

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kallis Montagspost

Ausgabe 28/ 2016 08. August 2016

Die U 16 – Staffel macht das „Double“ perfekt Deutsche Meisterschaft und Kreisrekord in Bremen

Christin Schneider hatte noch zehn Meter bis zur Ziellinie zu sprinten, als sich bereits ein leichtes Lächeln auf ihrem Gesicht ausbreitete: Siegesgewissheit kam auf bei der Schlussläuferin über die 4 x 100 Meter! Zu groß war der Vorsprung auf die Verfolger, zu hoch die Überlegenheit der Olper Mädchen an diesem Sonntag, 7. August 2016, im neu errichteten Bremer Stadion Obervieland. Hatte die U 20 Staffel am Sonntag zuvor in Mönchengladbach noch einen Rückstand von 1/100 Sekunde aus dem Vorlauf in einen Vorsprung im Finale von 1/100 Sekunde gedreht, demonstrierten Franka Linse, Alina Hoberg, Julia Hippler und Christin Schneider im Vorlauf und im Endlauf pure Überlegenheit.



Freude über Gold: Julia Hippler, Franka Linse, Alina Hoberg und Christin Schneider

Entscheidendes hatte sich bereits in den 6 Vorläufen ereignet, in denen die besten 38 Staffelteams Deutschlands angetreten waren. Die großen Namen der Leichtathletiknation, unter ihnen der TSV Bayer 04 Leverkusen, der ART Düsseldorf, das Team der Deutschen Sporthochschule Köln (LT DSHS), der Sportclub Magdeburg, der TV Wattenscheid, der ASV Köln, die LG Kreis Gütersloh, der LC Paderborn und die LG Olympia Dortmund waren entweder ausgeschieden oder hatten sich lediglich für das B-Finale qualifizieren können.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Entscheidendes hatte auch Trainer Michael Kluge seinem Quartett mit auf den Weg in die Vorläufe gegeben: „Kein Risiko eingehen, die Sicherheit hat bei den Wechseln absolute Priorität, Ihr seid läuferisch stark und das erste Ziel heißt heute Erreichen des Finales“. Danach sehen wir weiter!



Siegerehrung in Bremen

Die Marschroute des Trainers wurde befolgt. Trotzdem ließen es sich Franka, Alina, Julia und Christin nicht nehmen, bereits im Vorlauf die schnellste Zeit aller Teams hinzulegen. Mit 49,38 Sekunden kamen sie damit nah an ihre persönliche Bestzeit heran. Auf den Plätzen zwei und drei folgten die Staffeln des

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

LAV Stadtwerke Tübingen (49,62) und die StG Rhede-Sonsbeck (49,70). Unter der 50-Sekunden-Marke blieb daneben nur noch das Team LAC Berlin mit 49,94 Sekunden. Damit schien der Favoritenkreis abgesteckt. Die Frage war, würde die Wiederholung der Vorlaufleistung genügen, um den Titel zu holen?

15:30 Uhr, Start des A-Finales als allerletzte Disziplin der Meisterschaften. Franka Linse mit ihrem Markenzeichen, den knielangen Strümpfen in leuchtendem Pink, rast los, wie im Vorlauf auf der Bahn 5. Wie bereits in Mönchengladbach, stehen die rund 30 mitgereisten Fans, „wie e i n Mann“ lautstark hinter ihrem Team. Die Abstände zwischen Franka und ihren Gegnerinnen auf den Bahnen 1 - 4 vergrößern sich deutlich, die Sprinterinnen auf den vor ihr liegenden Bahnen 6, 7 und 8 hat sie fast eingeholt, als sie den Stab auf Alina Hoberg übergibt – ein perfekter Wechsel, besser geht's nicht. Alina Hoberg holt auf der Geraden mindestens einen weiteren Meter raus und übergibt ihrerseits perfekt auf Julia Hippler. Ein kraftvoller Sprint durch die Kurve und Julia bringt Olpe schon jetzt deutlich in Führung. Ein dritter perfekter Wechsel und mit schnellem Schritt bringt Christin 4 bis 5 Meter Vorsprung ins Ziel. Die Zeit? – Wahnsinn! **Neuer Kreisrekord in 48,70 Sekunden.** Daran denkt jedoch zunächst einmal niemand. Alle liegen sich in den Armen und feiern Platz 1 und die Deutsche Meisterschaft.



Das komplette Team: Christin Schneider, Carlotta Hof, Julia Hippler, Luisa Schürhoff, Michael Kluge, Jill Weier, Franka Linse und Alina Hoberg

Unter den ersten Gratulanten befanden sich die drei Ersatzsprinterinnen Carlotta Hof, Luisa Schürhoff und Jill Weier, die beim intensiven Vorbereitungstraining in Olpe und bei den Aufwärmheiten in Bremen die immens wichtige Unterstützung leisteten. Sie hatten sich vorab im Zielbereich positioniert und stürmten unmittelbar nach dem Zieleinlauf jubelnd auf die Tartanbahn.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Franka Linse erfolgreich im Hochsprung

Was die Qualifikation für Deutsche Meisterschaften betrifft, „hängen die Trauben sehr hoch“. Die vom DLV vorgegebenen Normen sind schwer zu erreichen. Die Athletinnen und Athleten müssen darüber hinaus noch eine Zusatznorm erfüllen, und zwar aus einem anderen Disziplinblock. Diese Zusatznorm soll gewährleisten, dass die Vereinstrainer die in diesem Alter besonders gebotene Vielseitigkeit im Training beachten.

Als einzige Athletin aus dem Kreis Olpe hatte sich Franka Linse für die Teilnahme an den Meisterschaften in Bremen qualifiziert, und zwar im Hochsprung. Die Zusatznorm erbrachte sie in der Disziplin 100 Meter Sprint.

In Bremen überwand Franka die Latte bei 1,65 Metern und kam damit nah an ihre persönliche Bestleistung heran. Im Endergebnis konnte sie sich von Platz 10 auf Platz 9 vorschieben und eroberte sich damit einen beachtlichen Rang unter Deutschlands Top 10.



Drei Tage in Bremen, da standen nicht nur die Meisterschaften auf dem Programm, sondern, wie üblich, weitere gemeinschaftsfördernde Aktivitäten. Neben den gemeinsamen Abendessen gehörte dazu ein Besuch der Bremer Altstadt mit den Bremer Stadtmusikanten und dem berühmten Schnoorviertel. Am Samstag nach dem Vorlauf ging es zur Besichtigung auf die Deutschland, das letzte deutsche Vollsegelschiff, das im Bremer Hafengebiet Vegesack vor Anker liegt. Wie im Leistungssport kommt es bekanntlich auch in der Schifffahrt entscheidend darauf an, das Ziel festzulegen sowie den richtigen Kurs, um dieses Ziel zu erreichen.



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

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



Termine 2016 Sommerhalbjahr (Stadionveranstaltungen)

Fr., 26.08.	Attendorner Werfergala mit Kreismeisterschaften	Attendorn
Sa. 03.09.	Kinderleichtathletiksportfest mit KIBAZ-Abzeichen	Olpe
Sa. 03.09.	Kreismeisterschaften im Stabhochsprung	Olpe
Sa., 03.09.	Länderkampf gegen die Niederlande	Gladbeck
Sa., 04.09.	Qualifikation Mannschaftswettkämpfe (DJMM)	Menden
Sa. 10.09.	Westfälische Meisterschaften U 16	Hagen
Sa. 17.09.	Kreismehrkampfmeisterschaften	Attendorn
So. 18.09.	Sportfest im Ischelandstadion	Hagen
Sa./ So. 24.09. – 25.09.	FLVW Mannschaftsendkämpfe (DJMM)	Rheine

Termine 2016 Sommerhalbjahr (Laufveranstaltungen)

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

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

Homepage: www.autohaus-becker24.de



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Register: Themen/ Stichworte

Ausgabe (vom)

Alkohol und Sport	28	10.08.2015
Aufwärmen (Trainingslehre)	2	24.02.2014
„Budenzauber“ 4 x 200 Meter Staffel (Beilage)	28	10.11.2014
Core – Säule der Kraft	24	04.07.2016
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
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
Trainings- und Wettkampfplanung, Grundzüge	26	27.10.2014
Windmessung (Leichtathletikregeln)	10	05.05.2014

Alle Ausgaben sind abrufbar unter www.skiclub-olpe.de