

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kallís Montagspost

Ausgabe 12/2021

26.05.2021

Zurück in die Normalität | Training in 20er-Gruppen wieder möglich

Nachdem nun am fünften Werktag in Folge die 7-Tage-Inzidenz unter dem Wert von 100 lag, hat der Kreis Olpe die strengen Auflagen der Bundesnotbremse aufgehoben. Demnach können wir ab sofort unsere kontaktfreie Sportart wieder altersunabhängig in Gruppen bis zu 20 Personen im Freien ausüben.



Wir sind sehr froh darüber, dass wir durch eine veränderte Gruppenplanung nunmehr über 280 Athletinnen und Athleten die Möglichkeit bieten können, am Training teilzunehmen. In den vergangenen Monaten gab es vielfältige Auflagen hinsichtlich der Gruppenstärke, Verweildauer von Eltern im Stadion und dem Zusammenreffen im Allgemeinen zu beachten. Die Leichtathletik Olpe hat stets versucht, proaktiv das Beste aus der jeweiligen Situation zu machen. Wir haben es trotz aller Einschränkungen geschafft, dass durch individuelle Trainingspläne, der Durchführung von 2er-Team-Training und Bildung von Kleinstgruppen gemäß aktueller Verfügung ein Grundlagentraining für eine Vielzahl unserer Aktiven vorzuhalten.

Mit der jetzigen Neuordnung gemäß der aktuell gültigen Coronaschutzverordnung sind wir in der Lage, über 280 Leichtathletikbegeisterten ein Gruppentraining anzubieten.

An dieser Stelle sei dem lieben Kalli auf das herzlichste für sein Engagement hinsichtlich der Gruppenplanung **gedankt!** Sein stetes Bemühen, die Trainingsmöglichkeiten der Gruppen an die Vorgaben des Bundes und Landes anzupassen, ist sehr zeitaufwendig. Nicht vergessen wollen wir die Trainerinnen und Trainer, Helferinnen und Helfer die die Gruppen anleiten und begleiten und dafür zum Teil tägliche Schnelltests bei den offiziellen Teststellen vornehmen lassen müssen.

Die Sars-CoV-2-Pandemie ist noch lange nicht vorbei. Wir müssen auch weiterhin sehr vorsichtig sein, um das Erreichte zu festigen. Daher gilt auch weiterhin unser Schutzkonzept, welches alle Gruppen zur Verfügung gestellt bekommen haben.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

#scheinefuervereine | REWE-Vereinsaktion

Über 8.500 #scheinefuervereine wurden den beiden Stammvereinen der #LeichtathletikOlpe zugeordnet. Damit können drei Abteilungen des TV Olpe und SC Olpe zahlreiche Prämien bestellen. Der Großteil der Bestellung ist nun eingetroffen und die Leichtathleten können schon einmal ihren Teil davon nutzen. Wir sagen allen Unterstützern ein herzliches **Dankeschön!**



Einige der neuen Prämien wurden direkt schon mal ausprobiert!

Ü30 goes Kreuzbergstadion | Neues leichtathletisches Angebot

Nein, eine Ü30-Party bieten wir jetzt nicht an 😊 Durch die Rücknahme der Auflagen haben wir die Möglichkeit, ein Breitensportlich orientiertes Leichtathletiktraining für die Altersgruppe ab ca. Ü30 anzubieten. Das Angebot findet mittwochs ab 18:15 Uhr im Kreuzbergstadion statt. Während einer Trainingsdauer von rund 60 Minuten liegt der Fokus auf einer ganzheitlichen Ausdauer- und Kräftigungsschulung sowie dem Training der leichtathletischen Disziplinen. Das Training leitet Thorsten Kämpfer und ist als Modellversuch erst einmal bis zu den Sommerferien ausgelegt. Als Ziel könnte zu Beginn der Sommerferien die Erlangung des Deutschen Sportabzeichen stehen. Und dann kann es ja doch noch eine Ü30-Party geben!

Berufung in den ‚Landeskader Plus‘ | Interview mit Joshua Holterhoff

In den Landeskader Plus bist Du ernannt worden, da Du unter den Top 15 der Deutschen Bestenliste Freiluft 2020 stehst. Du hast am 12.09.2020 in Hagen die 1,92 m übersprungen. Was ist dir besonders in Erinnerung geblieben?

„Es war sehr sonnig, ich habe eine relativ tiefe Einstiegshöhe gewählt, zwischendurch eine Höhe ausgelassen und dann bis 1,90 m sehr gut den Wettkampf mitgestaltet. Danach nahmen die Fehlversuche zu, so dass ich nicht mehr geglaubt habe, die Höhe zu schaffen. Daher war die 1,92 m auch für mich eine Überraschung und es hat mich mehr als gefreut.“

Wie ist das Verhältnis zwischen Trainings- und Wettkampfleistung?

Im Training bleibe ich meistens 10 bis 15 cm unter der Wettkampfleistung.

Deine Sprungstärke und auch Ehrgeiz zeigen sich auch daran, dass Du trotz ‚vieler‘ Fehlversuche bis zum Ende kämpfst und Trainer und Zuschauer am Ende mit einer hervorragenden Leistung ‚überrascht‘. Wie erklärst Du es dir selbst?

„Nach der Umstellung zu einem längeren Anlauf waren die Fehlversuche vielleicht noch nicht ganz abzustellen.“

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Aber die Ernennung in den Landeskader Plus und das Wissen, dass ich zu den Top 15 in Deutschland gehöre, haben mir in Gedächtnis gerufen, dass man mit dem eigenen Willen und Ehrgeiz Dinge schafft, die man sich selbst vielleicht gar nicht zugetraut hat.“

Die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen sind für alle spürbar. Wie hast Du die Zeit selbst erlebt? Welche Ziele verfolgst Du?

„Ich habe kein direktes Ziel. Ich will gerne wieder die Leistung erreichen, die mich unter die Top 15 brachte. Während der strengen Corona-Begrenzungen habe ich die Trainingspläne von Dieter Rotter ausgeführt, habe selbständig Krafttraining eingearbeitet und bin zudem im Wald ge-

laufen. Ich hoffe, dass ich sobald das Wetter passt, neben dem Training bei Dieter Rotter wieder mit dem Hochsprungtraining bei Kalli Besting und Christoph Quinke starten kann.“

Welche besondere Erinnerung hast Du von einem letzten Wettkampf?

Bei einem der letzten Wettkämpfe im Frühjahr letzten Jahres in Dortmund, als ich erstmalig die 1,90 m übersprungen habe, habe ich beim Einspringen selbst nicht gemerkt, dass die Hochsprunglatte auf 1,85 m lag. Nach der erfolgreichen Landung war nicht nur Trainer Kalli Besting überrascht, sondern auch ich selbst. Das gab Motivation und Freude, dann weiter ‚hoch zu springen‘ um am Ende die 1,90 m erstmalig zu schaffen.“



Leichtathletik Olpe

Freude erleben



Siegburger Restart-Meeting | Vorfreude bei unseren Athleten

Nachdem der Inzidenzwert gesunken ist, dürfen nicht nur Kaderathleten wieder an Wettkämpfen teilnehmen. Daher freuen wir uns umso mehr, dass der LAZ Puma Rhein Sieg am 05.06.21 einen Wettkampf ausrichtet. "Nachdem wir schweren Herzens unser geplantes Pfingstsportfest mit bereits über 700 gemeldeten Teilnehmer*innen absagen mussten, stehen wir nun in der Planung für unser neu geschaffenes „Restart-Meeting“ am Samstag, den 05.06.21.", so der Verein.

Alle Details zum Wettkampf und den Hinweisen zum Ablauf der Veranstaltungen geben wir zeitnah an die gemeldeten Athleten weiter.

LAZ PUMA
Rhein-Sieg

SIEGBURGER
RESTART - MEETING

Schirmherr: Bürgermeister Stefan Rosemann

Samstag
05.06.
2021

DISZIPLINEN:

U14 75m, 800m, Weit
U16 100m, Weit, Hoch, Kugel, Speer, 800m, 2000m

Ab U18
100m, 200m, 400m, 100mH, 110mH, 400mH, Weit, Hoch, Kugel, Speer, 800m, 1500m, 3000m

STARTS FÜR	MEHR INFOS AUF	BEGINN
U14/U16 U18/U20 Männer/Frauen	laz-sport.de	10:00 Uhr

T-Shirt sucht neues Zuhause | T-Shirt für einen Athleten

Familie Lamprecht will ein Leichtathletik-T-Shirt in Größe XL kostenlos abgeben. Es wurde nur zwei Mal getragen. Bei Bedarf meldet Euch bitte bei Familie Lamprecht oder bei Thorsten Kämpfer.



Unser Partner | Metzgerei und Catering Weber

Ein Garant für große Auswahl und Qualität ist die Metzgerei Weber. Die fast 100jährige Erfahrung schmeckt man, stammen fast 100 % aller Wurstwaren aus der eigenen Produktion. Dabei wird auf Regionalität und Frische Wert gelegt. In Olpe befindet sich die Metzgerei in der Kurfürst-Heinrich-Str. 47 (gegenüber des Berufskollegs).

Man kann auch Partys mit der Metzgerei planen. Als weiteres Standbein bietet die Metzgerei Weber einen Catering-Service an.



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Metzgerei und
Catering



Kurfürst-Heinrich-Straße 47 · 57462 Olpe
Elbener Straße 3 · 57482 Wenden-Gerlingen
Tel. 0 27 62 / 92 92 56 · www.weber-partyservice.de

*frisch
&
lecker*

