

Kallís Montagspost

Ausgabe 30 24. November 2014

Fun in Athletics - Elf Freunde sollt Ihr sein!
LC Attendorn ermöglicht erstmaligen Start der Kinder U 8



Die U 8 Auswahl aus der großen Olper Trainingsgruppe E 3 mit den Betreuerinnen Lea Feldmann, Sarah Langemann und Anja Beckmann

Die stolze Anzahl von 131 Kindern hatten die Kreisvereine LC Attendorn, SG Wenden, FSV Helden, TV Olpe und SC Olpe in der Rundturnhalle von Attendorn aufgeboten. Der SC Fretter hatte sich dieses Mal aus terminlichen Gründen abgemeldet, will aber im kommenden Jahr wieder mit dabei sein. Die Kinder aus Helden und Olpe hatten sich in bewährter Tradition ein weiteres Mal zu gemeinsamen Teams in den Klassen U 14, U 12 und U 10 verbündet.

Während die zahlreichen Zuschauer in der Klasse U 14 bereits Athletinnen und Athleten auf westfälischem Spitzenniveau bewundern konnten, waren die Kleinsten aus Attendorn und Olpe die unumstrittenen Stars der Veranstaltung. Noch nie in der langen Geschichte von Fun in Athletics schien die Anfeuerung von den Rängen und aus dem Innenraum so lautstark wie in den Minuten, als die U8-Kinder aus Attendorn und Olpe beim Grand Prix über die Bahn fegten

Leichtathletik Olpe



und die Hindernisse der großen Hallenrunde bewältigten. Der Sieg in dieser Klasse? - er spielte keine Rolle. Die Olper, deren U 8 Team einen Altersdurchschnitt von 5 Jahren aufwies, schickten bewusst noch eine elfte Läuferin auf die Rundbahn. Alle sollten dabei sein können.

Die kindgerechten spielerischen Disziplinen:

- Umkehrstaffeln mit unterschiedlicher Streckenlänge
- Umkehrstaffeln mit Hürden
- Umkehrstaffeln „drunter und drüber“
- Standweitsprung
- Dreierhop (Dreisprung)
- Speedbounce (15 Sekunden schnelle beidbeinige Sprünge hin und her über einen kleinen Kunststoffbalken)
- Zielwurf mit Moosgummiringen
- Überkopfwurf im Kniestand mit einem leichten Gewichtsbalken
- Schlagwürfe mit einem leichten Speer aus Kunststoff (siehe seitlich links das Foto mit Gabriel Gross in Aktion)

Die Organisation:

Der LC Attendorn hatte alles vortrefflich vorbereitet. Thomas Grewe, der „Macher“ im Wettkampfbüro, hatte viele Stunden zu Hause am PC verbracht, um die neue Klasse U 8 ins selbstgestrickte Auswertungsprogramm einzubinden. Es gelang wie immer zuverlässig, so dass kurz nach dem letzten Wettbewerb mit dem Urkundendruck begonnen werden konnte. Die von den Vereinen aufgebotene Helferschar war so groß, dass sich manche Gruppen einer Dreifachbetreuung erfreuen konnten.

Einen herzlichen Dank an alle

- die mitgemacht haben
- die sich als Gruppenbetreuer zur Verfügung gestellt haben
- die gemessen, Zeiten gestoppt und gezählt haben
- Attendorner Organisatoren, von der Wettkampfleitung bis hin zum Bäcker der köstlichen Waffeln.



Die Startgemeinschaft Helden/ Olpe mit den Betreuerinnen Sophia Bicher und Irini Grigoriadou

Im kommenden Jahr 2015 wird die Kinderolympiade „Fun in Athletics“ in der Kreissporthalle in Olpe stattfinden, voraussichtlich am Samstag, 21. November.

Dann werden die Vereine des Kreises Olpe ein weiteres Mal versuchen, Kinder für den Sport zu begeistern und das Gemeinschaftsgefühl der Athletinnen und Athleten, deren Eltern und auch der Vereine untereinander zu fördern.

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

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

 **BIGGE
ENERGIE**
Natürlich von hier.

Kindern helfen – ein ureigenes Anliegen des Sports



Der Lions Club Olpe am Biggesee hat in diesem Jahr erstmals einen Kinder-Adventskalender herausgebracht, dessen Erlös **einem internationalen Projekt gegen Kindererblindung in Afrika** sowie zwei lokalen Projekten, **der Elterninitiative krebskranker Kinder e.V. sowie der Hakemicke Grundschule**, zu Gute kommt.

Die Kalender können **bis einschließlich 27. November** zu einem Stückpreis von **5,- €** bei Optik Eckert, Parfümerie Aurel, dem Landhotel Sangermann, den Haupt- und Zweigstellen der Sparkasse, Volksbank und Commerzbank sowie weiteren Verkaufsstellen erworben werden. Plakate mit dem untenstehenden Kalender-Motiv weisen auf die Verkaufsstellen hin.



Jeder Kalender ist zugleich ein Los! Jeder Kalender kann nur einmal gewinnen. Über 300 Preise, die auf Kinder im Alter von 2 bis 12 Jahren oder auch älter abgestimmt sind, werden verlost. Die Preise reichen von Event- und anderen Gutscheinen, Knusperhäusern, Sachpreisen, Spielen bis zum Hauptgewinn in Form eines zweitägigen Aufenthalts im Phantasialand Brühl einschließlich Übernachtung für 4 Personen!

Je mehr Kalender verkauft werden, umso größer ist die finanzielle Unterstützung für die oben genannten Projekte. Und die Chance einen attraktiven Preis zu gewinnen gibt's auch noch!

Es wäre schön, wenn möglichst viele von Euch die Arbeit des Lions Clubs Olpe am Biggesee durch den Kauf eines Kalenders unterstützen!

Das Zitat der Woche

Jedem Menschen ist ein Talent gegeben. Dieses sollte er nutzen. Ansonsten wäre es so, als würde man Essen wegwerfen oder etwas Schönes zerstören.

(Christiane Hörbiger)

Bilder vom Oktoberfest in Fahlenscheid

Thorsten Kämpfer sendet uns folgenden Link, über den Ihr eine Sammlung schöner Bilder zum diesjährigen Oktoberfest in Fahlenscheid findet.

<https://plus.google.com/100773253960512126400/posts>

Wettkampftermine 2014/ 2015

Stand 24.11.2014

(eine vorläufige und unvollständige Übersicht)

Die Termine im Kreis Olpe sind rot markiert

2014/ Halle

30.11. Hallensportfest	Frankfurt-Kalbach	12 – 15 Jahre
14.12. Hallensportfest (4 x 200 m)	Dortmund	U 18/ U 20
21.12. Hallensportfest (ART Düsseldorf)	Düsseldorf	ab 10 Jahre mit Stabhochsprung

2015/ Halle

04.01. LGF Hallensportfest	Frankfurt-Kalbach	U 18 und U 20
10.01. Westfälische Hallenmeisterschaften	Paderborn	U 20
17.01. Westfälische Hallenmeisterschaften	Dortmund	U 18, Mä/ Fr
25.01. Hallensportfest des LC Rapid Dortmund	Dortmund	U 12 – U 20
01.02. Westdeutsche Hallenmeisterschaften	Dortmund	U 18
01.02. Hallenkreismeisterschaften Hochsprung und Kugelstoßen	Kirchhudem	
14.2./ 15.02. Deutsche Jugendhallenmeisterschaften	Neubrandenburg	U 20
22.02. Hallensportfest des TV Jahn Siegen	Siegen	U 10 und älter
01.03. Westfälische Hallenmeisterschaften	Paderborn	U 16
08.03. Hallensportfest des Kreises Dortmund	Dortmund	U 12 – U 20

Leichtathletik Olpe

2015 Stadion/ Freiluft

19.04. Werfertag des TV Jahn Siegen	Hofbachstadion Geisweid	ab U 14
25.04. Attendorner Hansemeeting, Sportfest	Attendorn	ab 8 Jahre
02.05. Kreis-Blockwettkämpfe	FLVW Siegen	
03.05. NRW Langstaffelmeisterschaften	Bad Neuenahr	ab U 16
09.05. Citylauf in Attendorn	Attendorn	
9.5./10.5. Kreis-Einzelmeisterschaften	FLVW Siegen	
16.5./17.5. Kreismehrkampfmeisterschaften	FLVW Siegen	
20.05. Kreismittelstreckenmeisterschaften	Wenden	ab U 10
23.05. Borsig Meeting, Sportfest	Gladbeck	ab U 16
24.05. Kreis DJMM U16 in Geisweid	FLVW Siegen	
30./31.05. NRW Blockmeisterschaften/ Mehrkampf	LV Nordrhein	U 16
31.05. Attendorner Werfergala/ Kreismeisterschaften	Attendorn	ab U 14
05.06. BiggeEnergie Abendsportfest mit Kreis-Meisterschaften Sprung und Langstaffel	Olpe	ab U 12
12.06. Olper Teamcup	Olpe	
13.06. Deutsche Meisterschaften U 23	Wetzlar	U 23
19.06. Sportfest Kinderleichtathletik mit Abnahme KIBAZ-Abzeichen	Olpe	ab 3 Jahren
20./21.6. Westfälische Jugendmeisterschaften	??	U 18/ U 20
21.06. Offene NRW Meisterschaften	Bottrop	Mä./Fr.
???? Biggesee-Marathon	Attendorn	
28.06. Westdeutsche Meisterschaften M/W 15	Hamm/ Sieg	Jahrgang 2000
29.06. Ferienbeginn NRW		
12.07. Westdeutsche Meisterschaften	Recklinghausen	Mä./Fr.
31.07-02.08. Deutsche Jugendmeisterschaften	??	U 18, U 20
08./09.08. Deutsche Jugendmeisterschaften U 16	??	U 16
22.08. Kreiseinzelmeisterschaften Ballwurf und Weitsprung Sprint/ Hürde/ Sprintstaffeln	Fretter	bis U 12 für alle
11.08. Ferienende NRW		
05.09. Westfälische Meisterschaften U 16	Hagen	U 16
12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften	Attendorn	ab U 10
26./27.09. Westfälische Mannschaftsendkämpfe DJMM	Kreuztal	U 12 bis U 18
21.11. Kinderolympiade „Fun in Athletics“	Olpe	bis U 14
28.11. Kreismeisterschaften im Crosslauf	Wenden	ab U 10

Wettkämpfe: Vorausschau und Nachrichten

Hallensportfest in Frankfurt-Kalbach am 30.11.2014

Franka Linse	2001	U 14	Jan Siveri	2004	U 12
Johanna Nies	2001	U 14	David Pöggeler	2003	U 12
Anna Stricker	2001	U 14			
Marlitt Spille	2001	U 14			
Laura Maiworm	2001	U 14			
Josi Nebel	2001	U 14			
Charlotte Watermann	2001	U 14			
Alina Hoberg	2002	U 14			
Wiebke Rosemeyer	2002	U 14			
Christin Schneider	2002	U 14			
Julia Hippler	2002	U 14			
Luisa Schürhoff	2002	U 14			

Hallensportfest in Düsseldorf am 14.12.2014

Die Staffelbesetzungen über 4 x 200 Meter:

W U20: Johanna Heuel – Karina Heuel – Julia Springob – Tamara Müller (Ersatz: Irini Grigoriadou)

W U18: Sarah Langemann – Marie Ries – Sophia Werthenbach – Anja Beckmann (Ersatz: Irini)

M U18: Niklas Butzkamm – Paul Breitbarth – Tim Göbel – Emanuel Pululu

Hallensportfest in Düsseldorf am 21.12.2014

Bisherige Anmeldungen:

Laura Maiworm	2001	U 14	Stabhochsprung		
Wiebke Rosemeyer	2002	U 14	Stabhochsprung		
Christin Schneider	2002	U 14	Stabhochsprung		
Tim Göbel	1999			Emanuel Pululu	1999
Niklas Butzkamm	1998			Alina Franke	2000
Hanne Gunkel	2000			Johanna Heuel	1996
Julia Springob	1996			Irini Grigoriadou	1997
Anja Beckmann	1998			Sarah Langemann	1998
Marie Hachenberg	1999			Sophia Werthenbach	1998
Johanna Nies	2001			Charlotte Watermann	2001
				Paul Breitbarth	1997
				Greta Wulff	2000
				Karina Heuel	1996
				Tamara Müller	1997
				Luisa Knebel	1998
				Marie Ries	1998
				Marlitt Spille	2001

Der Basar

Aus unserem Programm der Adidas-Vereinsbekleidung:

1 Damen/ Mädchen Kapuzenpulli, Größe XS	EUR 48,50
1 Damen T-Shirt in Größe M	EUR 29,50
1 Herren/ Jungen T-Shirt in Größe S	EUR 31,00

Register

<u>Themen/ Stichworte</u>	<u>Autor</u>	<u>Ausgabe (vom)</u>	
Aufwärmen (Trainingslehre)	Dieter Rotter	2	24.02.2014
„Budenzauber“ 4 x 200 Meter Staffel (Beilage)	Dieter Rotter	28	10.11.2014
Dehnen (Trainingslehre)	Dieter Rotter	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
Faszien, Erkenntnisse im Beweglichkeitstraining	Dieter Rotter	29	17,11,2914
Fehlstart (Leichtathletikregeln)		5	17.03.2014
Fitnessgeräte auf dem Prüfstand	Dieter Rotter	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
Muskeln – Beinmuskeln	Dieter Rotter	13	26.05.2014
Muskeln – ungeahnte Multitalente	Dieter Rotter	14	02.06.2014
Muskeln – Muskelfasern	Dieter Rotter	9	27.04.2014
Muskeln – Aufbau der Skelettmuskulatur	Dieter Rotter	7	31.03.2014
Muskelkater	Dieter Rotter	25	20.10.2014
Plyometrisches Training	Dieter Rotter	27	03.11.2014
Qualifikationsnormen (Leichtathletikregeln)		3	03.03.2014
Sensomotorik	Dieter Rotter	15	09.06.2014
Staffeldrills (Trainingslehre)		22	15.09.2014
Trainings- und Wettkampfplanung, Grundzüge	Dieter Rotter	26	27.10.2014
Windmessung (Leichtathletikregeln)		10.	05.05.2014