

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Kallis Montagspost

Ausgabe 21 2017 3. Juli 2017

#### Julia Hippler komplettiert das Team für Bremen Punktlandung beim Speerwurf in Gladbeck

Traurigkeit und Freude liegen oft nah beieinander. Nachdem Julia Hippler am vorigen Wochenende in Geisweid den Weitsprung wegen Schmerzen im Fuß abbrechen musste, sicherte sie sich am Sonntag beim Artur Schirmmacher Sportfest in Gladbeck endgültig das Ticket für den Einzelstart über 100 Meter bei den Deutschen Jugendmeisterschaften U 16 in Bremen am 12. und 13. August 2017.



Einzelqualifikation für Bremen: Julia Hippler

Voraussetzung für die Zulassung zu den Deutschen Jugendmeisterschaften in der Klasse U 16 ist bekanntlich nicht nur die Normerfüllung in einer bestimmten Disziplin, es muss auch noch eine Zusatznorm erfüllt werden. Dies gelang Julia Hippler am Sonntag im Stadion an der Bohmertstraße in Gladbeck, auch als Vestische Kampfbahn bekannt.

30,00 Meter beträgt die Zusatznorm des DLV und genau 30 Meter schaffte Julia mit dem Speer gleich im ersten Versuch. Zwei weitere Würfe kratzten knapp an der 30-Meter-Marke, ein Nachweis für die gute Form, in der sich Julia derzeit befindet.

Praktisch zum Aufwärmen hatte Julia Hippler am Kugelstoßwettbewerb teilgenommen und mit 9,87 Metern eine neue persönliche Bestleistung aufgestellt. In beiden Disziplinen wurde sie Erste.

Damit ist das Team für Bremen vollständig. Folgende Startberechtigungen wurden erfüllt:

100 Meter Sprint:	Alina Hoberg, Christin Schneider, Julia Hippler
300 Meter Hürden:	Alina Hoberg, Wiebke Rosemeyer
4 x 100 m, Staffel 1	Emma Rehse, Annica Deblitz, Alina Hoberg, Christin Schneider
4 x 100 m, Staffel 2	Luisa Schürhoff, Wiebke Rosemeyer, Julia Hippler, Jolina Henke

**ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:**

Viel Erfolg dem Leichtathletik-Team Olpe! [www.bigge-energie.de](http://www.bigge-energie.de)



# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Fiona Stutte läuft sich „frei“

Fiona Stutte ist in Topform und deshalb allseits begehrt. Als Angehörige des Jahrgangs 2000 darf sie sowohl in der Staffel der Klasse U 18 laufen, als auch hochgemeldet in der Klasse U 20. Der Haken: Bei den Deutschen Jugendmeisterschaften darf sie nicht beides. Und auch die Qualifikationen werden nur dann anerkannt, wenn sie in absolut verschiedenen Staffelaufstellungen geleistet werden.

Mit ihren Staffellokolleginnen aus dem Jahrgang 2000 hatte sich Fiona schon früh im Jahr für die Teilnahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften der Klasse U 18 in Ulm qualifiziert und sich daher in dieser Staffel erst einmal „festgelaufen“. Marie Ries und Sophia Werthenbach, im vergangenen Jahr über die 4 x 100 Meter Deutsche Meisterinnen U20, möchten als Titelverteidigerinnen jedoch ebenfalls gern auf Fiona zurückgreifen. Um die Voraussetzungen dafür zu schaffen, waren noch zwei Qualifikationen zu meistern:

1. Normerfüllung durch die U 20 Staffel, am sichersten mit Fiona
2. Normerfüllung durch die U 18 Staffel ohne Fiona

Die Umsetzung dieses Plans wurde vom Team auf Samstag, 1. Juli, festgelegt. Start beim Sparkassenmeeting in Kreuztal.



**2 Staffeln – ein Team: Fiona Stutte, Marie Ries, Marie Hachenberg, Sophia Werthenbach, Alina Franke, Greta Wulff, Franka Linse und Cathrin Eiden**

Die Rechnung ging auf. Das Team U 18 mit Franka Linse, Alina Franke, Greta Wulff und Cathrin Eiden siegte in 49,80 Sekunden (U 18 Norm = 50,20 Sekunden) und das Team U 20 mit Marie Hachenberg, Fiona Stutte, Marie Ries und Sophia Werthenbach in 47,81 Sekunden (U 20 Norm = 49,50 Sekunden).

Trainer Dieter Rotter hat nun freie Hand bei der Aufstellung der Staffeln. Vor allem was den Einsatz von Fiona Stutte betrifft.



# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Es gäbe da ja auch noch eine dritte Variante: Nämlich die Zuordnung von Fiona zu der Staffel mit den Deutschen Rekordhalterinnen U 16, Christin Schneider und Alina Hoberg. Die schnelle U 16 Staffel, die sich hochgemeldet ebenfalls für die Deutschen Meisterschaften U 18 qualifiziert hat, könnte demnach in der Aufstellung Fiona Stutte, Alina Hoberg, Julia Hippler und Christin Schneider an den Start gehen. Klingt medaillenverdächtig!

### **Schlechtes Wetter beeinträchtigte Einzelleistungen in Kreuztal**

Nieselregen und Gegenwind sind keine guten Begleiter der Leichtathletik. So auch in Kreuztal am Samstag. Fast alle Kurzsprinterinnen konnten auf der 100 Meter Bahn nicht an ihre Bestleistungen anknüpfen. Eine Ausnahme machte Aline Franke vom SC Fretter, die in 12,95 Sekunden eine persönliche Jahresbestleistung erreichte.

Nicht nur die Sprinter hatten unter den widrigen Bedingungen zu leiden. Immerhin stimmte die Platzierung in den technischen Disziplinen. Marlitt Spille wurde im Speerwurf Erste mit 38,09 Metern. Franka Linse schaffte alle Höhen bis 1,61 Meter im ersten Versuch und ließ dann als einzige im Wettbewerb verbliebene Springerin die 1,70 Meter auflegen, die Qualifikationsmarke für die Deutschen Meisterschaften U 18. Diese Herausforderung kam für Franka jedoch noch zu früh. In den kommenden Wochen hat sie noch einige „Matchbälle“.

### Die nächsten Wettkämpfe

5.7.	Kreislangstreckenmeisterschaften	Bad Berleburg
8.7.	Kreiseinzelmeisterschaften	Fretter
8.7.	Stabhochsprungmeeting im Kreuzbergstadion	Olpe
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
2.9.	DJMM Qualifikationsdurchgang w U14 und w U18	Hagen
3.9.	Werfergala mit Kreismeisterschaften Wurf/ Stoß	Attendorn
9.9.	Kinderleichtathletiksportfest mit KiBaz, U12 und jünger	Olpe
10.9.	Bezirksmeisterschaften Südwestfalen	Iserlohn
16.9.	Kreismehrkampfmeisterschaften	Attendorn
23.9. – 24.9.	DJMM – Mannschaftsendkämpfe	Gütersloh

## Leichtathletik Olpe

### Freude erleben

#### Fast 2000 Läuferinnen und Läufer beim 14. Olper Teamcup des SC Olpe

Die Beliebtheit des größten Laufereignisses im Kreis Olpe ist ungebrochen. Das wurde einmal mehr am Freitag (30.6.) deutlich. Bürgermeister Weber schickte die üblichen 3 Gruppen auf die Stadtrunden, zwei Schülerläufe und abschließend den Hauptlauf mit mehr als 800 Teilnehmern. Auffallend war wiederum die gute Stimmung vor, während und nach den Läufen. Das „zeitlose“ Laufen und die im Mittelpunkt stehende Teamwertung nehmen dem Wettbewerb die Schärfe, ohne die Spannung und die sportliche Leistungsbereitschaft zu beeinträchtigen.

Das gute Wetter trug dazu bei, dass bis weit nach 22:00 Uhr noch zahlreiche Sportbegeisterte auf dem Kurkölner Platz die gelungene Veranstaltung feierten.



#### Getränkeverpflegung nach dem Zieleinlauf: Annette, Jana und Albert Wolfschläger, Ulla Kleine, Ulrike Giese

So beeindruckend die Zahl der Teilnehmer alljährlich ist, so imponierend ist stets auch die Zahl der gelb gekleideten Helferinnen und Helfer, die an allen Ecken und Enden der Veranstaltung mit anpacken und den ordentlichen und reibungslosen Ablauf garantieren.

Im Namen des Kernorgateams, Thomas Greß, Matthias Giese, Sven Hilkenbach und Andreas Stemmer, dankte Matthias Giese allen Helferinnen und Helfern für deren Einsatz und lud zur traditionellen Helferfete ein, die demnächst im gewohnten Rahmen stattfinden wird.

Der Nettoerlös wird wiederum einem caritativen Zweck zugeführt und geht in diesem Jahr an den Sozialfonds des CJD Olpe.



# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Register: Themen/ Stichworte

### Ausgabe (vom)

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](http://www.skiclub-olpe.de)**