

# Leichtathletik Olpe

Freude erleben

## Kallis Montagspost

Ausgabe 20/2024 vom 9. September 2024

### Die weibliche U 16 qualifiziert sich für das Teamfinale 7.574 Punkte reichen zunächst einmal zu Platz 5 in Westfalen

Drei Wochen vor dem großen Teamfinale des Westfälischen Verbands in Hagen steht fest: 13 Olper Athletinnen, verstärkt mit 2 Athletinnen der TSG Lennestadt, sind dabei, verbündet in der Startgemeinschaft Olpe/ Lennestadt. In sieben Einzeldisziplinen plus der 4 x 100 Meter Staffel setzten sich die jungen Damen der Startgemeinschaft klar gegen die Mitkonkurrentinnen LG Kindelsberg Kreuztal (7.301 Punkte) und LG Wittgenstein (7.105 Punkte) durch.



Team Olpe/ Lennestadt nach der Siegerehrung im Stadion Stählerwiese Kreuztal

**BIGGE ENERGIE WÜNSCHT VIEL ERFOLG**

Als starker Partner der Leichtathletik mit voller Energie für die Heimat.



Obwohl die Olper Teams U12 und U14 in den vergangenen beiden Jahren den Westfälischen Titel jeweils gewonnen hatten, war schon die Qualifikation in diesem Jahr alles andere als selbstverständlich. Denn die Altersstruktur des Teams U16 ist in diesem Jahr nicht gerade optimal. Während die anderen großen Vereine mehrheitlich mit Athletinnen des älteren Doppeljahrgangs der U16, nämlich dem

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Jahrgang 2009, antreten können, gehören in Olpe nur 3 zu diesem Jahrgang. Und von diesen 3 kamen nur 2 in die Wertung. Da auch der jüngere Jahrgang 2010 den zahlenmäßigen Nachteil nicht ausgleichen konnte, meldete Trainer Thorsten Kämpfer 5 Athletinnen aus dem Jahrgang 2011/ Altersklasse U14 (!) hoch in die Klasse U16. Somit stieg im Kreuztaler Stadion Stählerwiese das wahrscheinlich mit Abstand jüngste westfälische Team in den Kampf um die begehrten acht Finalplätze ein. Weitere Qualifikationswettkämpfe fanden gleichzeitig in Brilon, Coesfeld und Gütersloh statt, so dass die Live-Ergebnisse von den fremden Plätzen stets für Hochspannung sorgten.



**Hürdensprint: Lisa Engels**



**Hochsprung: Frida Ax**

Nach den Regeln der Deutschen Leichtathletikordnung dürfen in den Vorkämpfen zwar bis zu vier Athletinnen in jeder Disziplin starten, in die Teamwertung fließen jedoch nur die beiden besten Ergebnisse ein. Beim Staffellauf wird nur das schnellste Quartett gewertet.

### Die Ergebnisse im 80 Meter Hürdensprint:

Johanna Uelner	13,38 Sekunden	508 Punkte	
Mia Gross	13,50 Sekunden	502 Punkte	gesamt 1.010 Punkte
Lisa Engels	15,04 Sekunden		
Alicia Huperz	15,48 Sekunden		

Eine Schrecksekunde erschütterte die Olper Delegation beim Lauf von Mia Gross. Mia straukelte an der letzten Hürde, konnte einen Sturz gerade noch vermeiden, büßte aber auf den letzten Metern bis zur Ziellinie straukelnd wertvolle Zeit ein.

Ihre Kollegin Alicia Huperz sprintete aus gutem Grund eher vorsichtig. Sie war im Hürden-Abschlusstraining in Olpe übel gestürzt und ging mit Schürfwunden an den Start. Erleichtertes Aufatmen am Ende bei allen – der Hürdenlauf war verletzungsfrei und mit einer guten Punkteausbeute abgeschlossen.

Hoch spannend ging es auch beim Hochsprung zu, der naturgemäß immer mit einem Misserfolg endet, nämlich dem Ausscheiden nach drei vergeblichen Versuchen. Jedoch, wenn die zuvor überwundene Höhe den Erwartungen entspricht oder diese mit einer schönen Bestleistung sogar übertroffen wurde, ist das Ausscheiden gar nicht so schlimm, im Gegenteil.

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Dies traf in erster Linie auf Frida Ax und Paulina Schröder zu, die sich beide mit einer persönlichen Bestleistung von 1,45 Metern verabschiedeten und von ihren Kolleginnen und den Zuschauern dafür zurecht gefeiert wurden.

### Die Ergebnisse im Hochsprung:

Frida Ax	1,45 Meter	475 Punkte	
Paulina Schröder	1,45 Meter	475 Punkte	gesamt 950 Punkte
Pauline Dinter	1,39 Meter		
Alicia Huperz	1,30 Meter		



Die Zeiten, in denen Marlitt Spille und Julia Hippler ihre Speere in den Bereich zwischen 30 Meter und 40 Meter landen ließen, sind längst vorbei. Trotzdem erzielten die Olper Protagonistinnen in Kreuztal beachtliche Ergebnisse.

Sara Leubner	25,46 Meter	456 Punkte
Julia Ochel	22,75 Meter	429 Punkte
Paula Hesse	21,02 Meter	
Emmi Weber	17,84 Meter	

Gesamt 885 Punkte

Wichtig war, dass die Konkurrenz aus dem Wittgensteiner Land (835 Punkte) und aus Kreuztal (ebenfalls 885 Punkte) auf Distanz gehalten werden konnte. Damit blieb das Team Olpe/Lennestadt vorn.

**Bild links: Julia Ochel**



Duplizität der Ereignisse: In zwei Sprintläufen über die 100 Meter kamen zwei Olper Athletinnen nahezu zeitgleich ins Ziel und trieben sich dabei gegenseitig zu guten Leistungen an. Wie bereits bei den Kreiseinzelmeisterschaften in Fretter kam es zu einem kollegialen Duell zwischen Mara Kipke und Alea

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Bremecker. Mit einem Unterschied von 5/100 Sekunden hatte auch in Kreuztal Alea die schnellere Zeit. Der leichte Gegenwind auf die Sprintgeraden verhinderte neue Bestmarken der beiden. In einem weiteren Lauf trafen Thea Köhler und Greta Schneider aufeinander. Hier war die Entscheidung noch knapper, Greta war den Hauch von 2/100 Sekunden schneller und schaffte als Angehörige der Klasse U14 in ihrem ersten Lauf über 100 Meter gleich den Sprung unter die 14-Sekunden-Marke.

Wichtiger aber als diese freundschaftliche Konkurrenz war, dass der Abstand zum Verfolger LG Kindelsberg Kreuztal um weitere 54 Punkte ausgebaut werden konnte.

### Die Ergebnisse über 100 Meter:

Alea Bremecker	13,48 Sekunden	520 Punkte	
Mara Kipke	13,53 Sekunden	515 Punkte	gesamt 1.035 Punkte
Greta Schneider	13,94 Sekunden		
Thea Köhler	13,96 Sekunden		



**Alicia Huperz bei ihrem Siegersprung**

Die Weitspringerinnen kamen mit ihren Ergebnissen dicht an die 1.000-Punkte-Marke heran und konnten damit die Position ihres Teams im Wettstreit um einen Qualifikationsplatz deutlich verbessern. Das Topergebnis erzielte Alicia Huperz mit einer Weite von 4,61 Metern, bei einem Gegenwind von 0,9 Metern pro Sekunde. Zu schaffen machten den Athletinnen weiter zunehmen die hohen Temperaturen an der Wettkampfanlage im oberen Bereich des Stadions in der prallen Sonne.

### Die Ergebnisse im Weitsprung:

Alicia Huperz	4,61 Meter	506 Punkte
Leah Feldmann	4,46 Meter	489 Punkte
Mara Kiple	4,43 Meter	
Johanna Aitzetmüller	4,27 Meter	

Gesamt: 995 Punkte

### Die Ergebnisse im Kugelstoßen

Paulina Schröder	8,43 Meter	408 Punkte	
Thea Köhler	7,75 Meter	378 Punkte	gesamt 786 Punkte
Johanna Uelner	7,73 Meter		
Marlene Bock	7,54 Meter		

In dieser Disziplin glänzten die Athletinnen der LG Wittgenstein mit ihrer überlegenen Angleittechnik und Weiten von 8,77 Metern und 8,68 Metern. Der Rückstand auf die Olper verringerte sich aber nur unwesentlich um 54 Punkte.

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Traditionell liefern stets die Olper Staffeln das Topergebnis. So auch dieses Mal. Trotz eines leicht verunglückten dritten Wechsels setzte sich das Team 1 in der Aufstellung Mara Kipke, Alea Bremecker, Johanna Uelner und Thea Köhler in der Zeit von 52,01 Sekunden überlegen durch und fügte dem Punktekonto überragende 1.123 Zähler hinzu. Auch die zweite Staffel übertraf die 1.000-Punkte-Marke. In 53,89 Sekunden kamen Mia Gross, Alicia Huperz, Pauline Dinter und Johanna Aitzetmüller ins Ziel. 1.041 Punkte sicherte sich das Quartett, das sich komplett aus Läuferinnen der Klasse U14 des Jahrgangs 2011 zusammensetzte. Der Zukunft dieses jungen Teams kann man wohl zurecht mit Optimismus entgegenblicken.

### Die Ergebnisse der Staffeln

Team 1	52,01 Sekunden	1.123 Punkte	
Team 2	53,89 Sekunden	1.041 Punkte	gesamt 1.123 Punkte

(nur eine Staffel wird gewertet)



Nach dem kräfteaubenden Programm beschließen im Teamwettkampf stets die 800-Meter-Läuferinnen den Tag. Hier starteten, im Bild oben von links nach rechts, Matilda Wigger (280), Emmi Weber (279), Sara Drach (266) und Pauline Dinter (265). Wenig überraschend führte im Ziel Pauline Dinter die Olper Delegation an, Nicht ganz erwartet worden war aber die Zweitplatzierung von Matilda Wigger, die mit ihrer Zeit von 2:58,41 Minuten unter der 3-Minuten-Marke blieb und sich einen Rang in der Punktwertung erkämpfte. Glückwunsch und Hochachtung aber an alle vier, die am Schluss des Tages noch einmal alle Kräfte mobilisierten und dem erfolgreichen Tag das Sahnehäubchen aufsetzten.

### Die Ergebnisse im 800 Meter Lauf

Pauline Dinter	2:51,09 Minuten	410 Punkte	
Matilda Wigger	2:58,41 Minuten	380 Punkte	gesamt 790 Punkte
Emmi Weber	2:58,79 Minuten		
Sara Drach	2:59,16 Minuten		

## Leichtathletik Olpe

### Freude erleben



Mit einigen Beweglichkeitskunststückchen versuchen diese fünf Teammitglieder, ihren Kolleginnen und den mitgereisten Zuschauern ein wenig die Zeit zu vertreiben zwischen dem Abschluss der Wettkampfdisziplinen und der Siegerehrung. Für die Darstellerinnen Spaß und Entspannung pur, wie man sieht. Keinesfalls will man jedoch die Abschlusstabelle von unten betrachten, denn diese sieht gut aus.

Nach Abschluss aller Qualifikationswettkämpfe liegt Olpe/ Lennestadt hinter dem LC Paderborn, dem TV 1860 Minden, dem TV Gladbeck und der LG Olympia Dortmund auf Rang 5 der 8 stärksten Westfälischen Teams und ist damit sicher für das Finale am 29.9.2024 in Hagen qualifiziert.

Bis dahin soll aber noch einmal aufgerüstet werden. Eine Analyse zeigt auf, wo noch Luft nach oben ist.

<u>Disziplinen</u>	<u>Punkte</u>
4 x 100 Meter	1.123
100 Meter Sprint	1.035
80 Meter Hürden	1.010
Weitsprung	995
Hochsprung	950
Speer	885
800 Meter Mittelstrecke	790
Kugel	786

Die Tabelle zeigt anschaulich das Ergebnis, das sich sicherlich aus den bisherigen Trainingsanteilen im Jahresverlauf ergibt. Noch drei Wochen verbleiben bis zum Finale. Es liegt nun an den Trainern, für den Endspurt bis zum 29.9. die Strategie abzustecken.

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

6000 mm

750 mm

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

**Koch Werbetechnik**  
Am Bassenborn 5  
57482 Wenden - Hünsborn  
Tel. 02762 979733  
koch-werbetechnik.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.

### Das restliche Wettkampfprogramm bis zu den Herbstferien

- Samstag, 14.9.2024 Westfälische Meisterschaften U14 in Kamen
- Samstag/ Sonntag, 28.9./ 29.9. Westfälische Teammeisterschaften, Finale in Hagen
- Donnerstag, 3.10. Kinder- und Jugendsportfest in Wilnsdorf (Saisonabschluss)

### Der FLVW Rahmenterminplan für das Jahr 2025 im Entwurf

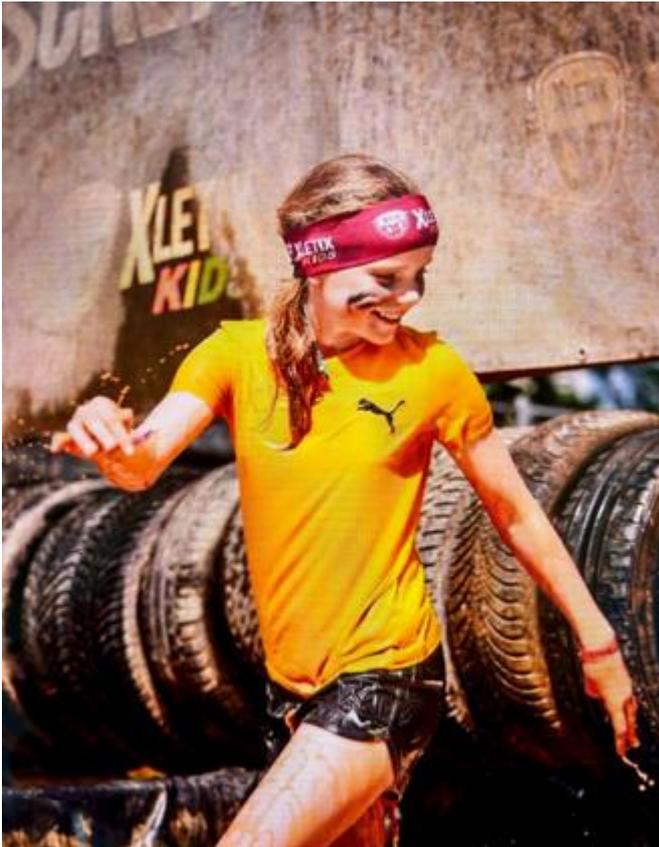
Gemäß dem Rahmenterminplan des FLVW für das Jahr 2025 sind die Hallentermine wie folgt gesetzt:

- Samstag, 25. Januar Westfälische Meisterschaften I
- Sonntag, 26. Januar Westfälische Meisterschaften II
- Sonntag 2. Februar Westfälische Meisterschaften III
- Samstag und Sonntag 15./16. Februar Deutsche Hallenmeisterschaften U 20
- Samstag und Sonntag 22./23. Februar Deutsche Hallenmeisterschaften der Männer und Frauen in Dortmund

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

**Spaß und Herausforderung für groß und klein**  
 Frieda Stamm am Start beim schlammigsten Event des Jahres



Ob klettern, hangeln, rutschen oder krabbeln, die Hindernisse beim Xletix Kids Köln am 31.8.2024 hatten für alle etwas zu bieten und forderten Geschicklichkeit, Gleichgewicht und Ausdauer. Manche Hindernisse machen aber auch einfach nur Spaß und lassen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen so richtig schlammig werden. Der Veranstaltungslogan lautet: **Wer nicht dreckig ist, war nicht dabei.**

Mittendrin und so richtig dabei war in Köln Frieda Stamm aus der Oper Trainingsgruppe A 4. Frieda hatte die Fun-Distanz über 3 Kilometer mit 10 Hindernissen gewählt und alle Anforderungen prima geschafft.

Zu den Hindernissen zählten unter anderem

- Seiltanz
- Ninja Jump
- Wasserrutsche
- Hangleiter
- Schlammbecken
- Und vieles mehr

Herzlichen Glückwunsch an Frieda für die super Leistungen.

### Gemeinschaftsprojekte in den kommenden Monaten

Gemeinsam mit den Sporthelfern hat unser Aktionskünstler Stefan Kämpfer wieder ein attraktives Rahmenprogramm vorbereitet, damit sich unsere Leichtathletinnen und Leichtathleten nicht nur beim Training und Wettkampf treffen können. Bis Ende des Jahres sind weitere drei Angebote geplant. Dies reicht von einer Erlebniswanderung bis Schlittschuhlaufen und Kart fahren.

Die Termine im einzelnen:

Samstag, 9.11.2024    Fahrt zur Kart-Bahn nach Dortmund

Samstag, 30.11.2024    Schlittschuhlaufen in Wiehl

Alle Infos und Möglichkeiten zur Anmeldungen finden Sie hier → <https://tvolve.de/aktionen.html>

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

### Gemeinschaftsprojekt: In das Land ohne Wiederkehr

Parallel zum Qualifikationswettkampf der WU16 zu den FLVW-Teammeisterschaften in Kreuztal trafen sich am Samstag einige mutige junge Athletinnen und Athleten am Parkplatz des Wald 'Grenzenlos'.



Gemeinsam mit einigen jungen Sporthelferinnen und Sporthelfern ging es auf eine abenteuerliche Reise 'in das Land ohne Wiederkehr'. In Kleingruppen zogen die jungen Helden durch die Rhonard und erlebten auf ihrer Wanderung verschiedene Abenteuer, wie die Überwindung eines Säuresees, der Begegnung mit den "Sonderlingen", dem Kampf mit einer Riesenspinne und deren Spinnennetz. Ziel war es, Tipps für den Fundort eines Schatzes zu erhalten.

Mal über Stock und Stein, mal auf dem Forstweg, mal Querfeldein, mal tief in der Hocke oder hoch über eine Slackline führte der Weg.

Am Ende kamen alle sicher an der Jahnhütte an, wo der Boss der Sonderlinge schon eine leckere Verpflegung für die jungen Helden vorbereitet hatte. Zuvor suchten diese nach erfolgreicher Durchquerung des Waldes noch den Schatz. Gebührend wurde der Fund gefeiert.

Nach ausgiebiger und leckerer Pause ging es zurück als Gesamtgruppe zum Ausgangspunkt. Wir danken unseren Sporthelferinnen und Sporthelfern für die Unterstützung und Begleitung der Forschergruppe.

**Wir bitten freundlichst, sich über unsere Partner und deren Angebote zu informieren und bei den Kaufentscheidungen bevorzugt zu berücksichtigen.**

Hinweise hierzu befinden sich auf der Homepage [www.skiclub-olpe.de](http://www.skiclub-olpe.de).

**Unter dieser Adresse sind auch alle Ausgaben der Montagspost abrufbar.**