

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kallis Montagspost

Ausgabe 20 2017 26. Juni 2017

U 16 Team löst das Ticket nach Gütersloh

Wiebke Rosemeyer und die Staffel mit Qualifikationen für die DM



Fretter-Power: Sophie König, Lara Schmitt-Degenhardt und Jolina Henke

Mit vielen guten Einzelleistungen und einer tollen Mannschaftsvorstellung qualifizierten sich die U 16 Mädchen aus Olpe und Fretter am Samstag für die Landesmeisterschaften der Leichtathletikteams, die am 24. September in Gütersloh ausgetragen werden. In den Disziplinen 100 Meter Sprint, 4 x 100 Meter Staffel, 800 Meter, 80 Meter Hürden, Hochsprung, Weitsprung, Kugelstoßen und Speerwurf sammelten die Athletinnen der Start-

gemeinschaft Olpe/Fretter **8.254 Punkte**. Damit übernahm das Team Platz 1 in der Westfälischen Rangliste für die Qualifikation zu den Finalkämpfen der 8 besten Teams des Landesverbands. Zudem wurde das Team des Nachbarn LG Kindelsberg-Kreuztal um rund 500 Punkte distanziert und auf Rang 2 verwiesen.

Zum Vergleich die Daten aus dem Vorjahr:

Qualifikationsergebnis Menden: 8.273 Punkte
(Platz 1 in der Qualifikation)

Finalergebnis Rheine: 8.268 Punkte
(Platz 2 und Vizemeisterschaft hinter der LG Kreis Gütersloh)

Alina Hoberg mit der Top-Punkteausbeute

Die überragende Punktlieferantin war an diesem Tag Alina Hoberg mit ihrer Zeit von 12,50 Sekunden über 100 Meter; das brachte die Tageshöchstwertung von 608 Punkten, mit 12,51 Sekunden über die 80 Meter Hürden (562 Punkte) und mit 1.233 Punkten in der 4 x 100 Meter Staffel, die in der Zeit von 49,67 Sekunden ins Ziel kam.

575 Punkte steuerte Annica Deblitz mit ihrer Zeit von 12,85 Sekunden über 100 Meter bei. Überragend ist auch die Leistung von Christin Schneider über 80 Meter Hürden einzuschätzen. Es war ihr erster Hürdensprint im Wettkampf. Die Zeit von 12,82 Sekunden brachte weitere 542 Punkte in die Sammlung des Teams.

Einen hohen Punkteanteil steuerten die Athletinnen des SC Fretter bei, die in den Disziplinen Hochsprung, Weitsprung und 800 Meter die komplette Punktwertung in das Teamergebnis einbrachten. Eine überragende Rolle spielte dabei Jolina Henke mit jeweils persönlichen Bestleistungen im Hochsprung, 1,56 Meter, und im Weitsprung mit 5,00 Metern.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben



Kreis - DJMM U16,U18 - Gruppe 2+3
Hofbachstadion, am Samstag, 24. Juni 2017

Ergebnisliste

DJMM WJU16 Gruppe 2, weibliche Jugend U16

Rang	Name			Punkte			
	Bewerb	StNr.	Name, Vorname	Jg	Nat.	Ergebnis	Punkte
1.	StG Olpe/Fretter						8.254
	100m Gruppe 2	48	Hoberg, Alina	2002		12,50 (+0,2)	608
	100m Gruppe 2	103	Deblitz, Annica	2003		12,85 (+0,2)	575
	100m Gruppe 2	50	Schürhoff, Luisa	2002		13,51 (+1,5)	(517)
	4x100m Gruppe 2		StG Olpe/Fretter 1			49,67 ()	1.233
		1:	48, Hoberg Alina (2002)		2:	49, Schneider Christin (2002)	
		3:	50, Schürhoff Luisa (2002)		4:	51, Hippler Julia (2002)	
	4x100m Gruppe 2		StG Olpe/Fretter 2			53,36 ()	(1.064)
		1:	105, Schmitt-Degenhardt Lara (2002)		2:	86, Hübner Zoe (2002)	
		3:	53, Rosemeyer Wiebke (2002)		4:	54, Henke Jolina (2003)	
	800m Gruppe 2	775	König, Sophie	2003		2:34,95 ()	485
	800m Gruppe 2	776	Kranauge, Clara	2002		2:49,59 ()	(416)
	800m Gruppe 2	777	Cremer, Marie	2003		2:49,67 ()	416
	80m Hürden Gruppe 2	48	Hoberg, Alina	2002		12,51 (+0,1)	562
	80m Hürden Gruppe 2	49	Schneider, Christin	2002		12,82 (+0,4)	542
	80m Hürden Gruppe 2	53	Rosemeyer, Wiebke	2002		12,93 (+0,1)	(535)
	Hochsprung Gruppe 2	54	Henke, Jolina	2003		1,56 m	541
	Hochsprung Gruppe 2	105	Schmitt-Degenhardt, Lara	2002		1,48 m	493
	Hochsprung Gruppe 2	49	Schneider, Christin	2002		1,48 m	(493)
	Kugelstoßen Gruppe 2	103	Deblitz, Annica	2003		8,19 m	397
	Kugelstoßen Gruppe 2	52	Glasow, Paula	2003		7,91 m	385
	Kugelstoßen Gruppe 2	86	Hübner, Zoe	2002		6,72 m	(329)
	Speer Gruppe 2	51	Hippler, Julia	2002		27,90 m	480
	Speer Gruppe 2	52	Glasow, Paula	2003		26,01 m	462
	Speer Gruppe 2	50	Schürhoff, Luisa	2002		22,77 m	(429)
	Weitsprung Gruppe 2	54	Henke, Jolina	2003		5,00 m ()	549
	Weitsprung Gruppe 2	105	Schmitt-Degenhardt, Lara	2002		4,79 m ()	526
	Weitsprung Gruppe 2	53	Rosemeyer, Wiebke	2002		4,75 m ()	(522)
	Weitsprung Gruppe 2	51	Hippler, Julia	2002		4,28 m ()	(468)

Die 4 x 100 Meter Staffel, die bereits für die Deutschen Meisterschaften U 16 in Bremen qualifiziert ist, erwarb in der Aufstellung Luisa Schürhoff, Alina Hoberg, Julia Hippler und Christin Schneider (siehe Bild

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

oben) mit ihrem Ergebnis von 49,67 Sekunden auch die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften der Klasse U 18 (!) in Ulm.

Große Freude herrschte auch bei Wiebke Rosemeyer. Mit ihrem Weitsprungergebnis von 4,75 Metern erwarb sie die erforderliche Zusatzqualifikation und kann nun bei den Deutschen Meisterschaften U 16 in Bremen über die 300 Meter Hürden starten.

Julia Hippler erreichte die Zusatzqualifikation verletzungsbedingt nicht über den Weitsprung. Sie wird in den kommenden Wochen in der Disziplin Speerwurf einen neuen Versuch starten.

Frauenstaffel gewinnt Bronze in Bottrop Fiona Stutte vertritt Johanna Heuel



Dynamisch aus den Blöcken: Fiona Stutte

Die Frauenstaffel der Startgemeinschaft Olpe/Fretter gehört seit Jahren zum engen Favoritenkreis bei den offenen NRW-Meisterschaften, die alljährlich in Bottrop ausgetragen werden. Erstmals setzte Trainer Dieter Rotter am Sonntag die junge U 18 Sprinterin Fiona Stutte als Startläuferin in der Frauenstaffel ein. Fiona hatte zuletzt mit guten Sprintzeiten überzeugt und rechtfertigte das in sie gesetzte Vertrauen mit einer starken Leistung.

Bei widrigen Windverhältnissen – das mögen auch die Staffelläuferinnen gar nicht – erzielte Fiona mit ihren Teamkolleginnen Julia Springob, Marie Ries und Sophia Werthenbach eine klasse Leistung und eroberte in 46,78 Sekunden Platz 3 und damit Bronze in der NRW-Meisterschaft.

Marie Ries startete dann noch über 200 Meter und wurde dort in der Zeit von 25,79 Sekunden Zehnte. Marie sowie Staffelschlussläuferin Sophia Werthenbach hatte der Gegenwind auf der Zielgeraden

keinen Spaß gemacht. Beide berichteten übereinstimmend, dass sie „vor eine Wand“ gelaufen seien.

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

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

**BIGGE
ENERGIE**
Natürlich von hier.



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kreismeisterschaften im Stabhochsprung in Olpe

Erfreuliche Leistungssteigerungen am 21.6. im Kreuzbergstadion

Die Ergebnisse:

Jan Siveri	2004	2,70 m persönliche Bestleistung
Carolin Schneider	2005	1,80 m persönliche Bestleistung
Alica Schmitt	2003	2,30 m
Elsje Nies	2004	2,00 m persönliche Bestleistung
Christin Schneider	2002	2,80 m
Melina Schürholz	2002	2,20 m
Milena Gerner	o.g.V.	
Laura Maiworm	2001	2,60 m persönliche Bestleistung

Die nächsten Wettkämpfe

1.7.	Sparkassenmeeting, Sportfest	Kreuztal
5.7.	Kreislangstreckenmeisterschaften	Bad Berleburg
8.7.	Kreiseinzelmeisterschaften	Fretter
8.7./9.7.	Deutsche Meisterschaften der Männer und Frauen	Erfurt
15.7./ 16.7.	NRW Jugendmeisterschaften U16, U18, U20	Bochum- Wattenscheid
21.7.	Abendsportfest im Felsenmeerstadion	Hemer
4.8. – 6.8.	Deutsche Jugendmeisterschaften U18 U20	Ulm
12.8. – 13.8.	Deutsche Jugendmeisterschaften U 16	Bremen



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Register: Themen/ Stichworte

	<u>Ausgabe (vom)</u>	
Alkohol und Sport	28	10.08.2015
Aufwärmen (Trainingslehre)	2	24.02.2014
Core – Säule der Kraft	24	04.07.2016
Core –Training	6	20.02.2017
Dehnen (Trainingslehre)	3	03.03.2014
Dehnen – ein bewegungsorientiertes Konzept	18	12.06.2017
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
Faszien, Erkenntnisse im Beweglichkeitstraining	29	17,11,2914
Fehlstart (Leichtathletikregeln)	5	17.03.2014
Fitnessgeräte auf dem Prüfstand	4	10.03.2014
Knieschmerzen – was kann helfen	19	19.06.2017
Kondition (Trainingslehre)	7	31.03.2014
Koordination (Trainingslehre)	8	07.04.2014
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
Rumpftraining – 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