

Leichtathletik Olpe

Kallis Montagspost

Ausgabe 22/ 2016 20. Juni 2016

4 x 100 Meter Frauen bestätigen Rang unter Deutschlands Besten SC Olpe feiert Platz 11 und Kreisrekord

Der von Trainer Dieter Rotter organisierte Aufstieg seines Teams zur 526 Meter hoch gelegenen Aussichtsplattform im Kasseler Bergpark Wilhelmshöhe am Tag nach dem Rennen steht symbolhaft für die Entwicklung der Sprintstaffel des SC Olpe in den vergangenen Monaten. Nach intensiver, mühevoller Vorbereitung zeigte sich das 4 x 100 Meter Frauen-Quartett auf den Punkt fit und eroberte in Kreisrekordzeit von 46,68 Sekunden Rang 11 bei den Deutschen Meisterschaften der Frauen und Männer im Kasseler Auestadion.



Julia wechselt auf Marie

Bereits drei Wochen zuvor hatte das Team mit Johanna Heuel, Julia Springob, Marie Ries und Sophia Werthenbach mit dem Gewinn der NRW-Meisterschaft in Bottrop ein erstes Zeichen gesetzt. Dazu hatte allerdings noch eine Zeit von 47,66 Sekunden gereicht. Die im vergangenen

Leichtathletik Olpe

Jahr gelaufenen Ergebnisse schienen auch in weiteren Tests kaum erreichbar. Bedenken kamen auf. Zeigten sich vielleicht erste Abnutzungserscheinungen nach den vielen erfolgreichen Jahren? Hatten die zeitweise 4 wöchentlichen Trainingseinheiten und die vielen Wettkämpfe an den Kräften gezehrt?

Die passende Antwort gaben die vier jungen Damen im mit rund 20.000 Zuschauern ausverkauften Auestadion. Eine leichte Unsicherheit beim zweiten Wechsel war das einzige, was Trainer Dieter Rotter hätte bemängeln können. Ansonsten zeigte das Quartett eine sowohl läuferisch als auch technisch makellose Leistung. Es war ein „Sieg“ des Kollektivs, zu dem auch Tamara Müller und Sarah Langemann beitrugen, die Nummer 5 und 6 im Team, dank ihrer ebenbürtigen Leistungsstärke jedoch weit mehr als nur Ersatz.



Die Anzeigetafel im Auestadion über der Südkurve: Startäuferin Johanna Heuel im Visier der Kamera

Dass in der Gesamtrechnung nicht Rang 9 herausprang, wie im vergangenen Jahr bei den Deutschen Meisterschaften in Nürnberg, lag zweifellos an dem sehr hohen Leistungsniveau im Olympiejahr 2016. Und so blickten die Athletinnen und Trainer des SC Olpe mit berechtigtem Stolz auf die Tatsache, dass sie verdientermaßen im vorderen Teil der ersten Liga der deutschen Leichtathletik mitspielen.

Leichtathletik Olpe



539 Stufen allein im oberen Teil des Anstiegs entlang der Wasserkaskaden zur Herkulesstatue, dem Wahrzeichen der Stadt Kassel, und dies mit schweren Beinen, auch dies erfüllte die Delegation aus Olpe mit Stolz. Und einem wunderbaren Ausblick über die nordhessische Metropole.

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

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

 **BIGGE
ENERGIE**
Natürlich von hier.

Die Werfergala in Attendorn wird nachgeholt

Die Werfergala in Attendorn, die im Mai aufgrund des Nachholtermins für das Sportfest „Hansemeeting“ ausgefallen war, hat einen neuen Termin, Freitag, 26. August 2016. Der Beginn ist auf 16:30 Uhr festgelegt. Einzelheiten dazu folgen. Eingebettet in die Werfergala sind die Kreismeisterschaften in den Disziplinen Speerwurf, Diskuswurf und Kugelstoßen.



Leichtathletik Olpe

Termine 2016 Sommerhalbjahr (Stadionveranstaltungen)

Sa., 25.06.	Westdeutsche Meisterschaften M/W 15	Arnsberg
Sa. 02.07.	Kreiseinzelmeisterschaften	Fretter
Sa./So. 02.07 – 03.07.	Deutsche Jugendmeisterschaften – Blockwettkämpfe	??
Sa./So. 09.07 – 10.07.	Westfälische Jugendmeisterschaften U 18/ U 20	Lage (Lippe)
Sa./So. 23.07. – 24.07.	Deutsche Meisterschaften U 23	Wattenscheid
Fr./Sa./So. 29.07 – 31.07.	Deutsche Jugendmeisterschaften U 18 und U 20	Mönchengladbach
Sa./So. 06.08. – 07.08.	Deutsche Jugendmeisterschaften U 16	Bremen
Fr., 26.08.	Attendorner Werfergala mit Kreismeisterschaften	Attendorn
Sa. 03.09.	Kinderleichtathletiksportfest mit KIBAZ-Abzeichen	Olpe
So., 03.09.	Länderkampf gegen die Niederlande	Gladbeck
Sa. 10.09.	Westfälische Meisterschaften U 16	Hagen
Sa. 17.09.	Kreismehrkampfmeisterschaften	Attendorn
Sa./ So. 24.09. – 25.09.	FLVW Mannschaftsendkämpfe (DJMM)	Rheine

Termine 2016 Sommerhalbjahr (Laufveranstaltungen)

Fr. 24.06.	Olper Team-Cup, Citylauf	Olpe
Sa. 27.08.	Hohe-Bracht-Berglauf	Bilstein
Sa., 24.09.	Herbstwaldlauf in Fretter	Fretter
Sa. 05.11.	Südsauerlandlauf	Wenden
Sa. 12.11.	Kreis-Crossmeisterschaften – Siegen und Olpe	Wilnsdorf

Starke Beteiligung an den Westdeutschen Meisterschaften U 16 in Arnsberg

Am kommenden Sonntag werden im Arnsberger Stadion Große Wiese die Westdeutschen Meisterschaften U 16 ausgetragen. Startberechtigt ist der Jahrgang 2001 (M/W 15) – in den Staffeln ist auch der Jahrgang 2002 mit dabei.

Die Olper Leichtathletik ist mit einem zahlenmäßig und leistungsmäßig starken Aufgebot dabei. Dazu gehören:

Laura Maiworm:	Stabhochsprung
Franka Linse:	Hochsprung
Johanna Nies:	Speerwurf
Marlitt Spille:	Speerwurf
	Kugelstoßen
Jill Weier:	100 Meter

Die Staffeln treten in den folgenden voraussichtlichen Aufstellungen an:

Staffel 1:	Franka Linse, Alina Hoberg, Julia Hippler, Christin Schneider
Staffel 2:	Jill Weier, Carlotta Hof, Anna Heine, Marlitt Spille
Staffel 3:	Luisa Schürhoff, Wiebke Rosemeyer, Johanna Reißner, Anna Stricker

Bei den Westdeutschen Meisterschaften treten die Athletinnen und Athleten der Leichtathletikverbände Westfalen, Nordrhein und Rheinland (politisch Rheinland-Pfalz) gegeneinander an.



Leichtathletik Olpe

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



Leichtathletik Olpe

Register: Themen/ Stichworte

	<u>Ausgabe (vom)</u>	
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