



**Die Leichtathletik
in Olpe**

Montagspost

Ausgabe 1 - 17. Januar 2014

Super-Ergebnisse in Sindelfingen

Nach dem Zwischenlauf über 60 Meter Sprint der U 20 Mädchen zeigte sich Zufriedenheit in der Miene von Trainer Dieter Rotter. Marie Ries hatte mit 7,83 Sekunden persönliche Bestzeit gelaufen und – natürlich – ihren eigenen Kreisrekord ein weiteres Mal verbessert. Seine Schützlinge zum Saisonhöhepunkt, in diesem Falle die Deutschen Jugendhallenmeisterschaften in Sindelfingen, optimal vorzubereiten, war dem Olper Trainer wieder einmal eindrucksvoll gelungen. Den Vorlauf musste Marie direkt an der Seite der großen Favoritin Jessi Manduka aus Düsseldorf bestreiten. Vielleicht lag es ein wenig an der Nervosität, dass sie mit 7,93 Sekunden 8/100 Sekunden über ihrer persönlichen Bestzeit blieb. Damit war sie nicht zufrieden. Im Zwischenlauf trommelte die Schönauerin jedoch mit gutem Start wie befreit über die schnelle Kunststoffbahn im Sindelfinger Glaspalast und sprintete auf Rang 12 der Deutschen Rangliste. "Diese Leistung ist allein schon deshalb herausragend, weil Marie im jüngeren Jahrgang der Klasse U 18 in der Klasse U 20 antrat" urteilte Dieter Rotter, und sieht deshalb für die kommenden Jahre noch viel Potenzial. Das gleiche gilt für die junge 4 x 200 Meter Staffel des SC Olpe, die bereits am Samstag, dem ersten Wettkampftag, gegen 42 weitere nationale Teams antrat. Das Los wollte es, dass das Olper Quartett in den letzten von 12 Läufen eingeteilt wurde. Dies bedeutete eine Stunde Wartezeit bis zum Auftritt, körperlich und mental fit halten, hieß die Devise. Von den beiden Gegnern Hamburg und Bremen erwiesen sich vor allem die Bremer als völlig gleichwertig. Nachdem das Bremer Team nach den ersten drei Runden gegen die Olper Mädchen Johanna Heuel, Marie Ries und Karina Heuel knapp geführt hatte, schob sich Schlussläuferin Sophia Werthenbach unter dem Jubel der Olper Fans energisch an die Konkurrentin heran, so dass die beiden zeitgleich die Ziellinie überquerten. Dann verging eine bange Viertelstunde, denn die Kampfrichter hatten bei den Startläuferinnen in der zweiten Kurve einen Regelverstoß angezeigt. Unklar war, für welches Team. Dann kam die Nachricht, das Bremer Team wurde disqualifiziert wegen Berührung der linken Bahnmarkierung. Das Ergebnis für die Olper Staffel: Rang 11 im deutschen Vergleich mit Verbesserung des Kreisrekordes um 1 ganze Sekunde auf 1:43,11 Minuten, drittbestes Team in Westfalen.

In einem ruppigen Vorlauf über 1.500 Meter mit vielen Rempereien konnte der Fretteraner Vorzeigethlet Leif Gunkel froh sein, unbeschadet das Ziel zu erreichen. In guten 4:01,39 Minuten hatte er sich als Drittschnellster für den Endlauf am Sonntag qualifiziert. Tim Christopher Thiesbrummel von der SG Wenden konnte dagegen nicht ganz an seine zuletzt gezeigten Leistungen anknüpfen und musste im gleichen Lauf in 4:13,16 Minuten die Hoffnungen auf die nächste Runde begraben. Im Endlauf lag Leif Gunkel nach dem Start im letzten Drittel des Feldes und schob sich taktisch klug Position um Position nach vorn. In der vorletzten Runde konnte er jedoch nicht verhindern, dass sich ein Quintett aus der Spitzenklasse langsam absetzte. Trotzdem meldete sich Leif auf den letzten 300 Metern mit einer großen Energieleistung noch einmal zurück und arbeitete sich in einem lang gezogenen Spurt auf den 5. Rang vor. Die Zeit: 4:00,07 Minuten „Ein überaus achtbares Ergebnis“, urteilte Trainer Joachim Sasse, „Rang 5 in Deutschland und Drittbester im Westfälischen Landesverband sind für Leif eine optimale Ausbeute“.

(das beiliegende Foto zeigt das Athletinnen-Team des SC Olpe mit Karina Heuel, Julia Springob, Marie Ries, Sophia Werthenbach, Tamara Müller, und vorn Johanna Heuel, Sarah Langemann und Anja Beckmann)

Cathrin Eiden ist bereit für Paderborn

Beim Hallensportfest des TuS Hiltrup in Münster steigerte sich Cathrin Eiden (U 16) über die 60 Meter Hürdendistanz auf 10,06 Sekunden. Damit verbesserte sie ihre bisherige Bestleistung um sagenhafte 5/10 Sekunden. Dabei musste sie in ihrem ersten Jahr als U 16 – Athletin auch mit den neuen Bedingungen zurechtkommen. Die Hürdenabstände sind von 7,50 Metern auf 8,00 Meter erweitert, der Anlauf zur ersten Hürde von 11,50 Metern auf 12,00 Meter. Die A-Norm für die Westfälischen Meisterschaften beträgt 10,80 Sekunden. Keine schlechten Aussichten für Cathrin bei den anstehenden Westfälischen Hallenmeisterschaften der Klasse U16. Sie finden statt am 2. März im Ahornsportpark in Paderborn.

Was sind eigentlich?

Die Disziplinen der Leichtathletik

Die Leichtathletik als olympische Kernsportart gliedert sich in folgende **Disziplinblöcke**:

1. **Sprint**, dazu gehören

- Kurz sprint (bis 200 Meter)
- Langsprint (300 Meter und 400 Meter)
- Hürdensprints
- Sprintstaffeln

2. **Sprung**, dazu gehören

- Hochsprung, Weitsprung, Dreisprung und Stabhochsprung

3. **Die Wurf- und Stoßdisziplinen**, dazu gehören

- Ballwurf, Speerwurf, Diskuswurf, Hammerwurf und das Kugelstoßen

4. **Der Lauf**, dazu gehören

- Die Mittelstreckendisziplinen 800 Meter und 1.500 Meter
- Die Langstreckendisziplinen ab 3.000 Meter
- Die Langstaffelwettbewerbe 3 x 800 Meter und 3 x 1.000 Meter

5. **Der Mehrkampf**, dazu gehören

- 3-Kampf, 4-Kampf, 7-Kampf, 10-Kampf und die Blockwettkämpfe als 5-Kampf, sowie weitere spezielle Mehrkampf wettbewerbe



**Die Leichtathletik
in Olpe**

Der Basar

Angebote

Gegenstand: 1 Paar Spikes Marke Adidas
Größe: 38
Preis: VS
Kontakt: SC Olpe/ Karl-Heinz Besting, Telefon: 02761 5785

Gegenstand: 1 Paar Spikes Marke ASICS
Größe: 6 ½
Preis: VS
Kontakt: SC Olpe/ Karl-Heinz Besting, Telefon: 02761 5785

Termine

Hallensportfest in Siegen am Sonntag, 23. Februar 2014
Letzter Meldetermin: Mittwoch, 19.2.2014

Hallensportfest in Frankfurt am Sonntag, 9. März 2014
Letzter Meldetermin: Sonntag 23.2.2014