

# Kallís Montagspost

Ausgabe 24 29. September 2014

---

## Das schönste Hallensportfest für Kinder naht

Der LC Attendorn lädt ein zu „Fun in Athletics“



**Fun in Athletics 2013 in Wenden: Zum Abschluss der „Grand Prix“**

Gut gefüllte Zuschauerränge und lautstarke Stimmung gibt es stets bei Fun in Athletics, wenn rund 150 Kinder jährlich in wechselnden Sporthallen teamweise gegeneinander antreten. Die Vereine **SG Wenden, FSV Helden, LC Attendorn, SC Fretter, TV Olpe und SC Olpe** hatten im vergangenen Dezember die Reise ins Schulzentrum Wenden unternommen und trafen dort auf die gewohnt gute Organisation. Den Schwerpunkt bilden stets die Sprintstaffeln, mit und

## Leichtathletik Olpe

ohne Hindernisse. Zum Abschluss fiebern alle dem „**Grand Prix**“ entgegen, einem Staffellenrennen, bei dem jedes Kind eine ganze Hallenrunde zurücklegt und dabei natürlich einige Hindernisse zu überwinden hat.

### **Alles dreht sich um das Team**

Zuvor gibt es viel Spaß auch bei Wurf und Sprung. Zielwürfe, der Speerwurf (mit leichten Kunststoffspeeren) und Würfe mit dem kleinen Gewichtsball aus dem Kniestand wechseln sich ab mit den spielerischen Sprungdisziplinen Stand-Weitsprung, Dreisprung und Speed-Bounce. Beim Speed Bounce springen die Kinder seitlich hin und her über niedrige Hindernisse. Wer innerhalb von 15 Sekunden die meisten Sprünge hinbekommt, erhält die höchste Punktgutschrift für sein Team. Sowieso dreht sich alles um das Team, wie bei der Kinderleichtathletik im Sommer.

In diesem Jahr richtet der LC Attendorn Fun in Athletics in der Rundsporthalle Attendorn aus. Diese Halle ist für die Veranstaltung wegen ihrer Größe und der gerundeten Seitenwände wie geschaffen.

### **Termin ist Samstag, 22. November 2014.**

Startberechtigt sind die Altersklassen der Kinder U 14 (Jahrgänge 2001 und 2002), U 12 (Jahrgänge 2003 und 2004) und U 10 mit den Jahrgängen 2005 und 2006. Auch jüngere Kinder können mitmachen, sie sollten aber mit der nötigen Sicherheit und Schnelligkeit seitlich aufgestellte Bananenkisten überspringen können.



**Nach 2 ½ Stunden Sport und Spaß: Mit Spannung wird die Siegerehrung erwartet**

**Meldungen möglichst bald bei Karl-Heinz Besting per E-Mail:** [karl-heinz.besting@gmx.de](mailto:karl-heinz.besting@gmx.de)

**Übrigens:** Nach den Herbstferien bleibt im Hallentraining genügend Zeit, um die Disziplinen aus „Fun in Athletics“ zu üben.

### Den größten Sprung machte Wiebke Rosemeyer

10 Stabartisten aus Olpe starteten in Iserlohn

Wiebke schaffte nicht den höchsten Sprung an diesem Tag in der Klasse U 14. Den Sieg errang wieder einmal die 12-jährigen Christin Schneider, dieses Mal mit einer übersprungenen Höhe von 2,50 Metern. Die deutlichste Verbesserung einer persönlichen Bestleistung gelang jedoch Wiebke Rosemeyer, ebenfalls Jahrgang 2002. Mit 2,05 m, 2,10 m und schließlich 2,15 m gelangen ihr gleich drei Verbesserungen ihrer bisherigen Bestmarke von 2,00 Metern. Dem aufmerksamen Betrachter entging dabei nicht, dass bei jedem Rekord bereits beim Überqueren der Latte ein siegesgewisses Lächeln über ihr Gesicht huschte. Und, ein „zu früh gefreut“ gab



Entschlossenheit beim Anlauf: Wiebke Rosemeyer

es heute nicht. Ein entschlossener Anlauf, ein mutiger Absprung und die notwendige Technik im Flug gelingen an manchen Tagen. Heute lief es gut für Wiebke Rosemeyer. Platz 2 hinter Christin Schneider, ein gelungener Wettkampf.

Zu groß war die Differenz zwischen Haben und Soll bei Maike van Gerven. Die 18-Jährige hatte die 3-Meter-Marke routiniert und sicher übersprungen. Auf Empfehlung von Trainer Dieter Heumann wurde die Latte auf 3,20 Meter gelegt. Jedoch auch der Wechsel auf einen härteren Stab nach dem zweiten Versuch brachte Maike nicht in die Erfolgsspur zurück. Es blieb bei 3,00 Meter, allerdings mit einem schönen, technisch sauberen Sprung, ein Leckerbissen für die Zuschauer!

#### Die weiteren Ergebnisse:

**Jan Siveri**, Jg. 2004, 1,80 Meter  
**Dominik Berg**, Jg. 2004, 1,60 Meter  
**Alica Schmitt**, Jg. 2003, 1,80 Meter  
**Helen Schneider**, Jg. 2003, 1,60 Meter  
**Melina Schürholz**, Jg. 2002, 2,00 Meter  
**Alina Hoberg**, Jg. 2002, 1,90 Meter  
**Laura Maiworm**, Jg. 2001, 1,90 Meter



Der Stab als Energie-Speicher, Maike von Gerven mit ihrem Arbeitsgerät

### Mit neuem Speer zur Bestleistung



Stolz auf die Bestleistung: Marthe Wierenga

Bereits bei den DJMM Endkämpfen in Arnsberg leistete Marthe Wierenga (Jahrgang 1997) mit 33,03 Metern im Speerwurf einen entscheidenden Beitrag zum Gewinn der Westfälischen Mannschaftsmeisterschaft. Mit neuem Wettkampfspeer!! „Der liegt mir“ äußerte sie nach dem Wettkampf, gleichbedeutend mit einem Appell an den Trainer, das Gerät auch zum nächsten Wettkampf wieder mitzubringen.

Der Trainer war folgsam und Marthe bedankte sich im Iserlohner Hemberg-Stadion prompt mit einer Steigerung auf die klasse Weite von 36,70 Meter. Persönliche Bestleistung und Platz 2 im Wettbewerb U 18.

Marlitt Spille und Johanna Nies, beide U 14, traten in Iserlohn erstmals mit dem 500 Gramm Speer in der nächsthöheren Altersklasse U 16 an. Mit Erfolg. Marlitt wurde mit eine Weite von 28,74 Metern Zweite, Johanna kam mit 25,52 Metern auf Rang 5.

### Erfolge auch im Weitsprung und Hochsprung

Beim ersten Werfer- und Springertag des LAZ Iserlohn überzeugten nicht nur die Stabhochspringer und Werfer. **Franka Linse** (Jg. 2001) überwand im Hochsprung die Latte bei 1,45 Meter und freute sich über ihre neue persönliche Bestleistung, die gleichzeitig Rang 3 in der nächst höheren Klasse U 16 bedeuteten. Nur um einen Zentimeter verfehlte Charlotte Watermann, ebenfalls Jahrgang 2001, im Weitsprung die Einstellung ihrer persönlichen Bestleistung. Mit guten 4,55 Metern schaffte auch sie in der Klasse U 16 mit Rang 2 den Sprung auf das Siegerpodest.

### Was ist eigentlich .....

#### ..... ein Durchgang?

Hier sorgt die Regel 180.5 der IWR (Internationale Wettkampfregeln) für Aufklärung. Ein Durchgang umfasst je **einen** Versuch aller berechtigten Wettkämpfer. Ausnahme: Hoch und Stabhochsprung.

Beispiel 1: Alle ersten Versuche einer Gruppe von Teilnehmern an einem Weitsprungwettbewerb = 1. Durchgang

Beispiel 2: Alle zweiten Versuche einer Gruppe von Teilnehmern an einem Speerwurfwettbewerb = 2. Durchgang

Beim Hochsprung und beim Stabhochsprung sind es alle Versuche über eine bestimmte Sprunghöhe, die einen Durchgang ausmachen.

Beispiel: Ein Hochspringer überspringt die Höhe von 1,80 Meter im ersten Versuch. Sein Konkurrent schafft diese Höhe im zweiten Versuch, ein weiterer benötigt 3 Versuche, ein vierter Springer reißt die Latte im dritten Versuch. Alle vier Springer befinden sich bei allen Versuchen über die Höhe von 1,80 Meter in einem einzigen Durchgang. Für den nächsten Durchgang wird die Latte dann beispielsweise auf 1,85 Meter gelegt.

Bei Vertikalsprüngen (Hochsprung, Stabhochsprung) stehen jedem Wettkämpfer stets 3 Versuche je Durchgang zu. Bei allen anderen technischen Disziplinen darf kein Wettkämpfer mehr als einen Versuch je Durchgang haben.



### Der Basar

Ich möchte verkaufen:

1. Trainingsanzug (mit Bigge Energie Logo) in Größe 164/ 34-36, wie neu
2. Spikes in Größe 39

Preis: Verhandlungssache

Name: Irene Weber  
Telefon: 02761 943229  
E-Mail: webirene@gmx.de