

# Leichtathletik Olpe

Freude erleben

## Kallis Monatspost

Ausgabe Februar 2023

### Erfolgreicher Auftritt des Opler Teams bei den Landesmeisterschaften 2 Vizetitel für Jana Steinhoff



**Jana Steinhoff**

Erstmals in der Verbandsgeschichte gibt es in diesem Jahr die Westfälischen Landesmeisterschaften auch schon für die Klasse U 14. Die guten Erfahrungen aus dem westeuropäischen Ausland haben den FLVW, Fußball- und Leichtathletikverband Westfalen, dazu bewogen, den 12- und 13-jährigen Jungen und Mädchen im Verbandsgebiet ein entsprechendes Angebot zu unterbreiten. Sehr zur Freude der ehrgeizigen U14er der Opler Leichtathletik.

Im Paderborner Ahornsportpark avancierte am Sonntag Jana Steinhoff zum neuen Stern am Opler Leichtathletikhimmel. Die hochveranlagte W 13 – Athletin erkämpfte sich sowohl über die 60 Meter Hürden als auch über die 60 Meter Flachdistanz den

Silberrang und damit die Vizemeisterschaft. Mehr über die Leistungsexplosionen von Jana als die reine Platzierung verraten jedoch ihre erzielten Zeiten. Im Vorlauf über die 60 Meter verbesserte Jana ihre persönliche Bestzeit von 8,98 Sekunden auf 8,55 Sekunden. Im Finale unterbot Jana ihre eigene Zeit ein weiteres Mal und überrannte die Ziellinie in 8,47 Sekunden. Ähnliches gelang ihr im Hürdensprint. Hier verbesserte Jana ihre persönliche Bestzeit von 10,93 Sekunden auf 10,49 Sekunden und legte im Finale mit einer weiteren persönlichen Bestzeit von 10,39 Sekunden noch einmal eindrucksvoll nach.

Große Freude herrschte auch bei Janas Sprintkolleginnen Johanna Uelner (Klasse W13), Alea Bremecker (Klasse W 13) und Mia Gross (Klasse W 12). Sie alle durften dank ihrer guten Vorlaufergebnisse zurecht über die Qualifikation für die Finalläufe über 60 Meter jubeln. Johanna Uelner verbesserte ihre persönliche Bestzeit im Vorlauf von 8,93 Sekunden auf 8,83 Sekunden und belegte im Finale Rang 13. Alea schraubte im Vorlauf ihre Bestzeit von 8,99 Sekunden auf 8,93 Sekunden und kam im Finale auf Rang 15. Ebenfalls Rang 15 erkämpfte sich in der Klasse W 12 Mia Gross. Bereits im Vorlauf verbesserte sie ihre persönliche Bestzeit von 9,31 Sekunden auf 8,99 Sekunden. Auch bei Mia kann man von einer Leistungsexplosion sprechen.

Johanna Uelner und Alea Bremecker überzeugten auch im 60 Meter Hürdensprint. Ihre Zeiten im Vorlauf von 11,66 Sekunden (persönliche Bestleistung) und 11,65 Sekunden reichten jedoch nicht ganz für den Einzug ins Finale.

Vier Mädchen im 60-Meter-Finale, da sollte doch eigentlich auch etwas in der Staffel gehen, so rechneten die Sprinterinnen und der zahlreich aus Olpe angereiste Fankreis. Und so kam es dann auch.

## Leichtathletik Olpe

### Freude erleben

In der Besetzung Jana Steinhoff, Alea Bremecker, Johanna Uelner und Mia Groß kam das Quartett in 28,11 Sekunden auf Rang 5 unter 23 gestarteten Teams.



**Das neue Olper Topquartett U14: Jana Steinhoff, Alea Bremecker, Johanna Uelner, Mia Gross**

Vielleicht fehlte aufgrund der zahlreichen Starts an diesem langen Wettkampftag am Ende etwas die Frische und zudem die Start- und Wechselroutine, dann wäre sicherlich auch der Titel greifbar gewesen.

Beachtlich schlugen sich auch die weiteren Staffeln der Olper Leichtathletik. Staffel 2 erreichte in 29,12 Sekunden Platz 11 in der Aufstellung Amy Bergner, Johanna Aitzetmüller, Matilda Wigger und Pauline Dinter. Team 3 kam mit 29,63 Sekunden auf Rang 16 in der Besetzung Frida Schweinsberg, Thea Köhler, Alicia Huperz und Lisa Engels. Gerade in den Staffeln wurde wieder einmal die Leistungsbreite der Olper Leichtathletik deutlich. Zum guten Teamgeist trugen auch Leah Feldmann und Paula Hesse bei, die als unverzichtbare Ersatzkräfte für die Staffeln den weiten Weg nach Paderborn auf sich nahmen und damit den Auftritt der Olper Staffelteams absicherten.

In der Klassezeit von 29,69 Sekunden und Platz 6 gelang auch der Jungenstaffel eine positive Überraschung. Dem Quartett in der Aufstellung Jan Gummersbach, Julius Schlösser, Benjamin Drach und Elias Maiworm (plus Ersatzmann Maximilian Hahn) kann bereits jetzt ebenfalls eine erfolgreiche Zukunft prognostiziert werden.

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

6000 mm

750 mm

**auto haus hunold** Olpe · Wenden  
Neuwagen · Gebrauchtwagen · KFZ-Meisterwerkstatt

**Koch**  
Werbetchnik  
Am Bassenborn 5  
57482 Wenden - Hünsbörn  
Tel. 02752 979733  
koch-werbetchnik.com

Diese Zeichnung darf ohne meine Genehmigung weder vervielfältigt noch Dritten Personen zugänglich gemacht werden.  
§§ 12.07 und 106 des Urheberrechtsgesetzes vom 9. September 1965, Markus Koch.

Eine faustdicke Überraschung gelang Benjamin Drach (Klasse M 13) im Stabhochsprung. Benni überquerte erstmals die Latte bei einer Höhe von 2 Metern und erreichte mit dieser Leistung Platz 6 und damit den Urkundenrang mit einem Podestplatz bei der Siegerehrung. Den Sprung auf das Siegerpodest schaffte in der gleichen Klasse auch sein Vereinskollege Maxi Hahn mit Rang 7 für übersprungene 1,70 Meter, ebenfalls persönliche Bestleistung.

Auf einen erfolgreichen Wettkampftag konnte auch Jan Gummersbach zurückblicken. Übersprungene 1,24 Meter, persönliche Bestleistung, reichten im Hochsprung der Klasse M 12 für einen hervorragenden fünften Rang. Hervorzuheben ist, dass ihm alle bewältigten Sprunghöhen jeweils im ersten Versuch glückten.

Ein Urkundenrang und damit die Platzierung auf dem westfälischen Siegerpodest gelang Pauline Dinter in der Klasse W 12. Über 800 Meter erkämpfte sie sich in 2:50,10 Minuten Platz 7 über die 800 Meter Mittelstreckendistanz. Ebenfalls auf Rang 7 kam Mia Gross im Weitsprung mit einem Ergebnis von 4,15 Metern. Amy Bergner musste dagegen mit einem Weitsprungergebnis von 4,00 Metern mit dem ungeliebten 9. Rang Vorlieb nehmen. Amy, mit einer Qualifikationsweite von 4,32 Metern gemeldet, leidet noch unter Trainingsrückstand. Die Trainer sind zuversichtlich, dass sie sich in der Freiluftsaison wieder in die westfälische Spitze vorarbeiten wird.

# Leichtathletik Olpe

Freude erleben



Das Olper Team in Paderborn

Erheblich Anteil am Tageserfolg hatten die Betreuerinnen Daria Popov, Sara Dach und Mara Kipke, die dem Trainerduett Thorsten Kämpfer und Karl-Heinz Besting selbstständig und fachlich versiert assistierte.

**ENERGIEGELADEN REKORDE JAGEN.**

Dem Leichtathletik-Team Olpe viel Erfolg!

[www.bigge-energie.de](http://www.bigge-energie.de)

**BIGGE  
ENERGIE**

Natürlich von hier.

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Vier Kreisathleten nutzen das Angebot Kadertraining



Quelle: D. Rotter

Zu einem gemeinsamen Trainingstag hatte Dieter Rotter, Landestrainer Sprint im Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen (FLVW), am Samstag ins SportCentrum Kaiserau eingeladen. Neun Sprinter\*innen aus dem goldgas Talent-Team sind der Einladung gefolgt und haben einen intensiven Lehrgang absolviert.

Auf dem Programm standen unter anderem Core-Übungen mit dem Schwingstab und dem Balance-Kissen, Hürdenkoordination, Übungen mit der Koordinationsleiter und Sprungkoordination. Tipps für mehr mentale Stärke beim Sport gab es am Nachmittag in einer theoretischen Einheit.

Seitens der Kreisvereine waren dabei: Ben Tröster/ TSG Lennestadt, hinten Vierter von rechts, sowie in der vorderen Reihe von links nach rechts Hannah Bauermann/ Olpe, Maja Tröster, TSG Lennestadt und Maja Blagojevic, Olpe