

# Leichtathletik Olpe

## Kallis Montagspost

Ausgabe 31/ 2015 7. September 2015

---

### **Verbandsauswahl unterliegt erneut den Niederlanden Aber die Staffel siegt überraschend**

Beim 40. Jubiläumsländerkampf der U 16 zwischen der Nationalmannschaft der Niederlande, der Westfalenauswahl und einer Auswahlmannschaft des gastgebenden AAC Amsterdam hatten sich die Holländer ganz besondere Mühe gegeben. Neben einer Live-Band, die u.a. beide Nationalhymnen gesungen hat, brachte ein munteres Rahmenprogramm die Athleten in Stimmung. Auch das Wetter spielte nach den Wolkenbrüchen am Freitag am Wettkampftag mit. Traditionsgemäß gewannen die Niederlande vor der Westfalenauswahl und dem AAC Amsterdam.

In der mit 39,75 Sekunden (entspricht ungefähr einer 4 x 100 Meter Zeit von 49 Sekunden) siegreichen 4x80m-Staffel waren sowohl Franka Linse als Startläuferin, als auch Alina Franke auf Position 2 ein eingespieltes Team, die mit ihrem klasse Wechsel die Grundlage für den Erfolg legten. Auch die weiteren und ganz kurzfristig geübten Wechsel auf Ayele Gerken und Cindy Schwabauer klappten hervorragend. Die siegreiche Staffel lief in der Besetzung: Franka Linse/ SC Olpe - Alina Franke/ SC Fretter - Ayele Gerken/ LG Lemgo - Cindy Schwabauer/ SV Oetinghausen (siehe Foto).

Alina Franke durfte nach einigen Ausfällen im weiblichen Sprintbereich als 3. Westfälische Starterin die 80m laufen: Ihre Zeit von 10,42s entspricht ungefähr einer guten 12,8 Sekunden über 100 Meter.

Franka Linse hatte beim Hochsprung mit technischen Schwierigkeiten zu kämpfen. Die Westfalenmeisterin kam leider nicht über 1,55 m hinaus.

Dieses Bild zeigt Franka Linse und Alina Franke mit dem Maskottchen der Leichtathletik-Europameisterschaften im kommenden Jahr in Amsterdam.

### **Qualifikation für die Westfälischen Mannschaftsendkämpfe geglückt Vier Teams fahren zum DJMM-Finale nach Gütersloh**

Die Mädchen der U 16 Mannschaft der Startgemeinschaft Olpe/Fretter hatten bereits im Mai alles klar gemacht. Mit deutlichem Vorsprung führt das Team die Tabelle der 8 Qualifikanten seitdem an und geht als Favorit in die Wettbewerbe um die westfälische Krone.

Am vergangenen Samstag versuchten 4 weitere Teams, den Einzug ins Finale zu erreichen. Schauplatz war das Ischelandstadion in Hagen. Der Erfolg der Unternehmung: Überraschend, aber leider nicht vollständig.

v.l. Lina Meier, Liv-Amelie Heite, Elsje Nies, Lina Reiche, Lara Küster, Jule Quast, Carolin Schneider, Sophia Rütting, Emilie Heide und Ronja Wurm

# **Leichtathletik Olpe**

Das U 12 – Team des SC Olpe schaffte am Ende trotz starker Leistung und einer Punkteausbeute von 4.386 nur Platz 14 von 24 Mannschaften, die sich seit Monaten um einen der begehrten Startplätze im Finale bewerben. Nur die ersten 8 fahren zu den Endkämpfen nach Gütersloh.

Anders die gleichalten Jungen. Mit 3.969 Punkten eroberten sie Platz 8, wie im Vorjahr. Die überragenden Ergebnisse lieferten Lorenz Tegethoff mit einer Zeit von 2:56,01 Minuten über die 800 Meter, Jan Siveri mit einem Hochsprungergebnis von 1,30 Metern und Mika Knoll, der den Wurfball auf eine Weite von 45 Metern katapultierte.

Ein spannendes Finish und einen Leckerbissen für die Zuschauer gab es beim Staffellauf über 4 x 50 Meter. Hier starteten die U 12 Jungen und Mädchen gemeinsam. Im Ziel führten die Olper Mädchen und Jungen weit vor der Konkurrenz und kamen schließlich völlig zeitgleich in 31,27 Sekunden ins Ziel. Spannung pur!

**In Gütersloh dabei: Jonathan Krenz, Tim Berge, Timo Stemmer, Lorenz Tegethoff, Benjamin Epe, Moritz Hücking, Mika Knoll, Jan Siveri und Dominik Berg (es fehlt Mattis Mika)**

Für die erfolgsverwöhnten Mädchen der Jahrgänge 2002/ 2003 stellte die Qualifikation keine große Hürde dar. Mit 6.674 Punkten schob sich das U 14 Team auf Rang 2 der Tabelle, knappe 71 Punkte vor der starken Mannschaft des LC Paderborn

**60 m Hürden: links Alina Hoberg, rechts Wiebke Rosemeyer**

Es fällt schwer, aus dieser großartigen Mannschaft einzelne Leistungsträgerinnen und deren Ergebnisse besonders hervorzuheben. Allerdings gelang einigen Athletinnen das Kunststück, die 500 Punkte Marke zu übertreffen. Christin Schneider schaffte dies gleich zwei Mal, zum einen im Hochsprung mit einer Leistung von 1,54 Metern (529 Punkte), zum anderen im Weitsprung mit 4,88 Metern (536 Punkte), beides persönliche Bestleistungen. Alina Hoberg schraubte ihre persönliche Bestleistung über die 60 Meter Hürden auf 10,79 Sekunden und wurde dafür mit 505 Punkten belohnt. Annica Deblitz siegte schließlich über die Sprintdistanz von 75 Metern in sehr guten 10,09 Sekunden und füllte das Teamkonto mit weiteren 520 Punkten auf.

Emma Rehse steuerte aus ihren beiden persönlichen Bestleistungen mit 10,39 Sekunden im 75 Meter Sprint und 4,37 Metern im Weitsprung stolze 487 und 479 Punkte zum Gesamtergebnis bei. Wiebke Rosemeyer bestätigte ihre gute Form mit einer Hürdenzeit von 10,90 Sekunden und kratzte mit 497 Zählern deutlich an der 500-Punkte-Marke.

Zu berücksichtigen ist, dass all diese guten Leistungen bei Kälte und Regenwetter erarbeitet wurden, der besonders den 800 Meter Läuferinnen zu schaffen machte. Auf der mit Pfützen übersäten Innenbahn verloren Frieda Schulte als spätere Siegerin und Alina Hoberg (596) einige Sekunden gegenüber ihren Bestzeiten. Dies wirkte sich jedoch nicht entscheidend auf das gute Schlussergebnis aus.

Die Qualifikation für die Endkämpfe schaffte schließlich auch das weibliche U 18 Team. Als letztjährige Titelträger startet die Mannschaft beim Finale in der Wettkampf-gruppe 3 mit den Disziplinen 100 Meter, Weitsprung, Kugelstoßen, 800 Meter und der 4x100 m Staffel – mit guten Aussichten.

**800 m im Regen mit Frieda Schulte und Alina Hoberg**

# Leichtathletik Olpe

## Die Abschlusstabellen:

### WJU16

Gruppe 2

1	<b>StG Olpe-Fretter</b>	<b>8131 Punkte</b>	07.06.2015, Siegen-Geisweid
2	<b>LG Kindelsberg Kreuztal</b>	<b>7933 Punkte</b>	07.06.2015, Siegen-Geisweid
3	<b>LG Kreis Gütersloh 09</b>	<b>7933 Punkte</b>	12.06.2015, Gütersloh
4	<b>TSV Hagen 1860</b>	<b>7888 Punkte</b>	07.06.2015, Siegen-Geisweid
5	<b>TuS Eintracht Minden</b>	<b>7625 Punkte</b>	02.09.2015, Paderborn
6	<b>LG Coesfeld</b>	<b>7614 Punkte</b>	20.06.2015, Coesfeld
7	<b>LG Brillux Münster</b>	<b>7541 Punkte</b>	21.05.2015, Münster
8	<b>StG Olfen/Lüdinghausen</b>	<b>7540 Punkte</b>	20.06.2015, Coesfeld
9	StG Horstmar/Burgsteinfurt	7441 Punkte	21.05.2015, Münster
10	CLV Siegerland	7410 Punkte	23.08.2015, Siegen-Geisweid
11	LG Rosendahl	7343 Punkte	20.06.2015, Coesfeld
12	LAC Veltins Hochsauerland	7229 Punkte	20.06.2015, Coesfeld

# Leichtathletik Olpe

13 LC Paderborn

6942 Punkte 02.09.2015, Paderborn

## WJU14

Gruppe 2

<b>1</b>	<b>TV Wattenscheid 01</b>	<b>7063 Punkte</b>	23.06.2015, Dortmund
<b>2</b>	<b>StG Olpe/Fretter</b>	<b>6674 Punkte</b>	05.09.2015, Hagen
<b>3</b>	<b>LC Paderborn</b>	<b>6603 Punkte</b>	02.09.2015, Paderborn
<b>4</b>	<b>LG Kreis Gütersloh 09</b>	<b>6447 Punkte</b>	28.08.2015, Gütersloh
<b>5</b>	<b>LG Olympia Dortmund</b>	<b>6409 Punkte</b>	23.06.2015, Dortmund
<b>6</b>	<b>StG Horstmar/Bur gsteinfurt</b>	<b>6384 Punkte</b>	21.05.2015, Münster
<b>7</b>	<b>StG Olfen/Lüdingh ausen</b>	<b>6325 Punkte</b>	20.06.2015, Coesfeld
<b>8</b>	<b>LG Lippe-Süd</b>	<b>6254 Punkte</b>	02.09.2015, Paderborn
<b>9</b>	LG Wittgenstein	6180 Punkte	05.09.2015, Hagen
<b>10</b>	TuS Eintracht Minden	6077 Punkte	02.09.2015, Paderborn
<b>11</b>	TSG Dülmen	6071 Punkte	20.06.2015, Coesfeld
<b>12</b>	LG Brillux Münster	6058 Punkte	21.05.2015, Münster
<b>13</b>	CLV Siegerland	6058 Punkte	23.08.2015, Siegen-Geisweid

# Leichtathletik Olpe

14	LG Kindelsberg Kreuztal	5710 Punkte	23.08.2015, Siegen-Geisweid
15	LG Menden	5682 Punkte	06.09.2015, Menden
16	LG Ahlen	5548 Punkte	14.06.2015, Oelde
17	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	5456 Punkte	24.06.2015, Bad Salzuflen
18	StG TB Rauxel/TuS Ickern	5242 Punkte	06.09.2015, Menden
19	SC Porta Westfalica Nammen	5144 Punkte	23.05.2015, Minden
20	DJK GW Ennepetal	5107 Punkte	06.09.2015, Menden

## MKU12

Förderwettkampf

1	LG Coesfeld	4439 Punkte	20.06.2015, Coesfeld
2	TV Wattenscheid 01	4436 Punkte	14.06.2015, Oelde
3	LG Olympia Dortmund	4376 Punkte	03.09.2015, Dortmund
4	LG Kreis Gütersloh 09	4124 Punkte	28.08.2015, Gütersloh
5	LG Brillux Münster	4045 Punkte	21.05.2015, Münster
6	LG Ems Warendorf	4033 Punkte	14.06.2015, Oelde
7	LAC Veltins Hochsauerlan d	3984 Punkte	06.09.2015, Menden
8	SC Olpe	3969 Punkte	05.09.2015, Hagen

# Leichtathletik Olpe

9	LV Oelde	3906 Punkte	14.06.2015, Oelde
10	SuS Olfen	3854 Punkte	15.06.2015, Olfen
11	LC Paderborn	3481 Punkte	02.09.2015, Paderborn
12	SG Eintracht Ergste	3413 Punkte	06.09.2015, Menden
13	LC Attendorn	3207 Punkte	06.09.2015, Menden
14	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	2231 Punkte	24.06.2015, Bad Salzuflen
15	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen II	1614 Punkte	24.06.2015, Bad Salzuflen

## Die nächsten Wettkämpfe

### **Klasse U 8 – Jahrgänge 2008 und 2009 (2010)**

18.09. Kinderleichtathletiksportfest **Olpe**

### **Klasse U 10 – Jahrgänge 2006 und 2007**

12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften **Attendorn**  
18.09. Kinderleichtathletiksportfest **Olpe**

### **Klasse U 12 – Jahrgänge 2004 und 2005**

12.09. Kreismehrkampfmeisterschaften **Attendorn**  
18.09. Kinderleichtathletiksportfest **Olpe**  
26./27.9. FLVW Endkämpfe DJMM **Gütersloh**

### **Klasse U 14 – Jahrgänge 2002 und 2003**

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**

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

# Leichtathletik Olpe

## Nachrichten in Kürze

Die bestellten Schuhbeutel sind eingetroffen. Sie können gegen Barzahlung von EUR 3,50 abgeholt werden. Wir haben einige zusätzliche Exemplare bestellt, zu erwerben, solange der Vorrat reicht.

Das nächste Kinderleichtathletik-Sportfest findet statt im Olper Kreuzbergstadion am Freitag, 18. September 2015. Gleichzeitig kann in allen Altersklassen die Prüfung für das Sportabzeichen abgelegt werden. Erstmals gehört auch das KIBAZ-Abzeichen dazu für Kinder im Alter von 3 -5 Jahren, organisiert unter dem Programm „NRW bewegt seine Kinder“.

## 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](http://www.skiclub-olpe.de)