielte sehr gute Zeit weiteren Auftrieb für neue Ergebnissteigerungen beschert.

Im Übrigen gab es bei den jungen Damen der Klasse U 16 über 100 Meter eine ganze Reihe von Qualifikationen für die Westfälischen Meisterschaften: Franka Linse in 12,84 Sekunden, Jill Weier in 13,40 Sekunden, Anna Stricker in 13,50 Sekunden, Marlitt Spille in 13,54 Sekunden, Wiebke Rosemeyer in 13,52 Sekunden und Luisa Schürhoff in 13,61 Sekunden. Dazu kommt Zoe Hübner, die die B-Norm schaffte. Bei den Meisterschaften 2016 in Hagen wird, so wie es aussieht, die Trikotfarbe Weiß eine gewisse Dominanz erreichen.

Leichtathletik Olpe



Der Satz zum Sieg: Anja Beckmann

„Nun ist bei ihr der Knoten geplatzt“ kommentierte Dieter Rotter die Leistung von **Anja Beckmann** (U 20) im Weitsprung. 5,41 Meter glückten ihr im fünften Versuch; als der Kampfrichter das Ergebnis an die Protokollführung meldete, glaubte Anja zunächst, sich verhöhrt zu haben. Schließlich musste Anja den Entschluss fassen, an ihren schönen Erfolg zu glauben. Natürlich bedeuten die 5,41 Meter eine schöne Verbesserung ihrer persönlichen Bestleistung.

Ein ebenfalls tolles Erfolgserlebnis feierte **Emma Rehse** (U 14) im Weitsprung. Mit 4,69 Metern siegte sie mit großem Vorsprung vor den Konkurrentinnen. Mit einigen Verbesserungen in der Technik wird Emma bald in der Lage sein, die 5-Meter-Marke erfolgreich zu attackieren, so die Meinung ihrer Trainer.



Bild links: Emma Rehse

Annica Deblitz ist wieder die Nummer eins in Deutschland

Bereits nach 25 Metern lag Annica Deblitz klar in Front. Nach 75 Metern war alles noch viel klarer. Der Vorsprung vor den Konkurrentinnen im 75 Meter Sprint der Klasse W 13 ließ sich schließlich auch in Zahlen ausdrücken: 9,67 Sekunden, persönliche Bestzeit, Kreisrekord und die Eroberung von Rang eins in der aktuellen deutschen Bestenliste, eine prima Leistung und ein toller Erfolg.

Einen vorderen Platz in der deutschen Bestenliste dürfte sich auch ihre Vereins- und Altersklassenkollegin **Emma Rehse** erkämpft haben. Nach ihrem guten Weitsprungergebnis sprintete sie über die 75 Meter auf eine neue Bestzeit von 9,95 Sekunden. Damit sicherte sich auch Emma einen vorderen Platz in der DLV Rangliste.

Leichtathletik Olpe



Annica Deblitz (links) kurz nach dem Start über 75 m



Überlegenheit in der U 20: Sophia Werthenbach (250), Marie Ries (249) und Sarah Langemann (251)

Leichtathletik Olpe



Anna Willing

Anna Willing steigert sich um 5 Meter

Anna Willings Bestleistung im Speerwurf in der Klasse U 18 lag vor dem Wettkampf bei 22,60 Metern. Im Nattenbergstadion legte sie eine ganze Serie von guten Würcfen hin. Beim besten Wurf landete das Gerät bei 27,61 Metern. Übertroffen wurde sie von Dana-Sophie Henke vom SC Fretter, die auf 28,14 Meter kam, keine Bestleistung. Dana hat in diesem Jahr schon größere Weiten erzielt.

In der Klasse W 14 steigerte Julia Hippler ihre persönliche Bestleistung im Speerwurf auf 27,03 Meter. Die 30-Meter-Marke ist inzwischen kein unrealistisches Ziel mehr und könnte noch in diesem Jahr fallen.

Auch die Staffeln zeigten ihr Können

Die Leistungen der 4 x 100 Meter Staffeln krönten schließlich den erfolgreichen Wettkampftag:

Weibliche Jugend U 16 Staffel 1: 50,09 Sekunden, Jahresbestleistung und Platz 1
Aufstellung: Franka Linse, Alina Hoberg, Julia Hippler und Christin Schneider

Weibliche Jugend U 16 Staffel 2: 52,71 Sekunden, Platz 2
Aufstellung: Jill Weier, Anna Stricker, Marlitt Spille und Wiebke Rosemeyer

Weibliche Jugend U 20: 47,84 Sekunden, Platz 1
Aufstellung: Sarah Langemann, Sophia Werthenbach, Marie Ries und Tamara Müller

Männliche Jugend U 20: 45,97 Sekunden, Platz 1
Aufstellung: Niklas Butzkamm, Paul Breitbarh, Tim Göbel und Emanuel Pululu

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

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

**BIGGE
ENERGIE**
Natürlich von hier.

Leichtathletik Olpe

Gewitter und Starkregen beim Jubiläumssportfest in Olpe



Liv Amelie Heite bei der Siegerehrung

In Anbetracht der von den Wetterdiensten angedrohten Unwetter hatten die Verantwortlichen des SCO immer wieder über eine mögliche Absage des Sportfestes nachgedacht und beraten. Am Freitagmittag fiel dann die Entscheidung: **Wir ziehen es durch!** Eine richtige Entscheidung, denn bis kurz nach 19:00 Uhr konnten die Wettkämpfe plangemäß unter guten Bedingungen abgewickelt werden. Eine weitere richtige Entscheidung fiel, als der Wettkampf gegen 19:45 Uhr wegen eines aufziehenden Gewitters abgebrochen wurde. Bereits zuvor musste eine halbstündige Pause zum Schutz der Athleten und Zuschauer eingelegt werden.

Mehr als 220 Athletinnen und Athleten hatten sich für das Abendsportfest angemeldet. Zu den Einzelwettbewerben kamen 26 Sprintstaffeln. Eine echte Herausforderung für die Organisationsleitung, für die vielen Helfer und die Kampfrichter.

Besonderer Anreiz für alle aktiven Teilnehmerinnen und Teilnehmer: Sponsor **BIGGE ENERGIE** hatte die finanziellen

Mittel zur Verfügung gestellt, damit allen Siegern ein Pokal überreicht werden konnte. Medaillen in Silber und Bronze waren für die jeweils Zweit- und Drittplatzierten bestimmt. Alle Mitglieder eines siegreichen Staffelteams erhielten eine Goldmedaille.

Für den erstmalig aufgebauten VIP-Bereich hatte der SC Olpe Vertreter aus der Politik und den Sportverbänden eingeladen. Dazu kamen die Sponsoren und natürlich die Jubilare. Der Verein Skiclub Olpe 1976 e.V. begeht nämlich in diesem Jahr sein 40-jähriges Jubiläum.

Leider fiel den aufziehenden Unwettern eine der Hauptattraktionen des **BIGGE ENERGIE Abendsportfestes** zum Opfer, die Sprintwettbewerbe über 100 m und 200 m und die 4 x 100 Meter Staffeln.

Dennoch gab es vorab prima Leistungen in den angebotenen Wettbewerben in den Disziplinblöcken Sprint und Sprung. In den jüngeren Altersklassen ragte aus Olper Sicht besonders **Liv Amelie Heite** (2004) mit gleich 3 persönlichen Bestleistungen heraus. Die 60 Meter Hürden gewann Liv in 12,22 Sekunden, im Weitsprung wurde sie mit 4,24 Metern Zweite hinter Helena Tröster von der LG Südsauerland. Im 75 Meter Sprint verbesserte sie sich auf 11,24 Sekunden und wurde Dritte.

Leichtathletik Olpe

Eine der, auch für die Zuschauer außergewöhnlichen, Attraktionen bildete der 400 Meter Hürdenlauf unter Beteiligung von **Sarah Langemann** in der Klasse U 20. Nach einem harmonischen Rennen mit dem neuen 24-Schritte-Anlauf zur ersten Hürde siegte Sarah in persönlicher Bestzeit von 63,29 Sekunden vor Lorena Breitenbach von der LG Kindelsberg Kreuztal, die bei 72,83 Sekunden die Ziellinie passierte. Sarah, Neunte der letztjährigen Deutschen Jugendmeisterschaften, macht derzeit unter der Führung ihres Trainers Dieter Rotter eine zielstrebige Entwicklung durch mit dem Anreiz, sich auch in diesem Jahr wieder unter den Top 10 in Deutschland zu etablieren.

Unmittelbar vor der gut besetzten Zuschauertribüne und den mehr als 25 erschienenen Ehrengästen zelebrierten **Alina Hoberg** und **Wiebke Rosemeyer** ein zweites Hürdenerlebnis. Alina gewann die 80 Meter Hürden-Distanz in 13,39 Sekunden vor Wiebke, die mit 13,74 Sekunden auf Rang 2 kam. Beide sicherten sich mit dieser Leistung die Qualifikation für die Westfälischen Meisterschaften U 16 im September in Hagen.

Allmählich findet auch David Pöggeler (2003) zu seiner Form zurück. Im Weitsprung siegte er mit 5,04 Metern, mit einer Zeit von 10,25 Sekunden holte er sich den zweiten Sieg über 75 Meter und damit auch den zweiten Pokal.



Start über 50 Meter der Klasse W 10, die „Weißen“ v.l.: Emilie Kroes, Anna Vogt, Nina Berge und Mia Glasow

Großen Einsatz bewiesen beim Abendsportfest die jüngeren Jahrgänge. Stellvertretend für viele gute Leistungen ist der zweite Platz von Emilie Kroes (2006) im 50 Meter Sprint zu nennen. Mit einem Rückstand von lediglich 2/100 Sekunden auf die Siegerin, Alina Schmitt-Degenhardt vom SC Fretter, erkämpfte sich die junge Drolshagenerin im Dress des SC Olpe die Silbermedaille vor der mit Abstand Jüngsten im Felde, Mia Glasow (2008), ebenfalls vom SC Olpe. Mia wurde im Feld von 13 älteren Starterinnen Dritte in persönlicher Bestzeit von 8,80 Sekunden.

Insgesamt hatten sich Athletinnen und Athleten aus 22 Vereinen für die Wettkämpfe im Kreuzbergstadion angemeldet. Darunter so klangvolle Namen wie der TV Wattenscheid 01, FC Schalke 04, LG Olympia Dortmund, LAZ Iserlohn, TG Münster, TuS Köln sowie aus zwei Aachener Vereinen. Auch Vereine aus dem benachbarten Hessenland hatten gemeldet.

Leichtathletik Olpe



Hochbegehrt: Pokale, gestiftet von der BIGGE ENERGIE

Wir hoffen auf ein Wiedersehen im kommenden Jahr und auf dann unwetterfreie Wettbewerbe.

Gehrt wurden im Rahmen des Sportfestes die Athletinnen des SC Olpe, die sich im Jahr 2015 vorn in den **Bestenlisten des Deutschen Leichtathletikverbands DLV** platzieren konnten. Die Bestennadeln erhielten:

Gold:

Sarah Langemann für Rang 12 über 400 Meter Hürden (gleichzeitig Platz 9 bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Jena) mit der Zeit von 63,48 Sekunden

Silber

Johanna Heuel, Julia Springob, Marie Ries, Sophia Werthenbach in die U 20 Staffel über 4 x 100 m mit Rang 3 in der Deutschen Bestenliste und gleichzeitig Rang 3 mit Gewinn der Bronzemedaille bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Jena (46,74 Sekunden)

Bronze

Anja Beckmann: Rang 15 mit der 4 x 100 Meter Staffel U18 gemeinsam mit Sarah Langemann, Sophia Werthenbach und Marie Ries

Fiona Stutte als Mitglied der U 16 – Staffel mit Rang 9 in der DLV Wertungsliste gemeinsam mit Franka Linse, Alina Franke und Greta Wulff



Leichtathletik Olpe

Franka Linse: Rang 9 im Hochsprung mit einer Höhe von 1,66 m (W 15/ U16)

Christin Schneider: Rang 30 im Stabhochsprung mit 2,60 m. Sie erreichte den Rang in der Bestenliste W 14, obwohl sie im letzten Jahr noch in der Klasse W 13 startete

Marlitt Spille: Rang 26 im Speerwurf mit einer Weite von 36,51 m

=====

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.

=====

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

Register: Themen/ Stichworte

Alkohol und Sport

Ausgabe (vom)

28 10.08.2015



Leichtathletik Olpe

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