

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kallis Montagspost

Ausgabe 2/2022 24. Januar 2022

Sprinterinnen stürmen zum Titelgewinn Einzel- und Staffelrennen gleichermaßen erfolgreich

Als Mitglied des westfälischen Landeskaders hatte Anne Böcker in ihrer Altersklasse U 16 ein Sonderstartrecht bei den Landesmeisterschaften in der Klasse U 18 erhalten. Diese Chance nutzte sie am Samstag in der Helmut-Körnig-Halle in Dortmund eindrucksvoll. Bereits im Vorlauf über die 60 Meter Sprintdistanz zeigte sie ihren durchweg 1 bis 2 Jahre älteren Konkurrentinnen die Hacken und siegte in 7,77 Sekunden. Im Finale war Anne dann noch schneller. Die Experten hatten es vorab geahnt, Anne steigert sich mit der Qualität der Gegnerinnen. Bereits nach 20 Metern übernahm Anne entschlossen und unwiderstehlich die Führung im starken Feld und baute bis zum Ziel den Vorsprung kontinuierlich aus. Eine Demonstration von Können und Siegeswillen. Mit 7,66 Sekunden bestätigte sie zudem ihre bisherige Bestzeit von 7,65 Sekunden. Mithalten konnte nur Franziska Burchett vom TV Gladbeck, die hinter Anne Böcker in 7,86 Sekunden ins Ziel kam. Alle anderen Top-Sprinterinnen der Großvereine aus Dortmund, Münster, Wattenscheid und Paderborn blieben oberhalb der 8-Sekunden-Marke.



Siegerehrung im Sprint: Anne Böcker vor Franziska Burchett und Hannah Kalle (LG Olympia Dortmund)

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Nur 40 Minuten später gewann Annica Deblitz im 60-Meter-Finale der Klasse U 20 die zweite Medaille für die Olper Leichtathletik. In persönlicher Bestzeit von 7,75 Sekunden kam Annica mit lediglich 1/10 Sekunde Rückstand auf die Siegerin Samira Attermeyer aus Dortmund auf Rang 2. Helena Tröster wurde in 7,95 Sekunden Siebte. Den Vorlauf hatte Helena in 7,86 Sekunden gewonnen.



60 Meter Finale U20 v.l. Helena Tröster, Samia Attermeyer, Annica Deblitz

ENERGIEGELADEN REKORDE JAGEN.

Dem Leichtathletik-Team Olpe viel Erfolg!

www.bigge-energie.de

BIGGE
ENERGIE
Natürlich von hier.

Liv Heite nahm am Sonntag sowohl die 400 Meter als auch die 60 Meter Hürden unter die Füße. Die amtierende Freiluft-Westfalenmeisterin über die 400 Meter Hürden zeigte auch auf der 60 Meter Hürden Kurzstrecke ihre technischen und läuferischen Qualitäten. Im Vorlauf qualifizierte sie sich in 9,53 Sekunden für das Finale. Dort lief sie mit 9,42 Sekunden eine persönliche Bestzeit und erreichte damit den vierten Rang.

Einen weiteren Achtungserfolg buchte Liv über die 400 Meter Flachdistanz. Hier kam sie in sehr guten 63,59 Sekunden auf Rang 4.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

U 20 Staffel läuft in die Deutschen TOP 10

Das zweite Gold erreichte die 4 x 200 Meter Staffel der Startgemeinschaft Olpe/Lennestadt/Attendorf in der Besetzung Helena Tröster, Annica Deblitz, Lea Wiethoff und Liv Heite. Das Quartett siegte überlegen in der Klassezeit von 1:43,24 Minuten vor den Staffel-Teams aus Münster, Recklinghausen, Dortmund und Kreuztal. Mit der Siegerzeit katapultieren sich die 4 schnellen Damen auf Rang 6 der deutschen Bestenliste und qualifizierten sich eindrucksvoll für die Deutschen Jugend-Hallenmeisterschaften in Sindelfingen am 19./20. Februar. Am 5./6. Februar geht das Team als Mit-Favorit in die NRW Meisterschaften, die in Düsseldorf ausgetragen werden.



Das Meisterteam: Liv Heite, Annica Deblitz, Lea Wiethoff und Helena Tröster

Großes Pech hatte das Staffelteam U 18. In der Aufstellung Anne Böcker, Anna Piwowarski, Lena Kindopp und Lena Hurajt überlief das Quartett die Ziellinie mit einem Vorsprung von gut 5 Sekunden, wurde danach jedoch aufgrund eines Wechselfehlers disqualifiziert.

Achtbarer Dritter und Eroberer eines Podestplatzes wurde eine Auswahl aus Läufern der Startgemeinschaft der Leichtathletik Olpe und der TSG Lennestadt. In der Aufstellung Ben Tröster, Liam Jankowski, Simon Schulte und Marc Huperz schoben sich die hälftig noch der Klasse U 16 zugehörenden Jungen auf Rang 3 der Klasse U 18 vor. Ihre Zeit über die 4 x 200 Meter betrug gute 1:48,56 Minuten.

Leichtathletik Olpe

Freude erleben



Das Jungenteam der Startgemeinschaft mit Ersatzläufer Henning Schröder (links)

Corona bei Kindern

von Annika Matheis Frankfurter Allgemeine Zeitung

Die Corona-Zahlen explodieren derzeit bei Kindern. Was können Eltern tun, um ihren Jüngsten zu helfen? Das rät ein Gelsenkirchener Kinderarzt.

Die Corona-Zahlen gerade bei den Jüngsten explodieren. Besonders hoch ist die Inzidenz derzeit bei Kindern und Jugendlichen. Viele Eltern umsorgen wahrscheinlich schon jetzt ein krankes Kind zuhause, pflegen und kümmern sich. Und die Sorgen um die Gesundheit der Kleinen werden vielerorts groß sein. Was können Eltern nun tun, wie die Symptome lindern? Das rät Dr. Christof Rupieper, Sprecher Gelsenkirchener Kinderärzte.

Wie kann ich die Beschwerden zunächst grundsätzlich lindern?

„Wie bei allen anderen Infektionskrankheiten“, erklärt Christof Rupieper. Er rät bei Schmerzen oder Grippegefühl bei den Jüngsten zu Mitteln wie Ibuprofen oder Paracetamol.



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Welche Medikamente gehören in die Hausapotheke?

„Es sind nur wenige Medikamente nötig: gegen Schmerzen Ibuprofen und Paracetamol, Nasenspray, etwas gegen Übelkeit und Erbrechen“, rät Rupieper. Seiner Erfahrung nach beunruhige Fieber Eltern immer besonders. „Dabei ist Fieber ein Zeichen, dass der Körper sich wehrt“, erklärt der Kinderarzt. Das Immunsystem funktioniert am besten, wenn die Körpertemperatur mindestens 2 Grad über normal liegt. Er warnt: „Jedes Mal wenn das Fieber gesenkt wird, wird die körpereigene Immunantwort gedrosselt.“

Sein Tipp: Bei Fieber sollte man das Kind zunächst nur leicht bekleiden. Dabei können Arme und Beine ruhig frei sein. Wenn die Kinder kalt sind, helfe eine leichte Decke. Und wenn das Kind appetitlos scheint – es muss nicht essen, beruhigt Rupieper. „Kochen Sie das Lieblingsgericht, wenn es essen mag“, ist sein Rat.

Gibt es darüber hinaus noch weitere „Hilfsmittel“, die anschlagen könnten?

„Es gibt eine Reihe Hausmittel und Traditionen. Der Beleg, dass die traditionellen Hausmittel zu einer schnelleren Heilung führen, ist wissenschaftlich nicht belegt“, so Rupieper. Aber darum gehe es nicht. Ist es eine leckere Suppe, die darüber hinaus hilft – oder vielleicht doch besser ein selbst gemachter Pudding? Oder der Kinderfilm im Fernsehen? Jede Familie müsse ihre Familientradition und ihr Familienritual entwickeln, ist der Mediziner überzeugt.

Wann sollten Eltern unbedingt mit ihrem Kind ins Krankenhaus?

Das entscheidende Kriterium sei der Allgemeinzustand. „Wirkt das Kind weiterhin fröhlich oder ist es nur wenig beeinträchtigt, kann man abwarten und auf die Selbstheilungskräfte setzen.“ Bei Fieber sollten Eltern von Säuglingen schneller einen Arzt aufsuchen, ab dem Kleinkindalter könnten sie ruhig ein bis zwei Tage abwarten. Allerdings: „Ist das Kind apathisch, und verhält es sich auffällig, ist es sehr schlapp oder macht es sich steif, hat es Schmerzen, sollte man unverzüglich einen Arzt aufsuchen“, so der Rat des Mediziners.



Leichtathletik Olpe

Freude erleben



KOCH
Werbetchnik
Am Bassenborn 5
57482 Wenden - Hunsbörn
Tel. 02762 979733
koch-werbetchnik.com

Diese Zeichnung darf ohne meine Genehmigung weder vervielfältigt noch dritten Personen zugänglich gemacht werden.
§§ 1, 2, 97 und 106 des Urheberrechtsgesetzes vom 9. September 1965, Markus Koch.