

Leichtathletik Olpe

Kallis Montagspost

Ausgabe 30/ 2015 31. August 2015

Franka Linse siegt im dramatischen Finale Die 14-jährige Hochspringerin holt den Titel nach Olpe



Die Nummer 1 in Westfalen: Franka Linse

Es war denkbar im knapp im altherwürdigen Ischelandstadion in Hagen. Charlotte Haas vom TV Löhne, Janika Peitzmeier von der LG Kreis Gütersloh und Franka Linse vom SC Olpe, alle 3 hatten im Hochsprung die Höhe von 1,60 Meter gemeistert. Nach dem Reglement musste die Anzahl der im Wettbewerb unterlaufenen Fehlversuche entscheiden. Und hier hatte Franka mit **null** Fehlversuchen deutlich die Nase vorn.

Franka Linse hatte an diesem Tag noch mehr zu feiern. Als Startläuferin der 4 x 100 Meter Staffel gewann sie gemeinsam mit Alina Franke, Greta Wulff und Cathrin Eiden die Vizemeisterschaft in der fabelhaften Zeit von 49,74 Sekunden. Das ist die zweitbeste Zeit, die jemals ein Staffelteam aus dem Kreis Olpe erzielt hat. Nur 13/100 Sekunden fehlten am Ende zum Sieg über den hohen Favoriten, den TV Wattenscheid 01.

Von Winfried Vonstein, Leistungssportkoordinator des westfälischen Verbands, erhielt Franka nun die Einladung zur Teilnahme am U 16 Leichtathletikländerkampf gegen Holland am kommenden Wochenende im Olympiastadion von Amsterdam.

Franka und Alina erhalten die Einladung zum Länderkampf

In Amsterdam wird Franka Linse nicht nur im Hochsprung antreten, sondern auch Startläuferin der 4 x 100 Meter Staffel sein. Den Staffelstab wird sie dann an Alina Franke vom SC Fretter übergeben, die ebenfalls eine Einladung nach Amsterdam erhielt. Große Freude herrschte darüber bei den beiden Mädchen, da sie in der laufenden Saison eine feste und eingespielte Größe im Staffelteam der Startgemeinschaft Olpe/Fretter sind.

Leichtathletik Olpe



Zweiter Wechsel bei der 4 x 100 Meter Staffel

Im obigen Bild ist zu erkennen, dass das Team Olpe/Fretter schon nach 200 Metern deutlich führt. Auf der Bahn 4 gibt Greta Wulff bereits „Vollgas“; Alina Franke wird sie gleich erreichen und den Staffelstab übergeben. Nach einem weiteren gelungenen Wechsel baute Schlussläuferin Cathrin Eiden den Vorsprung weiter aus und brachte den Stab sicher ins Ziel.



Auch Hanne Gunkel fährt nach Amsterdam

Sie hatte in Hagen allen Grund zur Freude, Hanne Gunkel vom SC Fretter. Zunächst holte sie sich über die 300 Meter Hürden den Westfälischen Vizetitel und erhielt zur Belohnung die Einladung zur Teilnahme am Länderkampf gegen die Niederlande. Auch über die 800 Meter Mittelstreckendistanz war sie mit einer großen kämpferischen Leistung vorn mit dabei und eroberte Platz 4. Ihre persönliche Bestzeit verbesserte sie um 1 ½ Sekunden (!!) auf 2:26,88 Minuten.

Wohl einmalig in der Geschichte der Leichtathletik im Kreis Olpe ist, dass ein Verein gleich 3 Athleten/ Athletinnen für einen Länderkampf abstellt. Mit Julian Gutstein sendet der erfolgreiche Club aus dem Ostkreis

Leichtathletik Olpe

einen Mittelstreckler nach Amsterdam, der auch dort in der Höhle des Löwen vorn mit dabei sein kann. In Hagen bewies Julian einmal mehr seine Ausdauer und seine Spurtkraft. Auf den letzten 80 Metern überholte der junge Fretteraner die beiden vor ihm laufenden Elias Schreml von der LG Olympia Dortmund und Jari Bender vom LSF Münster und holte sich die Vizemeisterschaft in persönlicher Bestzeit von 2:02,86 Minuten. Sein Vereinskollege Levin Gäher lief ebenfalls persönliche Bestzeit und erreichte in 2:10,31 Minuten mit Rang 9 eine TOP 10 – Platzierung.



Bronze im Kugelstoßen: Marlitt Spille



Klasse im Speerwurf: Dana-Sophie Henke

Bestleistungen auch im Block Wurf/ Stoß

Im Kugelstoßen verbesserte Marlitt Spille den von ihr selbst gehaltenen Kreisrekord auf 10,81 Meter und erkämpfte mit dieser Leistung Podestplatz 3 im Meisterschaftswettbewerb. Im Diskuswurf und im Speerwurf konnte Marlitt ihr Potenzial nicht ganz ausschöpfen. Mit dem Speer erzielte sie Rang 7 mit einer Leistung von 30,42 Metern, im Diskuswurf reichten 21,82 Meter für Platz 5.

Dana-Sophie Henke vom SC Fretter verbesserte im Speerwurf ihre persönliche Bestleistung auf 31,13 Meter und gewann damit einen höchst achtbaren Rang 6. Über Platz 6 konnte sich auch Johanna Nies vom SC Olpe freuen. Sie erzielte im Kugelstoßen eine Weite von 9,44 Metern.

Leichtathletik Olpe



Hochspannung im Finale: Cathrin Eiden (307) und Amy Louise Walters

Zum Hürdensprint zählen neben der notwendigen Schnelligkeit noch weitere Fertigkeiten wie Rhythmusfähigkeit und Technik. Dass sie dies alles beherrscht, bewies einmal mehr Cathrin Eiden. Sowohl im Vorlauf als auch im Finale erzielte Cathrin persönliche Bestleistungen und belohnte sich mit einem achtbaren 4. Rang und einer Zeit von 12,68 Sekunden. Den vierten Rang teilte sie sich mit Amy Louise Walters vom SV 06 Oetinghausen, die mit ihr absolut zeitgleich die Lichtschranke auf der Ziellinie passierte.

Das A-Finale über 100 Meter erreichten Greta Wulff und Alina Franke. Bereits im Vorlauf hatte Alina mit 12,86 Sekunden eine neue persönliche Bestzeit erzielt. Im Finale wurde sie in 12,91 Sekunden Fünfte. Greta Wulff eroberte in persönlicher Jahresbestzeit von 13,07 Sekunden Rang 6.

Weitere Ergebnisse:

Laura Maiworm, Stabhochsprung, 2,10 Meter, Rang 9

Fiona Stutte, 100 Meter, 13,45 Sekunden (persönliche Bestzeit) Rang 19

Charlotte Watermann, 100 Meter, 13,71 Sekunden, Rang 28

Jan Eiden, 800 Meter, 2:21,90 Minuten, Rang 13

Leichtathletik Olpe

74 Podiumsplätze für die Olper Leichtathletik
 SC Fretter organisiert die Kreismeisterschaften hervorragend



„Traumstaffel“ Jahrgang 2004 (U 12) mit Liv Amelie Heite, Jule Quast, Line Reiche und Ronja Wurm

Vielleicht sind diese 4 Mädchen in einigen Jahren bei den Deutschen Meisterschaften vorn mit dabei. Liv, Jule, Lina und Ronja sind richtig schnell und die Wechsel klappten in Fretter ausgezeichnet. Ihr Staffelstab, genannt „Olper Bonus“ brachte den üblichen Vorteil von 2/100 Sekunden gegenüber den herkömmlichen Stäben. Doch darauf war das Quartett nicht angewiesen. Die Siegerzeit betrug 30,53 Sekunden, Kreisjahresbestleistung über die 4 x 50 Meter. Auf Rang 2 folgten die schnellen Mädchen aus Helden, die durchweg dem jüngeren Jahrgang 2005 angehören, mit 34,03 Sekunden. Dritter wurde der SC Fretter mit der Zeit von 36,99 Sekunden.

Leichtathletik Olpe



FSV Helden mit Pauline Bicher, Helena Hofmann, Lia Tkocz und Lätitia Müller

Das Quartett aus Helden wird auch im kommenden Jahr noch in der Klasse U 12 starten können und dann zu den absoluten Top-Teams im Kreis Olpe gehören. Zumal Pauline Bicher und Lia Tkocz ihre Finalläufe über 50 Meter klar gewannen und mit Julia Bergner noch ein weiteres schnelles Mädchen hinzukommt.

ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:

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

**BIGGE
ENERGIE**
Natürlich von hier.

Spannend ging es bei den Staffeln auch in der Klasse U 14 zu. Das in Bestbesetzung angetretene Quartett des SC Olpe mit Annica Deblitz, Emma Rehse, Christin Schneider und Alina Hoberg siegte in 40,28 Sekunden vor der Staffel der LG Südsauerland mit Paula Simon,

Leichtathletik Olpe

Smilla Selbach, Gesa Knoche und Ina Friedrichs, die in persönlicher Jahresbestzeit von 41,47 Sekunden finishten. Es war eines von mehreren spannenden Duellen zwischen der Olper Leichtathletik und der LG Südsauerland an diesem Tag.



Paula Simon und Christin Schneider

Eins dieser stets spannenden Duelle ist seit Jahren der Zweikampf zwischen Christin Schneider (SC Olpe) und Paula Simon von der LG Südsauerland. Der Abstand zwischen den beiden liegt selten höher als 1/100 Sekunden. Meistens liegen sie jedoch gleichauf. So geschehen zuletzt bei der Bahneröffnung in Attendorn und nun auch bei den Kreismeisterschaften in Fretter. Mit ausgezeichneten 10,25 Sekunden, für beide eine persönliche Bestleistung, teilten sie sich wieder einmal Platz 2. Die Siegerin hieß Annica Deblitz, SC Olpe, die mit 10,04 Sekunden ihre persönliche Bestleistung und ihren Kreisrekord einstellte, jedoch den erhofften Sprung unterhalb der 10-Sekunden-Marke ein weiteres Mal knapp verfehlte.

Ein weiterer Höhepunkt der Veranstaltung war das U 18 Finale mit dem Zweikampf der beiden kreisschnellsten Sprinter Niklas Butzkamm (SC Olpe) und Julius Knoche (LG Südsauerland). Wie bereits beim Abendsportfest in Lennestadt hatte Julius Knoche im Ziel die Nase vorn und siegte in persönlicher Bestzeit von 11,28 Sekunden. Niklas kam auf ebenfalls gute 11,39 Sekunden.

Im Wettkampf der beiden Sprintstaffeln kehrten sich die Verhältnisse wieder um. Über die 4 x 100 Meter siegte das Quartett des SC Olpe in der Aufstellung Niklas Butzkamm, Paul Breitbarth, Tim Göbel und Emanuel Pululu in 46,71 Sekunden vor der Staffel der LG Südsauerland, die in 46,99 Sekunden ins Ziel kam.

Christian Kramer, Cheftrainer der LG Südsauerland und Karl-Heinz Besting waren sich in diesem Punkt einig: Die Kreismeisterschaften leben von diesen spannenden Duellen, wenn es um Sieg und Platz geht.

Im Block Wurf haben die Athletinnen und Athleten aus Olpe in den letzten Jahren viel Boden gutgemacht. **Kreismeister im Ballwurf wurden in Fretter:**

David Pöggeler	2003	200 Gramm	39,50 m	Persönliche Bestleistung
Moritz Hücking	2004	80 Gramm	39,50 m	Persönliche Bestleistung
Jonathan Krenz	2005	80 Gramm	31,50 m	Persönliche Bestleistung
Jaron Pöggeler	2007	80 Gramm	26,00 m	Persönliche Bestleistung

Leichtathletik Olpe

Alina Hoberg	2002	200 Gramm	40,50 m
Annica Deblitz	2003	200 Gramm	35,50 m
Lina Reiche	2004	80 Gramm	38,00 m

Persönliche Bestleistung



SCO-Zweikampf auf der Sprintbahn: Vitus Weiß (416) und Jaron Pöggeler (411)

Einen großen Erfolg feierte Jaron Pöggeler (Jahrgang 2007) vom SC Olpe bei seinen ersten Kreismeisterschaften. Über 50 Meter und im Weitsprung errang er jeweils den Bronzerang, ehe er im Ballwurf mit 26,00 Meter vor Ben Tröster (LG Südsauerland) und Vitus Weiß (SC Olpe) überlegen Platz 1 belegte und Kreismeister wurde.

Leichtathletik Olpe

Kreismeister im Sprint wurden:

David Pöggeler	2003	75 Meter	10,41 Sekunden	
Timo Stemmer	2004	50 Meter	8,27 Sekunden	persönliche Bestleistung
Jannik Reiche	2006	50 Meter	10,06 Sekunden	persönliche Bestleistung
Vitus Weiß	2007	50 Meter	8,08 Sekunden	persönliche Bestleistung
Julia Springob	U 20	100 Meter	12,58 Sekunden	
Julia Springob	U 20	200 Meter	26,34 Sekunden	
Sophia Werthenbach	U 18	100 Meter	12,68 Sekunden	
Sarah Langemann	U 18	200 Meter	26,80 Sekunden	
Franka Linse	2001	100 Meter	12,92 Sekunden	
Annica Deblitz	2003 (W13)	75 m	10,04 Sekunden	persönliche Bestleistung
Emma Rehse	2003 (W12)	75 m	10,42 Sekunden	persönliche Bestleistung

Kreismeister im Hürdensprint wurden:

Timo Stemmer	2004	50 Meter	8,27 Sekunden	persönliche Bestleistung
Cathrin Eiden	2000	80 Meter	12,77 Sekunden	persönliche Bestleistung
Johanna Nies	2001	80 Meter	14,68 Sekunden	
Wiebke Rosemeyer	2002	60 Meter	11,29 Sekunden	
Jule Quast	2004	50 Meter	9,06 Sekunden	persönliche Bestleistung



Hürdenfinale M 11: Timo Stemmer und Moritz Hücking (407)

Insgesamt gewann die Olper Leichtathletik mit der Startgemeinschaft Olpe/Fretter (Staffeln) 33 Kreismeisterschaften, 26 Vizemeisterschaften und 15 Mal den Bronzerang. Ein stolzes Ergebnis.

Ein großes Lob muss man dem SC Fretter zollen, der nach vielen Jahren der Abstinenz erstmals wieder eine große Kreismeisterschaft ausrichtete. Die Organisation passte. Und obwohl der Verein mit dem Weitsprung und dem Hochsprung weitere Einlagewettbewerbe im Angebot hatte, wurde der Zeitplan genau eingehalten.

Natürlich spielte auch das sehr gute Wetter eine Rolle, wenn auch der wechselnd starke Ostwind, die Sprintergebnisse unterschiedlich beeinflusste.

Alle Ergebnisse stehen unter:

<http://ladv.de/ergebnisse/24458/Kreiseinzelmeisterschaften-2015-Ergebnisliste-Fretter-%28Finnentrop%29-2015.htm>



Leichtathletik Olpe

Die nächsten Wettkämpfe

Klasse U 8 – Jahrgänge 2008 und 2009 (2010)

18.09. Kinderleichtathletiksportfest Olpe

Klasse U 10 – Jahrgänge 2006 und 2007

18.09. Kinderleichtathletiksportfest Olpe
12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften Attendorn

Klasse U 12 – Jahrgänge 2004 und 2005

05.09. DJMM-Qualifikation Hagen
12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften Attendorn
18.09. Kinderleichtathletiksportfest Olpe
26./27.9. FLVW Endkämpfe DJMM Gütersloh

Klasse U 14 – Jahrgänge 2002 und 2003

05.09. DJMM-Qualifikation Hagen
12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften Attendorn
26./27.9. FLVW Endkämpfe DJMM Gütersloh

Klasse U 16 – Jahrgänge 2000 und 2001

12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften Attendorn
26./27.9. FLVW Endkämpfe DJMM Gütersloh

Klasse U 18/ U 20/ Frauen/ Männer

05.09. DJMM-Qualifikation Hagen
12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften Attendorn
26./27.9. FLVW Endkämpfe DJMM Gütersloh

Nachrichten in Kürze

Die bestellten Schuhbeutel sind eingetroffen. Sie können gegen Barzahlung von EUR 3,50 abgeholt werden.

Das nächste Kinderleichtathletik-Sportfest findet statt im Olper Kreuzbergstadion am Freitag, 18. September 2015. Die Ausschreibung ist als Anlage beigefügt. Gleichzeitig kann in allen Altersklassen die Prüfung für das Sportabzeichen abgelegt werden.

Zitat der Woche

Permanentes Glück ist langweilig. Gerade zum gelungenen Leben gehört, dass nicht immer alles glatt läuft (Wilhelm Schmid)



Leichtathletik Olpe

Der Basar

Zu verkaufen:

weiß-grüne Brooks-Spikes, Gr. 38 (klein ausfallend, daher eher Gr.36/37).

Preisvorstellung: 9,90 €. Anprobieren zu folgenden Trainingszeiten im Stadion möglich:
Dienstag, Mittwoch und Freitag ab ca. 17:30 Uhr. Dieter Rotter.

Verkaufe:

Spikeschuhe Adidas Mittelstrecke gelb mit schwarzen Streifen Gr. 42 bzw. 8,5 40,- €
Ursel Reinartz-Eiden Tel.: 02761 829703 oder 0173 2663998

zu verkaufen:

weiße Spikes mit roten Streifen von Asics. Größe 38. Preis 10 Euro.
Susanne Hücking: Tel.: 02761/64998

Register

<u>Themen/ Stichworte</u>	<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
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
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