

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kallis Montagspost

Ausgabe 22/2024 vom 30. September 2024

Finale der FLVW-Team-Meisterschaften

Etwas unerwartet, daher umso schöner – Dritter Platz für die WU16
Von Thorsten Kämpfer

Wenn am Ende einer langen Freiluftsaison zum Abschluss die FLVW-Team-Meisterschaften anstehen, ist dies Herausforderung und Motivation zu gleich.

Mit 7.574 Punkten und somit Qualifikationsplatz Fünf ging es am letzten Sonntag ins Erich-Berlet-Stadion nach Hagen. Konnten beim Qualifikationswettkampf in den sieben Einzeldisziplinen (100m, 80mH, Speer, Weit, Hoch, Kugel, 800m) sowie der 4x100m-Staffel jeweils vier Athletinnen plus zwei Staffeln gemeldet werden, so mussten sich die Trainer Dieter Rotter und Thorsten Kämpfer gemäß der Ausschreibung für das Finale auf drei Athletinnen plus zwei Staffeln beschränken. Die Auswahl der Athletinnen erfolgte am Sonntag u. a. nach aktuellem Gesundheitsstand sowie Trainingsbeteiligung. In Kombination mit der Reduzierung der Startplätze ergab sich für einige Athletinnen somit kein Einsatz am Sonntag. Trotzdem reiste das fast komplette Team mit nach Hagen, um die Freundinnen zu supporten und als Ersatzkräfte zur Verfügung zu stehen.

Im Lauf über die 80 m Hürden gingen Lisa Engels, Johanna Uelner und Mia Gross frühmorgens an den Start. Die drei Athletinnen waren hochkonzentriert und aufgeregt. Im zweiten Lauf ging Mia Gross an den Start. Eine ihrer Konkurrentinnen war Hürdenspezialistin Matilda Seibert von TV Gladbeck. Dies war für Mia ein richtiger Ansporn. Mit sieben Anlaufschritten bis zur ersten Hürde war Mia hervorragend unterwegs und brachte ihren Lauf nach 12,70 sec. und neuer persönlicher Bestzeit ins Ziel. Den zweiten Lauf hatte Johanna Uelner. Sie kam direkt vom Langzeit-Schulpraktikum ins Stadion und konnte somit die letzte Woche nicht trainieren. 13,24 sec. zeigte die Uhr am Ende ihres Laufes für sie an. In jedem ihrer Läufe strahlte sie über das gesamte Gesicht – dies verstärkte sich jetzt noch, als sie auch für sich selbst klar hatte, dass die Zeit über die 80 m Hürde eine neue Bestzeit ist. Lisa Engels ging mutig an den Start. Trainer Dieter hatte ihr zu einem 4er-Rhythmus zwischen den Hürden geraten – dies bot Sicherheit. Mit 15,08 sec. war sie nur 4/100 langsamer als beim Qualifikationswettkampf.



Fast parallel ging es für die Speerwerferinnen los. Sarah Leubner (Bild links), Emmi Weber, Paula Hesse und Julia Ochel gingen gemeinsam zur disziplinierten Vorbereitung. Aber Vier? Ersatzkraft Julia sollte sich genauso vorbereiten, damit bei einer spontanen Verletzung direkt reagiert werden konnte. Im Vorfeld hatten die Vier auch mit Paula Glasow trainiert, die es sich nicht nehmen ließ, den Speerwurf zu begleiten. Drei Würfe hatte jede Athletin, da musste alles passen. Sarah, Emmi und Paula gestalteten den Ablauf im 5er-Rhythmus. Und für Sara passte alles. Von 28,37 m auf satte 30,56 m und damit auf Gesamtplatz 2 in der Gruppe warf sie den 500gr-Speer. Die Freude war bei der jungen Athletin und den Teammitgliedern deutlich zu sehen. Eine kurze Anekdote am Rande. Eine Wette wurde mit Sara vereinbart, dass wenn sie erstmalig über 30 m wirft, sie noch im Stadion eine Runde

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

durchs Stadion als Wurfkönigin getragen wird. Dazu kam es zwar nicht, aber im Kreuzbergstadion gibt es ja auch eine Rundbahn. Emmi Weber und Paula Hesse waren die beiden weiteren Protagonisten. Beide zeigten sich agil und warfen den Speer auf Weiten von 17,58 m und 17,04 m. Im Teilergebnis brachte dies für die Mannschaft das drittbeste Ergebnis über alle Mannschaften ein.



Auf einer Nebenanlage fand der Kugelstoß statt. Juna Duwenbeck von der LG Olympia Dortmund zeigte eine gute Drehstoßtechnik. Ausschlaggebend beim Kugelstoß ist die optimale Übertragung der Körperkraft auf den Beschleunigungsweg der Kugel. Juna stieß die Kugel bis auf 10,98 m. An diese Weiten kommen unsere Athletinnen offen gesprochen derzeit nicht heran, arbeiten wir derzeit auf eine Technikänderung hin. Paulina Schröder überzeugte mit 8,32 m, Thea Köhler (Bild links) mit persönlicher Bestleistung und 8,05 m sowie Johanna Uelner mit 7,93 m.

Am Hochsprung nahmen Paulina Schröder, Frida Ax und Pauline Dinter teil. Paulina und Frida übersprangen jeweils 1,36 m; Pauline 1,40 m. Damit kam das Trio in der Gesamtbetrachtung nicht auf das Ergebnis im Qualifikationsdurchgang. Gemeinsam wird noch geschaut, woran es gelegen hat.

Im Weitsprung nahmen Alica Huperz, Leah Feldmann und Mara Kipke teil. Johanna Aitzetmüller bereitete sich als Ersatzkraft genauso vor, wie die drei Starterinnen. Innerhalb von drei Sprüngen den optimalen Absprung zu erreichen ist Angesichts der Einflussfaktoren u. a. Wind, Sprintschnelligkeit, Kraftreserven und Absprungverhalten schwierig. Alicia sprang 4,58 m und Mara 4,46 m und bestätigten damit ihr Qualifikationsleistung. Leah sprang 4,36 m. Ihr letzter Sprung wäre weit in die 4,50 m gewesen. Leider hatte sie 2 cm übergetreten – hier zeigten sich die Einflussfaktoren sehr deutlich. Eine kleine Anekdote auch hier am Rande. Obwohl man offiziell über die Vereine Mannschaftsgegner ist, hörte man die guten Wünsche und Gratulationen der Aktiven untereinander. Auch die Trainer können sich bei aller Konkurrenz aufeinander verlassen und baten um Rat, wenn es bei den eigenen Aktiven nicht recht klappen wollte.

Im Lauf über 100 m starteten Alea Bremecker, Mara Kipke und Greta Schneider. Am Ende einer langen Saison nochmals Bestzeiten zu zeigen, zeugt von Motivation und Leistungswille. Alea bewies dies und kam mit 13,03 sec. und neuer persönlicher Bestzeit auf Rang 3 der Gesamtliste. 13,41 sec. und somit 526 Punkte wurden für Mara gutgeschrieben. 14,18 sec. benötigte Greta für die Distanz. Damit lag sie etwa ein Zehntel über ihrer Zeit bei der Qualifikation.

Die Königsdisziplin ist die Staffel. Die erste Staffel in der Aufstellung wie bei den Deutschen Meisterschaften in Koblenz – Mara Kipke, Alea Bremecker, Johanna Uelner und Thea Köhler – gelang ein guter Lauf mit hervorragenden Wechseln und einer Zeit von 51,54 sec. Unsere zweite Staffel – zweite bei den diesjährigen U14-Meisterschaften über 4x75m – ging in der Aufstellung Mia Gross, Alica Huperz, Pauline Dinter und Johanna Aitzetmüller ebenfalls an den Start. Dies wurde zum wahren Krimi, gab es doch Probleme im Lauf. Der erste Versuch wurde wegen Problemen mit der Zeitmessung rückgeschossen. Der zweite und dritte Versuch ebenfalls, weil Fehlstart und anderer Probleme. Jedes Mal wieder zurück an den Startblock, Nerven beruhigen, Kräfte sammeln. Der vierte Versuch gelingt, Mia läuft auf Alicia, Alicia will auf Pauline wechseln, erreicht sie aber nicht mehr ganz, Staffelstab wird erst hinter dem Wechselzonenende übergeben. Disqualifikation. Enttäuschung im Staffeltteam. Mia, Alicia und

Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Pine laufen zu Johanna und drücken ihr bedauern aus und entschuldigen sich, dass Johanna ihren Sprintanteil nicht beenden kann. Auch das ist Team! Für die Punkte ist es nicht so tragisch, es wäre eh nur eine Staffel in die Wertung gekommen.

Am Ende dann noch der 800m-Lauf. Bis dahin liegen wir in der Gesamtwertung auf Platz Vier. Nur wenige Punkte hinter dem Dritten. Können unsere 800m-Läuferinnen noch Punkte gutmachen? Sie wissen es und doch wird es ihnen von außen nochmals gesagt. „Wir wissen es. Wir sind schon aufgeregt genug! Jetzt nichts mehr sagen!“ so ihre Reaktion. Sara Drach, Emmi Weber und Pauline Schröder laufen ihren 800m-Lauf. Werden von den Mannschaftsmitgliedern, die sich im Stadionrund verteilt haben, lautstark angefeuert. Bei Pauline sieht es fast nach einem gemütlichen Lauf aus. Sie ist aber mit 2:41,20 min und persönlicher Bestzeit unterwegs und bringt wichtige Punkte. Sara und Emmi sind im zweiten Lauf, laufen über 400 m parallel nebeneinander – ungewollt – und bringen den jeweils anderen dazu, sich weiter zu steigern. Am Ende geht Sara mit 2:49,28 min und Emmi mit 2:51,13 min. durch das Ziel. Reicht es für den Platz Drei? Augenscheinlich ja, erreichen die ersten Gratulationen anderer Trainer das Team aus Olpe.



Olpe/ Lennestadt erobert den Bronzerang in Hagen

Und dann ist es offiziell. Mit 7.690 Punkten erreicht die Startgemeinschaft Olpe-Lennestadt mit ihren Athletinnen aus Olpe plus Frida Ax und Greta Schneider von der TSG Lennestadt den Bronzeplatz. Nicht einzuholen waren der SV Minden (Platz 2 – 7.962 Punkte) und der LC Paderborn (Platz 1 – 8.068 Punkte).

BIGGE ENERGIE WÜNSCHT VIEL ERFOLG

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



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Die Freude der Mannschaft ist riesig. Herzliche Umarmungen. Die Mannschaft steht bis zur eigenen Siegerehrung Arm in Arm im Kreisrund, gratuliert durch Klatschen den anderen Mannschaften und läuft dann selbst zur Siegerehrung. Die mitgereisten Eltern sind ähnlich aus dem Häuschen wie das Team. Wer hätte es vermutet, dass die Mannschaft Dritte wird! Trainer Dieter Rotter hatte es im Gefühl, hatte es aber nicht kundgetan, um keinen Druck aufzubauen. Trainer Thorsten Kämpfer hatte in der Nacht einen Alptraum und träumte vom Team-Finale und dass das Team auf Platz 7 kommen würde. Hat er auch nicht kundgetan, um keinen Frust aufzubauen.

Die Siegesfeier war im Stadion nicht beendet, sondern in einem kleinen Schnellrestaurant in Hagen. Glückliche Athletinnen, glückselige Eltern und zufriedene Trainer. Das ist ein Saisonabschluss nach Maß. Wir gratulieren sehr herzlich!

Olpe und Kreuztal erfüllen Kooperation mit Leben

Schon seit geraumer Zeit nimmt die Olper Leistungsgruppe U18/ U20/ Frauen unter der Leitung von Michael Kluge und Paula Glasow das Angebot zur Zusammenarbeit mit dem Landesstützpunkt Kreuztal wahr. Verbunden damit ist unter anderem die Nutzung der Kreuztaler Infrastruktur. Dazu gehört zum Beispiel die Kunststoffbahn in der Kreissporthalle Siegen im Winterhalbjahr. Zudem werden gemeinsam angesetzte Trainingseinheiten in der Dortmunder Helmut-Körnig-Halle umgesetzt.



Gemischte Trainingsgruppe Olpe/ Kreuztal mit den Trainern André Kahrweg (hinten rechts) und Michael Kluge (vorn rechts)

Am vergangenen Samstag kam es zu einem Gegenbesuch der Kreuztaler Sportlerinnen und Sportler in Olpe. Im Zuge eines gemeinsamen 4-stündigen Trainings praktizierten Michael Kluge und André Kahrweg, Vollzeittrainer bei der LG Kindelsberg Kreuztal, eine Aufgabenteilung, auch um voneinander zu lernen.



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Kahrweg leitete im ersten Teil das Übungsprogramm im Rahmen des periodengerechten GA2-Grundlagentrainings. Die Olper Sportlerinnen lernten darin auch einmal andere Umfänge und Schwerpunkte in den Bewegungen auf der 100 Meter Sprintgeraden kennen und praktizieren.

Im zweiten Teil leitete Michael Kluge für den älteren Teil der Gruppe ein sprintorientiertes Krafttraining, das vorwiegend aus dem Gewichtheben mit der Langhantel bestand.

Die Kooperation in den genannten Altersklassen soll nach dem Willen der beiden Trainer auch künftig dem Ziel dienen, die Region Siegerland, Wittgenstein und Südsauerland als sportliches Schwergewicht im westfälischen Verbandsgebiet zu erhalten und zu fördern.

Athletinnen und Athleten aus den Olper Trainingsgruppen in den Bestenlisten

Mit dem Teamfinale in Hagen endet die diesjährige Freiluftsaison. Eine Gelegenheit, einmal auf die Platzierungen der Athletinnen und Athleten zu schauen, die in den Olper Trainingsgruppen trainieren.

1. Nationale Bestenliste TOP 20 des Deutschen Leichtathletikverbands, DLV

Hannah Bauermann	U 18	100 Meter Sprint	Ranglistenplatz 14
		200 Meter Sprint	Ranglistenplatz 6
		100 Meter Hürden	Ranglistenplatz 1 im Jg. 2008 !
			Ranglistenplatz 11
Hannah Brieden (LG Halver Schalksmühle)		100 Meter Hürden	Ranglistenplatz 17
Maja Blagojevic Hannah Bauermann Maja Tröster Anna Piwowarski	U 18	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 5
Maja Blagojevic Hannah Bauermann Maja Tröster Lena Hurajt	U 20	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 14

2. Landesbestenliste TOP 10 des Fußball- und Leichtathletikverbands Westfalen, FLVW

Hannah Bauermann	U 18	100 Meter Sprint	Ranglistenplatz 2
		200 Meter Sprint	Ranglistenplatz 1
		100 Meter Hürden	Ranglistenplatz 1
Hannah Brieden (LG Halver Schalksmühle)	U 18	100 Meter Sprint	Ranglistenplatz 4
		200 Meter Sprint	Ranglistenplatz 2
		100 Meter Hürden	Ranglistenplatz 2
Maja Blagojevic	U 18	100 Meter Sprint	Ranglistenplatz 7
		200 Meter Sprint	Ranglistenplatz 6
		100 Meter Hürden	Ranglistenplatz 6



Leichtathletik Olpe

Freude erleben

Maja Tröster (TSG Lennestadt)	U 18	100 Meter Sprint 200 Meter Sprint	Ranglistenplatz 8 Ranglistenplatz 3
Anna Piwowarski	U 18	Kugelstoßen	Ranglistenplatz 5
Annica Deblitz Hannah Bauermann Maja Tröster Julia Springob	Frauenklasse	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 3
Maja Blagojevic Hannah Bauermann Maja Tröster Anna Piwowarski	U 18	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 1
Maja Blagojevic Hannah Bauermann Maja Tröster Lena Hurajt	U 20	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 2
Mia Gross	W 13	75 Meter Sprint	Ranglistenplatz 7
	W 13	60 Meter Hürden	Ranglistenplatz 3
hochgemeldet:	W 14	80 Meter Hürden	Ranglistenplatz 3
Johanna Uelner	W 14	80 Meter Hürden	Ranglistenplatz 9
Sara Leubner	W 14	Speerwurf	Ranglistenplatz 5
Alea Bremecker	W 14	100 Meter Sprint	Ranglistenplatz 3
Mia Gross Alicia Huperz Pauline Dinter Johanna Aitzetmüller	U 14	4 x 75 Meter	Ranglistenplatz 2
Mara Kipke Alea Bremecker Johanna Uelner Thea Köhler	U 16	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 7
Wayne Reimold	M 15	100 Meter Kugelstoßen	Ranglistenplatz 6 Ranglistenplatz 11
Wayne Reimold Michel Kämpfer Louis Schmidt Gabriel Gross	U 16	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 7
StG Olpe/ Lennestadt mit Wayne Reimold	U 18	4 x 100 Meter	Ranglistenplatz 2

Allen Top-Platzierten einen ganz herzlichen Glückwunsch !!!

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.

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://tvolpe.de/aktionen.html>