

# Leichtathletik Olpe

Freude erleben

## Kallis Montagspost

Ausgabe 26/2017 4. September 2017

### **Weltuntergangsstimmung in Bremen** Verlust des Staffelstabes kostet die Meisterschaft

Große Trauer herrschte am Sonntag (13.8.) im Bremer Stadion Obervieland bei den Olper U16 – Mädchen, den Trainern und den zahlreichen mitgereisten Fans auf der Tribüne. Das Finale über 4 x 100 Meter fand ohne die Deutschen Rekordhalterinnen statt. Was war passiert?

Im Vorlauf am Samstag hatte der erste Wechsel prima geklappt, als nach dem kraftvollen Antritt von Annica Deblitz auf der Gegengerade der Staffelstab des Olper Quartetts durch die Luft ins benachbarte Gebüsch flog. Nach dem Stabwechsel von Emma auf Annica hatte sich das Aluminiumgerät, glitschig vom Regen, selbständig gemacht und war Annica aus der Hand gerutscht. Aus war der Traum von der Titelverteidigung der in Bestbesetzung angetretenen Staffel mit Emma Rehse, Annica Deblitz, Alina Hoberg und Christin Schneider. Bayer 04 Leverkusen siegte im Finale in einer hohen 48-er Zeit; zum Vergleich die Bestzeit des Olper Quartetts: 47,52 Sekunden. Das hätte wohl locker gereicht.

Vor einem Jahr war der Startläuferin der Schweizer Nationalstaffel das gleiche Missgeschick passiert. Kein Trost! Was jedoch als überragender und entscheidender Trost bleibt, sind zwei Dinge: Einmal die Gewissheit, in 2017 die schnellste jemals gelaufene Zeit aller deutschen U 16 Staffeln gelaufen zu sein und die Bestenliste 2017 souverän anzuführen. Zum anderen die Art und Weise, wie das Team am Wettkampfort und in den Tagen danach den „Unfall“ verarbeitete. Hier wurde der Wert einer echten Gemeinschaft sichtbar. Lag man sich vor einem Jahr noch siegreich in den Armen, so umarmte man sich dieses Mal im überwältigenden Gefühl der Trauer. Gemeinsam richtete sich das Team wieder auf und bot damit eine ganz starke und beispielhafte Leistung!

### **Wiebke Rosemeyer siegt im B – Finale**



Trotz persönlicher Bestzeit hatte Wiebke Rosemeyer das A-Finale über die 300 Meter Hürden als Neunte nur äußerst knapp verpasst. Im B-Finale um die Plätze 9 bis 16 trumpfte sie jedoch erneut groß auf. 46,06 Sekunden, das bedeutete die sechste persönliche Bestzeit im sechsten Rennen nacheinander, eine fantastische Serie. Und nun folgte noch ein ganz überlegener Sieg im B-Finale. Platz 9 bei den Deutschen Jugendmeisterschaften – alle Achtung!

Und Alina Hoberg? Ihre Bestzeit über die 300 Meter Hürden steht bei 45,90 Sekunden. Alina verzichtete in Bremen auf den sicheren A-Endlauf, um sich für die Staffel zu schonen. Auch zu dieser Entscheidung kann man nur sagen: Alle Achtung und danke!

Sieg im B-Finale: Wiebke Rosemeyer (links)

## Leichtathletik Olpe

### Freude erleben

Der Einzug ins B-Finale gelang Alina Hoberg schließlich im 100 Meter Sprint. Hier wurde sie in einem sehr knappen Zieleinlauf Vierte.

Die zweite Staffel der Startgemeinschaft Olpe/Fretter schied zwar erwartungsgemäß im Vorlauf aus, zeigte aber eine große kämpferische Leistung. Die Aufstellung: Luisa Schürhoff, Wiebke Rosemeyer, Julia Hippler und vom SC Fretter Jolina Henke als Schlussläuferin.

### Die Niederlande siegen erneut

Dennoch gute Stimmung bei den Teilnehmern aus dem Kreis Olpe

Eigentlich hatte die NRW-Auswahl der U 16 Athletinnen und Athleten dieses Mal auf einen Sieg spekuliert. Eigentlich! Seit Jahren gewinnen die Holländer mit großer Dominanz. Und so kam es auch am vergangenen Samstag in Assen bei Groningen. Alle Hoffnung des deutschen Teams war am Ende des Tages verfliegen. Was blieb, auch für die Berufenen aus dem Kreis Olpe, war der Stolz, dabei gewesen zu sein und alles gegeben zu haben.



**Vorn: Alina Hoberg, Wiebke Rosemeyer, Annica Deblitz, Emma Rehse, Christin Schneider, Alexander Lind  
Hinten: die beiden NRW Landesdisziplintrainer Dieter Rotter und Egon Bröcher**

Die Berufung in die Nordrhein-Westfälische Auswahl war an die komplette Olper Staffel gegangen, die als Deutsche Rekordhalterinnen ein eingespieltes Team bildet. Alina Hoberg und Wiebke Rosemeyer, die an Nummer 2 und 3 in Nordrhein-Westfalen gelistet sind, starteten zudem über 300 Meter Hürden.

Alexander Lind von der SG Wenden nahm, wie schon bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Bremen, nicht die 800 Meter unter die Füße, sondern stieg über die Langsprintdistanz von 300 Metern in die Startblöcke.

Auch wenn im September noch einige Wettkämpfe im Kreis Olpe und in Westfalen anstehen, nach einer harten und erlebnisreichen Saison ist so langsam aber sicher Ruhe und Regeneration angesagt.

**ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:**

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

**BIGGE  
ENERGIE**  
Natürlich von hier.



# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Vier Leichtathletikteams in Hagen erfolgreich U 18 – Mannschaft sicher für die Endkämpfe qualifiziert

Die Westfälischen Mannschaftsmeisterschaften in den Jugendklassen zählen jährlich zu den wichtigsten Ereignissen im Wettkampfkalender. Die Leichtathletik gehört nämlich zu den wenigen Sportarten, die sowohl Individualwettkämpfe als auch Teamwettkämpfe ermöglichen.

In Westfalen qualifizieren sich in den Monaten Mai bis September in allen Altersklassen, nämlich U 12, U 14, U 16 und U 18, die besten acht weiblichen und die besten acht männlichen Teams für die Endkämpfe auf Landesebene. Das große Finale steigt in diesem Jahr am 23. und am 24. September in Gütersloh. Sicher qualifiziert ist bereits das Team der weiblichen U 16, das die westfälische Rangliste deutlich und uneinholbar anführt.



Gleich vier Teams aus Olpe bzw. der Startgemeinschaft Olpe/Fretter reisten am Samstag nach Hagen ins Ischelandstadion zum Qualifikationswettkampf. In allen Teams stand nicht nur der sportliche Erfolg, sondern auch Freude und Teamgeist im Vordergrund, das Gemeinschaftserlebnis. So auch beim Olper Mädchenteam U 12, das von den beiden Übungsleiterinnen Paula Glasow (links) und Luisa Schürhoff (rechts) begleitet wurde. Auf dem Programm standen die Disziplinen 50 Meter Sprint, 800 Meter, Hochsprung, Weitsprung, Ballwurf 80 g und die 4 x 50 Meter Staffel. Jede Teilnehmerin durfte an maximal drei Disziplinen teilnehmen. Für jede Leistung wurde eine Wertung nach der Punktetabelle des Deutschen Leichtathletikverbands vergeben. Alle Punkte flossen in die Mannschaftswertung ein. Am Ende sammelten die Mädchen U 12 4.099 Punkte und belegten mit dieser Leistung Rang 2 hinter dem TSV Hagen 1860 und vor den Teams des DJK GW Ennepetal und der Leichtathletikgemeinschaft Fichte-Elsay-Kabel. Damit eroberte das Olper Team Platz 16 in der aktuellen westfälischen Rangliste.

Die Aufstellung (Bild oben von links nach rechts): Nia Schubert, Helena Wurm, Lena Kindopp, Marleen Gronau, Nina Berge, Emma Glasow und Anna Vogt

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Klasse Einzel- und Staffelleistungen bei den Jungen U 12

Auch die Jungen U 12 schlugen sich achtbar, obwohl sie ohne ihre beiden starken Kräfte Julian Kaluschke und Julian Wicker auskommen mussten. Mit 3.784 Punkten gewann das Team Platz 1 vor dem TSV Bigge-Olsberg und der LG Fichte-Else-Kabel.



**Die 4 x 50 Meter Staffel mit Daniel Hardenacke, Thilo Deblitz, Marc Huperz und Henning Schröder**

Dabei glänzten die Jungen nicht nur mit guten Einzelleistungen. Besonders eindrucksvoll siegte die Staffel in der Aufstellung Marc Huperz, Daniel Hardenacke, Henning Schröder und Thilo Deblitz, die in 30,92 Sekunden mit großem Vorsprung ins Ziel einlief.

Die Belohnung: Aktuell Rang 10 in der Westfälischen Bestenliste.

#### Die Aufstellung des Teams:

Lukas Püttmann, Henning Schröder, Marc Huperz, Thilo Deblitz, Daniel Hardenacke und Jannik Reiche.



## Leichtathletik Olpe

Freude erleben



Beeindruckten im Hochsprung: Marleen Gronau und Daniel Hardenacke



Siegte überlegen über 800 m Nina Berge



Wechselten als Erste und siegten: Henning auf Thilo

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Weibliche U 14 schafft Qualifikationsplatzierung



60 m Hürden mit Jule Quast und Liv Heite

Seite an Seite liefen Jule Quast (links) und Liv Heite im Rennen über 60 Meter Hürden ins Ziel. Nur 7/100 trennten die beiden am Ende im Zieleinlauf. Liv in 11,11 Sekunden und Jule in 11,18 Sekunden eroberten damit die Plätze 1 und 2 der Kreisbestenliste 2017. Wichtiger war jedoch, dass sie mit dieser Leistung fast 1.000 Punkte für ihr Team einfuhren.

Die Tageshöchstleistung, was die Punkteausbeute betrifft, schaffte Lina Reiche mit einem Wurf mit dem 200 Gramm schweren Ball auf eine neue persönliche Bestleistung von 43,00 Metern.

Überragend auch die Leistung von Jule Quast im Hochsprung. Sie überquerte die Latte bei regennassem Anlauf bei 1,42 Metern. Liv Heite siegte im Weitsprung in persönlicher Bestleistung von 4,15 Metern.



Erfolgreich dank Sprungkraft und Technik: Jule Quast



# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Am Ende standen für das U 14 Team 6.116 Punkte zu Buche. Dies bedeutet Rang 8 der Westfälischen Rangliste und damit die Qualifikation für das Westfälische Finale am 23./24. September in Gütersloh.

Die Teamaufstellung: Ronja Wurm, Amelie Gärtner, Sophia Rüting, Lucy Hengstebeck, Liv Heite, Lina Reiche, Liv Heite, Carolin Schneider, Elsje Nies und Lara Küster.

### U 18 Damen sichern sich die Qualifikation für Gütersloh

Nur knapp unterlagen die U 18 Mädchen der StG Olpe/ Fretter dem Team der StG LA-Team A46. Die Gemeinschaft aus den Vereinen Fichte Hagen, TSV Hagen 1860 und TV Deilinghofen errang 7.214 Punkte, die Mädchen aus Olpe und Fretter lagen mit 7.152 Punkten knapp dahinter. Freuen konnten sich beide Teams. Denn in der Rangliste des Westfälischen Landesverbands belegen sie die Plätze 4 und 5 und sind sicher für die Finalkämpfe qualifiziert.



Start über 100 Meter: Cathrin Eiden (links) und Alina Franke (rechts)

Wenn bei den Finalwettkämpfen Fiona Stutte und Greta Wulff wieder dabei sein werden, ist das Erreichen eines Medaillenrangs nicht unrealistisch.

Die Teamaufstellung in Hagen: Alina Franke, Cathrin Eiden, Hanne Gunkel, Jill Weier, Franka Linse, Anna Stricker, Marlitt Spille, Johanna Nies, Laura Maiworm und Evelyn Pfaffenrot.



# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Olper Werferinnen und Werfer erfolgreich bei den Kreismeisterschaften

Bei den Kreismeisterschaften im Rahmen der Attendorner Werfergala am Sonntag räumten die Olper Athletinnen und Athleten kräftig ab. Hier die Ergebnisse:

|                  |         |                 |             |
|------------------|---------|-----------------|-------------|
| Kugelstoßen M 14 | Platz 1 | Leo Wipperfürth | 9,09 Meter  |
| Speerwurf wJ U20 | Platz 1 | Lea Feldmann    | 29,74 Meter |
|                  | Platz 2 | Tessa Ochel     | 24,96 Meter |
| Speerwurf wJ U18 | Platz 1 | Marlitt Spille  | 34,90 Meter |
|                  | Platz 2 | Laura Maiworm   | 30,05 Meter |
|                  | Platz 3 | Johanna Nies    | 27,66 Meter |
| Speerwurf W 15   | Platz 1 | Julia Hippler   | 28,91 Meter |
| Speerwurf W 14   | Platz 1 | Paula Glasow    | 28,68 Meter |

### Die nächsten Wettkämpfe

|               |   |           |
|---------------|---|-----------|
| 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

### 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)