



Newsletter

Liebe Vereinsmitglieder,

Olpe, den 21.12.2009

kurz vor dem Jahresende wird es mal wieder Zeit, euch mit Informationen aus unserem Verein zu versorgen. Wie immer erhebt der Newsletter keinen Anspruch auf Vollständigkeit, vielleicht ist aber wieder das ein oder andere dabei, was noch nicht allen Mitgliedern bekannt ist. Wer im nächsten Newsletter etwas veröffentlicht haben möchte, möge sich bei mir per Mail melden: matthias.giese@skiclub-olpe.de

Der Vorstand des Skiclubs wünscht allen eine schöne Weihnachtszeit und alles erdenklich Gute für das Jahr 2010.

Laufsport:

Traditionell standen im Herbst für einige Läuferinnen und Läufer Marathonveranstaltungen auf dem Programm:

Erstmals auf dieser 42 km langen Strecke unterwegs war Michael Heite, der am 31.10. in **Frankfurt** mit 3:19 Std. direkt eine Zeit erzielte, die von den meisten Marathonläufern selbst nach einigen Starts nicht erreicht wird. Ebenfalls eine persönliche Bestzeit in der Mainmetropole erzielte Christoph Gitzen mit 3:29 Std. Schnellster Olper bei dieser Veranstaltung war Klaus Hömberg mit 3:10 Std. Am Start auch Manfred Menne (3:28 Std.), Silvia Muckenhaupt (3:51 Std.) und Simone Fuchs (4:03 Std.). Mehr unter [Frankfurt-Marathon](#)

Beim **Köln Marathon** am 04.10. verpasste Wolfgang Hunold seine persönliche Bestzeit nur um 4 Minuten und lief als schnellster SC Starter nach 3:12 Std. in Ziel. Berthold Engels war in 3:52 Std. im Ziel, Jan Richter nach 3:57 Std. Peter Dornseifer, der sich kurzfristig zum Start entschieden hatte, nahm die Veranstaltung als Trainingslauf und beendete diesen nach 4:20 Std. Auf der Halbmarathonstrecke beim Köln Marathon waren von unserem Verein: Christoph Gitzen (1:30 Std.), Dirk Renfordt (1:54 Std.), Simone Leine (2:16 Std.), Manuela Huber (2:18 Std.), Mechthild Volmer (2:18 Std.). Mehr: [Köln-Marathon](#)

Bereits ihren dritten Gesamtsieg konnte Anne Gerlach beim **Rothaarsteigmarathon** in Schmallenberg am 17.10. verbuchen. Anne benötigte 3:32 Std. und war deutlich als erste Frau auf dieser bergigen Strecke im Ziel. Sebastian Biermann startete nach langer Marathonpause ebenfalls bei diesem Naturlauf und konnte sich eindrucksvoll mit 3:11 Std. zurückmelden.

Thomas Greß kam bei diesem Lauf als Vierzigster in 3:39 Std. ins Ziel. Auf der Halbmarathonstrecke in Schmallenberg wurde an diesem Tag Thomas Schnüttgen, in 1:27 Std. Dritter, Hajo Siewer Fünfter von 150 Walkern auf der 22 km langen Strecke. Mehr zum Rothaarsteigmarathon: [Rothaarsteig-Marathon](#)

Jürgen und Wibke Gaedt starteten am 11. Oktober beim **München Marathon**. Jürgen war nach 3:29 Std. im Ziel und Wibke acht Minuten später. Aus unserer Triathlonabteilung war Petra Skudlarek-Seibert in München am Start und benötigte 3:57 Std. Mehr: [München-Marathon](#).

Sabine Bock entschied sich bei ihrer Premiere auf der Marathonstrecke am 11.10. für den Lauf in **Salzkotten**. Sie benötigte für die Strecke 3:51 Std. Mehr: [Salzkotten-Marathon](#)

Beim größten Marathon in **Berlin** starteten schließlich am 20.09. Sven Heuel (3:19 Std.) und Andreas Zeppenfeld (4:38 Std.). Mehr: [Berlin-Marathon](#).

Aber nicht nur auf der langen Strecke waren unsere Läuferinnen und Läufer im Herbst unterwegs:

Insgesamt 10 Erwachsene waren in der Nachbarschaft und starteten bei kaltem, regnerischen Wetter auf der 10 km Strecke beim Südsauerlandlauf in Wenden. Sie erzielten folgende Zeiten: Simone Fuchs: 48:14 min., Kornelia Heite: 49:06 min., Monika Hartebrod: 52:15 min., Manuela Huber: 55:52 min., Mechthild Volmer: 59:45 min., Simone Leine: 59:49 min., Andrea Haase: 1:00,24 Std., Albert Wolfschläger: 48:41 min., Thomas Zdrojewski: 50:39 min., Dirk Renfordt: 53:09 min.

Ruben Niemann, einer unserer ganz schnellen Läufer (10 km-Bestzeit: 35:02 min, Marathonbestzeit: 2:59 Std.) hat es beruflich ins Schwabenland verschlagen. Aber auch dort nimmt er für unseren Verein an Laufveranstaltungen teil. Im Rahmen des Albmarathons in Schwäbisch-Gmünd startete er beim 10 km Lauf und wurde in 37:35 min Dritter in der Gesamtwertung. Und auch beim Kocher-Cup, wo er Neunter über 7,5 km wurde, vertrat er die Skiclub-Farben. Eine hervorragende Zeit von 47:04 min. erzielte Sabine Bock beim Ruhrauenlauf. Ihr Sohn Johannes kam in 46:17 min. auf dieser 10 km Strecke ins Ziel. Beim Citylauf in Bergisch-Gladbach knackte Manni Menne die 40 Minuten Grenze über 10 km (39:50 min.). Christoph Gitzen verpasste diese Marke bei dem Lauf vor den Toren von Kön nur ganz knapp (40:23 min.).

Einen guten Überblick über die Laufleistungen der Starterinnen und Starter unseres Vereins erhält man auf der Bestenliste im Internet: [Bestenliste](#)

Außerhalb des Wettkampfgeschehens fanden im Herbst zwei Erlebnisläufe statt. Sehr schön war der erste Schnittchenlauf der von den Frauen des „6er Schnitt“ ausgerichtet wurde. Auch zum Nikolauslauf am Fahlenscheid trafen sich rund 30 Läufer und Walker, die nach dem sportlichen Teil noch gemütlich in der Skiclubhütte saßen. Mehr zu den Erlebnisläufen mit Bildern: [Erlebnisläufe](#)

Leichtathletik Kinder- und Jugendliche

Für die größte Abteilung in unserem Verein ist die Freiluftsaison beendet. Diese verlief erneut äußerst erfolgreich. Zahlreiche Kreismeistertitel und auch überregionale Erfolge auf westfälischer- und Westfalenebene konnten verbucht werden. Bereits zum vierten Mal nacheinander errangen die Kinder- und Jugendlichen unseres Vereins souverän den Kreisschülercup. Sie sind damit die insgesamt erfolgreichsten Leichtathleten bei den verschiedenen Kreismeisterschaften. Aber auch über das Kreisgebiet hinaus waren sie bei den Schülermannschaftsmeisterschaften sehr erfolgreich und konnten sogar bei den Schülern C so klangvolle Mannschaften wie die LG Olympia Dortmund hinter sich lassen.

Bei den ersten Wettkämpfen im Winterhalbjahr war unsere Nachwuchsabteilung bereits wieder aktiv. So konnten die Geschwister Jan, Cathrin und Julia Eiden einen Dreifachtriumph beim Südsauerlandlauf in Wenden mit den Siegen in ihren Alterklassen feiern. Auch der

Auftakt der Hallensaison in Frankfurt und in Stadtallendorf verlief bereits sehr vielversprechend. Mehr zu den Wettkämpfen: [Jugendsparte/Aktuelles](#)
Einen schönen Jahresabschluss erlebten die Jüngsten kurz vor Weihnachten in der Kreissporthalle in Olpe, wo sich die Nachwuchsathleten des Kreises zu „Fun in Athletics“ trafen. Angefeuert von zahlreichen Eltern und Großeltern als Zuschauer, konnten insgesamt mehr als 120 Kinder in verschiedenen Lauf- Sprung und Wurfdisziplinen zeigen, wo ihre Talente liegen. Mehr dazu: [Fun in Athletics](#)

Triathlon

Seit dem letzten Newsletter Ende August, standen für die Triathleten nur noch wenige Wettkämpfe auf dem Programm. Herausragende Leistung war hier sicherlich die erste Ironmanteilnahme von Albert Wolfschläger Anfang September in Köln. Sagenhafte 10:56 Std. benötigte er für die 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und den anschließenden Marathonlauf. [Presseartikel hierzu](#).

Christian Begemann startete an einem Wochenende gleich zweimal in Gummersbach und Hagen. Raimund Burghaus nahm erstmals in Gummersbach an einem Ausdauerdreikampf teil. Mehr zu den Wettkämpfen: [Gummersbach](#) und [Hagen](#).

Walking / Nordic Walking

Auch in diesen Sparten wurden seit dem Spätsommer viele gemeinsame Wanderungen, Trainingsrunden und selbst Wettkämpfe absolviert. Viele Bilder und Berichte findet man auf den Spartenseiten im Internet. Zum Beispiel [hier](#).

Von den Seniorenwalkern, die sich regelmäßig mittwochs treffen, haben einige in diesem Jahr wieder einen mehrtägigen Ausflug unternommen. Bilder von der Reise nach [Wangerooge](#). Aber auch Wettkämpfe absolvierten unsere Nordic-Walker, die beim Rhein-Weser-Nordic-Walking Lauf am Start waren. Die Ergebnisse findet ihr auf den Bestenlisten: [hier](#)

Skisport

Am Wochenende vor Weihnachten ist Schnee gefallen. Zuvor schon hatte Josef Stinn bei Minustemperaturen die Pisten am Fahlenscheid mit Kunstschnee präpariert. Seit dem 19. Dezember ist an Samstagen und Sonntagen die Skiclubhütte ab mittags geöffnet (nicht an Feiertagen). Die Termine für die Skischulbetreuung für die Kinder werden wir kurzfristig im Internet mitteilen.

Verschiedenes

- Die nächste Jahreshauptversammlung findet am Freitag, den 19.02.2010 im Kolpinghaus statt. Hierzu laden wir noch gesondert ein.
- Der Termin für den Teamcup 2010 steht fest: Am **Freitag, den 11. Juni** veranstaltet unser Verein den beliebten Mannschaftsstraßenlauf durch die Olper Innenstadt

- Janatharnan Thiruchelvam der in unserer Trainingsgemeinschaft mit dem TV Olpe zahlreiche Jugendliche trainiert, bestand die B- Trainer Prüfung. [Mehr](#)