

## Leichtathletik Olpe

# Kallis Montagspost

Ausgabe 41/ 2015 14. Dezember 2015

### Olper Leichtathletik erobert 20 Podestplätze in Leverkusen Kreisrekorde durch Annica Deblitz, Jan Siveri und die U16-Staffel



Auf dem Siegerpodest: Jan Siveri, mit Ulrike Nasse-Meyfarth

Zu den positiven Begleiterscheinungen des jährlichen Hallensportfestes in Leverkusen gehört, dass im Laufe der Veranstaltung immer mal wieder Olympiasieger – Leverkusen hat ja reichlich davon - auftauchen, die Siegerehrungen vornehmen und Autogramme geben.

In diesem Jahr leitete Ulrike Nasse-Meyfarth die Siegerehrungen. Als zweifache Olympiasiegerin im Hochsprung (1972 in München und 1984 in Los Angeles) und ehemalige Weltrekordhalterin (2,03 Meter) ist sie nach wie vor eine der bekanntesten und beliebtesten Sportlerinnen.

Mit dem Stab springt man höher als eine Olympiasiegerin, vorausgesetzt, man beherrscht die Technik. Jan Siveri ist einer, der es kann. Das bewies er in der Leichtathletikhalle der Fritz-Jacobi-Anlage mit übersprungenen 2,40 Metern, Platz 1 und Kreisrekord.

Insgesamt heimsten die Olper Athletinnen und Athleten – in den Staffeln unter dem Namen der Startgemeinschaft Olpe/ Fretter - am Nikolaustag 20 Podestplätze ein, darunter **10-mal Platz 1**. Sie stellten damit das überragende Team knapp hinter dem Gastgeber Bayer 04 Leverkusen. Entscheidenden Anteil daran hatten die Mädchen und Jungen des starken Jahrgangs 2003. So gewann David Pöggeler überlegen den 60 Meter Sprintwettbewerb in der

**ECHTE BIGGEWINNERTYPEN:**

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

**BIGGE  
ENERGIE**  
Natürlich von hier.

## Leichtathletik Olpe

guten Zeit von 8,45 Sekunden. Emma Rehse gewann ebenso überlegen ihr Rennen in 8,48 Sekunden während ihre Jahrgangskollegin Annica Deblitz hochgemeldet den Sprint im Jahrgang 2002 gewann. „Wetten, dass Annica eine Zeit von 8,15 Sekunden läuft“, hatte sich Trainer Dieter Rotter Tage zuvor mutig aus dem Fenster gelehnt. Annicas Zeit im Ziel: exakt 8,15 Sekunden, eine Punktlandung Ein guter Trainer kennt eben seine Athletinnen und Athleten.

### Ein Lauf – drei Kreisrekorde

8,15 Sekunden über die Hallendistanz von 60 Metern, damit setzt Annica Deblitz ein weiteres starkes Ausrufezeichen für die Leichtathletik im Kreis Olpe. Sie holte sich mit ihrer Leistung den Kreisrekord im eigenen Jahrgang 2003. Im nächsthöheren Jahrgang 2002 löst sie Carlotta Selbach von der LG Südsauerland als Kreisbeste ab und im Jahrgang 2001 Alina Franke vom SC Fretter.

Ungläubiges Staunen (ein deutliches Fragezeichen war auf ihrer Stirn zu sehen) herrschte bei Annica Deblitz bei ihrem diesjährigen Weitsprungdebut in der Halle. Ihre bisherige Freiluftbestleistung lag bei 4,09 Metern. Ihr Ergebnis in Leverkusen: 4,65 Meter – eine Leistungsexplosion und wohl ein Ergebnis des Athletiktrainings in den bisherigen Monaten der Hallensaison. Auch Kollegin Emma Rehse war mit ihrer persönlichen Bestleistung von 4,51 Metern mehr als zufrieden. Platz 1 für Annica und Platz 3 für Emma waren der Lohn.



Zielannahme bei Alina Hoberg (366)

**Sehr stark: Alina Hoberg** Einen bärenstarken Eindruck hinterließ in Leverkusen auch Alina Hoberg. Im 60 Meter Sprint verbesserte sie ihre persönliche Bestzeit von 8,87 auf 8,49 Sekunden und im Weitsprung von 4,54 Meter auf nunmehr 4,81 Meter. Mit Eleganz und Dynamik meisterte sie den 60 Meter langen Hürdenparcours in der Zeit von 9,89 Sekunden, mit der sie sich in der Spitze der westfälischen Bestenliste etabliert. In Leverkusen war sie die Schnellste im Jahrgang 2002.

Ganz auf Sieg eingestellt war, wie immer, Franka Linse. Über die 60 Meter Sprintdistanz siegte sie in 8,20 Sekunden mit 3/100 Sekunden Vorsprung vor Hanna Lüger vom LC Adler Bottrop. Den Weitsprung gewann sie dank einer Leistungssteigerung im Endkampf mit 5,01 Metern. Im Hochsprung wurde sie mit 1,60 Metern Zweite.

Einen sehr guten Einstand in die Hallensaison feierte auch Fiona Stutte im Jahrgang 2000 (Klasse W 15). In der Zeit von 8,34 Sekunden über die 60 Meter musste sie sich mit dem Rückstand von 2/100 Sekunden nur Charlotte Baden vom Haaner TV geschlagen geben.

## Leichtathletik Olpe



Platz 2 für Fiona Stutte (links 379)

**Cathrin Eiden qualifiziert sich.** Mit der guten Zeit von 9,74 Sekunden und Platz 1 qualifizierte sich Cathrin Eiden für die Westfälischen U18 Meisterschaften, die am 16. Januar in Dortmund ausgetragen werden. „Sie kann sich noch steigern“, ist sich Trainer Dieter Rotter sicher.

**Prima Einstand für Ronja Wurm.** Eine für ihr Alter tolle Zeit lief Ronja Wurm über die 60 Meter. Die 11-Jährige aus dem Jahrgang 2004 startete hochgemeldet im Jahrgang 2003 in der Klasse W 12. In 9,02 Sekunden schob sie sich mit dieser Leistung auf Rang 7 unter 31 Teilnehmerinnen. Sie ist ein weiteres großes Talent aus der Olper Sprint-Schmiede.

**Kreisrekord für die U 16 Staffel.** Die Dramatik spielte sich leider nicht auf der Bahn ab, man konnte sie lediglich beim Betrachten der Ergebnislisten spüren. Bayer Leverkusen 1 gegen Olpe 1 über 4 x 200 Meter. Leider starteten die Teams in verschiedenen Rennen. Die Zeit für Leverkusen: 1:49,28 Minuten – die Zeit für Olpe: 1:49,29 Sekunden. Da wurde den Zuschauern ein absoluter Leckerbissen vorenthalten. Spannung pur bis zur Ziellinie hätte geherrscht, wären die beiden schnellsten Staffelteams direkt aufeinander getroffen. Schade! In der Aufstellung Franka Linse, Alina Franke, Greta Wulff und Cathrin Eiden gelang jedoch ein fabelhafter neuer Kreisrekord mit einer Verbesserung von rund 3 ½ Sekunden. Die alte Bestleistung lag bei 1:52,73 Sekunden.

**Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften.** Bereits im ersten Anlauf schaffte die U 20 Staffel II der Startgemeinschaft Olpe/Fretter die Qualifikation für die Deutschen Jugend-

## Leichtathletik Olpe

hallenmeisterschaften U 20 in Dortmund am 20./21. Februar 2016. Die Norm von 1:48,00 Minuten unterboten Sarah Langemann, Marie Ries, Sophia Werthenbach und Tamara Müller mit einem Ergebnis von 1:45,18 Minuten deutlich. Sie eroberten damit Platz 1 vor dem Team Olpe I, das in der Aufstellung Johanna Heuel, Julia Springob, Anja Beckmann und Irini Grigoriadou mit 1:47,08 Minuten ebenfalls unter der Norm blieb.

Trainer Dieter Rotter war mit dem Gesamtergebnis und den analysierten Einzelzeiten der Staffelteilnehmerinnen sehr zufrieden.



schnell: Ronja Wurm



Qualifiziert: Cathrin Eiden

### Die übrigen Ergebnisse:

#### 60 Meter

Jan Siveri	2004	9,22 Sek.	Platz 7	hochgem. in die Klasse M 12
Timo Stemmer	2004	9,68 Sek.	Platz 12	hochgem. In die Klasse M 12
Aleyna Kildize	2003	9,77 Sek.	Platz 25	Klasse W 12
Necmiye Deli	2003	10,25 Sek.	Platz 28	Klasse W 12
Luisa Schürhoff	2002	8,87 Sek.	Platz 9	Klasse W 13
Frieda Schulte	2002	9,26 Sek.	Platz 15	Klasse W 13
Esther Schnüttgen	2002	9,36 Sek.	Platz 18	Klasse W 13
Anna Heine	2001	8,72 Sek.	Platz 10	Klasse W 14
Johanna Nies	2001	8,92 Sek.	Platz 17	Klasse W 14
Josi Nebel	2001	9,08 Sek.	Platz 21	Klasse W 14



## Leichtathletik Olpe

### 60 m Hürden

Johanna Nies	2001	11,52 Sek.	Platz 11	Klasse W 14
--------------	------	------------	----------	-------------

### 800 m

Aleyna Kildize	2003	3:10,30 Min.	Platz 6	Klasse W 12
----------------	------	--------------	---------	-------------

Frieda Schulte	2002	2:57,07 Min.	Platz 3	Klasse W 13
----------------	------	--------------	---------	-------------

### Weitsprung

David Pöggeler	2003	4,64 m	Platz 2	Klasse M 12
----------------	------	--------	---------	-------------

Timo Stemmer	2004	3,61 m	Platz 9	hochgem. in die Klasse M 12
--------------	------	--------	---------	-----------------------------

Ronja Wurm	2004	3,68 m	Platz 24	hochgem. in die Klasse W 12
------------	------	--------	----------	-----------------------------

Necmiye Deli	2003	3,25 m	Platz 26	Klasse W 12
--------------	------	--------	----------	-------------

Luisa Schürhoff	2002	4,18 m	Platz 11	Klasse W 13
-----------------	------	--------	----------	-------------

Esther Schnüttgen	2002	3,76 m	Platz 14	Klasse W 13
-------------------	------	--------	----------	-------------

Frieda Schulte	2002	3,56 m	Platz 16	Klasse W 13
----------------	------	--------	----------	-------------

Johanna Nies	2001	4,46 m	Platz 7	Klasse W 14
--------------	------	--------	---------	-------------

Marlitt Spille	2001	4,46 m	Platz 8	Klasse W 14
----------------	------	--------	---------	-------------

Anna Heine	2001	4,13 m	Platz 13	Klasse W 14
------------	------	--------	----------	-------------

Josi Nebel	2001	3,69 m	Platz 17	Klasse W 14
------------	------	--------	----------	-------------

### Hochsprung

Anna Heine	2001	1,30 m	Platz 7	Klasse W 14
------------	------	--------	---------	-------------

### Stabhochsprung

Alica Schmitt	2003	2,30 m	Platz 1	Klasse W 12
---------------	------	--------	---------	-------------

Laura Maiworm	2001	2,30 m	Platz 1	Klasse W 14
---------------	------	--------	---------	-------------

Milena Gerner	2000	1,80 m	Platz 1	Klasse W 15
---------------	------	--------	---------	-------------

### Kugelstoßen

Marlitt Spille	2001	10,91 m	Platz 2	Klasse W 14
----------------	------	---------	---------	-------------

Johanna Nies	2001	9,81 m	Platz 3	Klasse W 14
--------------	------	--------	---------	-------------

### 4 x 200 m

Luisa Knebel, Hanne Gunkel		1:58,29	Platz 1	Klasse U 18
----------------------------	--	---------	---------	-------------

Johanna Nies, Anna Heine				
--------------------------	--	--	--	--

## Die Kampfrichter-Ecke

### Regeländerung:

Nimmt ein Athlet/ eine Athletin während einer technischen Disziplin an einer weiteren Disziplin teil, dann darf die Reihenfolge der Versuche nicht mehr geändert werden. Der Athlet/ die Athletin muss sich künftig in diesem Zusammenhang „selbst organisieren“.



## Leichtathletik Olpe

### Kreisleichtathletiktag wählte einen neuen Kreisleichtathletikausschuss

In der Jahresversammlung der Leichtathletikvereine des Leichtathletikkreises 25 Olpe wurde am Freitag, 4. Dezember 2015, in Lennestadt-Bonzel die Wahl des Kreisleichtathletikausschusses (KLA) für die nächste Amtsperiode von 3 Jahren durchgeführt. Die Wahl erfolgte jeweils einstimmig für folgende Personen:

<u>Amt</u>	<u>Name</u>	<u>vertreter Verein</u>	<u>Bemerkungen</u>
Vorsitzender (VKLA)	Karl-Heinz Besting	TV Olpe	Wiederwahl
Wettkampfsportwart	Christian Kramer	LG Südsauerland	Wiederwahl
Jugendwartin	Ulrike Giese	SC Olpe	Wiederwahl
Kampfrichterwart	Bernd Schroeter	LG Südsauerland	Wiederwahl
Breitensportwart	Daniel Jakob	SG Wenden	Wiederwahl
Statistikerin	Helga Quinke	LC Attendorn	Wiederwahl
Beisitzer (mit Stimmrecht)	Joachim Sasse	SC Fretter	Neuwahl

### Folgende Wettkampftermine auf **Kreisebene** wurden für 2016 festgelegt:

So. 14.02.	Kreishallenmeisterschaften Hochsprung und Kugelstoßen	Kirchhundem
Sa. 30.04.	Hansemeeeting, Leichtathletiksportfest/ Bahneröffnung	Attendorn
Sa. 30.04.	Kreislängstaffelmeisterschaften - Siegen und Olpe	Geisweid
Mi. 11.05.	Kreismittelstreckenmeisterschaften u. Langstreckenmeisterschaften	Wenden-Gerlingen
Sa. 21.05.	Attendorner Citylauf	Attendorn
So. 22.05.	Werfergala mit Kreismeisterschaften Wurf/ Stoß	Attendorn
Fr. 03.06.	BiggeEnergie-Abendsportfest im Kreuzbergstadion	Olpe
Sa. 18.06.	Biggensee-Marathon	Attendorn
Fr. 24.06.	Olper Team-Cup, Citylauf	Olpe
Sa. 02.07.	Kreiseinzelmeisterschaften	Fretter
Sa. 27.08.	Hohe-Bracht-Berglauf	Bilstein
Sa. 03.09.	Kinderleichtathletiksportfest mit KIBAZ-Abzeichen	Olpe
Sa. 17.09.	Kreismehrkampfmeisterschaften	Attendorn
Sa. 24.09.	Herbstwaldlauf in Fretter	Fretter
Sa. 05.11.	Südsauerlandlauf	Wenden
Sa. 12.11.	Kreis-Crossmeisterschaften – Siegen und Olpe	Wilnsdorf
Sa. 19.11.	Fun in Athletics/ Kinderleichtathletik Halle	Olpe

### Termine 2015/2016 Winterhalbjahr

So. 20.12.	ART-Hallensportfest Advent-Indoor-Meeting	Düsseldorf
So. 10.01.	Hallensportfest der LG Eintracht Frankfurt U 18 und älter	Frankfurt-Kalbach
Sa. 16.01.	Westfälische Hallenmeisterschaften U18, U 20 Männer/ Frauen	Dortmund
So. 31.01.	Westdeutsche Hallenmeisterschaften U 18, Männer/ Frauen	Leverkusen
Sa./So. 20.02. - 21.02.	Deutsche Hallenmeisterschaften U20	Dortmund
Sa./So. 27.02. - 28.02.	Deutsche Hallenmeisterschaften, Männer und Frauen	Leipzig
So. 06.03.	Westfälische Hallenmeisterschaften U 16	Paderborn



## Leichtathletik Olpe

### Termine 2016 Sommerhalbjahr (Stadionveranstaltungen)

Sa. 30.04.	Hansemeeting, Leichtathletiksportfest/ Bahneröffnung	<b>Attendorf</b>
Mi. 11.05.	Kreismittelstreckenmeisterschaften u. Langstreckenmeisterschaften	<b>Wenden-Gerlingen</b>
Sa., 14.05.	Borsig Meeting	Gladbeck
So. 22.05.	Werfergala mit Kreismeisterschaften Wurf/ Stoß	<b>Attendorf</b>
Sa./So. 28.05. – 29.05.	NRW-Meisterschaften Mehrkampf U 16 und Block	??
So. 29.05.2016	NRW-Bottrop-Gala, Offene NRW Meisterschaften Männer /Frauen Bottrop	
Fr. 03.06.	BiggeEnergie-Abendsportfest im Kreuzbergstadion	<b>Olpe</b>
Sa./So. 18.06. – 19.06.	Deutsche Meisterschaften, Männer und Frauen	Kassel
Sa., 25.06.	Westdeutsche Meisterschaften M/W 15	Arnsberg
Sa. 02.07.	Kreiseinzelmeisterschaften	<b>Fretter</b>
Sa./So. 02.07 – 03.07.	Deutsche Jugendmeisterschaften – Blockwettkämpfe	??
Sa./So. 09.07 – 10.07.	Westfälische Jugendmeisterschaften U 18/ U 20	Lage (Lippe)
Sa./So. 23.07. – 24.07.	Deutsche Meisterschaften U 23	Wattenscheid
Fr./Sa./So. 29.07 – 31.07.	Deutsche Jugendmeisterschaften U 18 und U 20	Mönchengladbach
Sa./So. 06.08. – 07.08.	Deutsche Jugendmeisterschaften U 16	Bremen
Sa./So. 20.08. – 21.08.	Deutsche Mehrkampfmeisterschaften U 16, U 18	Heidenheim
Sa. 03.09.	Kinderleichtathletiksportfest mit KIBAZ-Abzeichen	<b>Olpe</b>
So., 03.09.	Länderkampf gegen die Niederlande	Gladbeck ?
Sa. 10.09.	Westfälische Meisterschaften U 16	Hagen
Sa. 17.09.	Kreismehrkampfmeisterschaften	<b>Attendorf</b>
Sa./ So. 24.09. – 25.09.	FLVW Mannschaftsendkämpfe (DJMM)	Rheine

### Termine 2016 Sommerhalbjahr (Laufveranstaltungen)

Sa. 21.05.	Attendorner Citylauf	Attendorf
Sa. 18.06.	Biggensee-Marathon	Attendorf
Fr. 24.06.	Olper Team-Cup, Citylauf	Olpe
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

### Der Basar

Verkaufe eine blaue Softshell Jacke von erima mit dem Aufdruck „Leichtathletik Olpe“ in Gr. 152, ca. 15 Euro.

Susanne Hücking, Telefon: 02761 64998, E-Mail: [shuecking@t-online.de](mailto:shuecking@t-online.de)



# Leichtathletik Olpe

## Gesucht/ Gefunden

Mir fehlt immer noch der dunkelblaue Deckel von unserer Tuppereschüssel. Dieser war bei der Jahresabschlussfeier an der SKI-Hütte in Fahlenscheid „abhanden“ gekommen.

Ralf Glasow, Telefon 02761 837488

1 Trainingsjacke ERIMA blau mit den Rückenaufschrift „Leichtathletik Olpe“ in der Größe 36/38 (Fundort Stadion)

(Weitere Fundsachen im Materialraum im Kreuzbergstadion Olpe)

## 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)