

## Die Leichtathletikabteilung im TSV DUWO 08

### **Nikolauslauf 2013: Lisa, Désirée und das B-Mädchenteam siegreich**

Lisa Schellmann gewann den traditionellen Nikolauslauf im Forst Hagen am 08.12.2013 bei W 11 über 1.370m in 5:30 min, das Team der C-Schülerinnen wurde 3., mit Lisa, Frigga Goedecke und Lara Platzhoff. Bei den älteren Mädchen überzeugten Sara Lato als 2. und Jule Schumann als 3. (beide W 13) über die gleiche Strecke in 5:16 bzw. 5:17 min und Polli Wanser als 2. bei W 12 in 5:33 min. Als Team waren die drei nicht zu schlagen!



Mehr als die doppelte Strecke musste Désirée laufen, nämlich 3.170m. Sie legte einen Start-Ziel-Sieg bei den Frauen hin in 12:30 min. Und ihre B-Schülerinnen feuerten sie mit Begeisterung an - endlich qualte sich auch einmal eine Trainerin über die Strecke...



Unsere Beste bei den Jüngsten war Anna Meyer als 4., sie brauchte 5:23 min für 1.100m. Aber alle 12 Mädchen, die im Forst Hagen antraten, schlugen sich gut und konnten sich nach ihrem Lauf über einen Schokoladen-Nikolaus freuen.

Bei den Jungs blieben nur 6, die am Sonntag bei regnerischem Wetter auf die z.T. matschige Strecke gingen - sehr überzeugend zeigt sich Jan Donnig als 3. in schnellen 4:44 min über 1.100m.



### **Hallensaison 2014: unsere Schüler freuen sich über 8 Qualis für Hamburger Meisterschaften**

DUWO 08 war mit 11 Athleten beim Quali-Wettkampf am 11.01. in der Leichtathletikhalle vertreten, und immerhin 8 Qualis für die Hamburger Meisterschaften Ende Februar waren die Ausbeute.

Unsere Jüngsten mussten als erste ran und schlugen sich sehr gut - Max von Ramin (M 10) gelang im Weitsprung mit 3,27 m sogar die erste Quali, Bennet Schumann (auch M 10) verpasste nur knapp beide Qualis - 9 cm fehlten im Weitsprung und 17/100 über 50 m. Ähnlich knapp verfehlte Anna Meyer (sie ist erst 8 Jahre alt und startete bei W 10) die Weitsprung-Quali nur um 7 cm und die Sprintzeit um 23/100 s. Beim nächsten Mal klappt es bestimmt! Und Vanessa Rath (W 10) verbesserte sich sowohl im Sprint als auch im Weitsprung deutlich gegenüber ihrem ersten Wettkampf, konnte sich über neue Bestleistungen freuen.

Die Größeren waren recht erfolgreich: Söhnke wurde 2. im Weitsprung mit 4,61 m, Aslam Nabizad (beide M 13) leistete ihm im Wettkampf Gesellschaft. Merle Cohn und Lisa Schellmann (beide W 12) traten über 60 m an, Lisa konnte sich dabei genauso wie im Weitsprung (mit 3,63 m) qualifizieren. Auch Polli Wanser (W 13) schaffte beide Qualis, im Weitsprung mit 3,93 m (schon fast 4 m) und über 60 m. Dabei musste Polli gleich zweimal an den Start, gleich nach ihrem ersten Lauf, weil die Zeitnahme nicht funktioniert hatte...

5 unserer Schüler traten auch bei den gleichzeitig stattfindenden Hamburger Meisterschaften über 800m an: Söhnke De Groot (M 13) wurde 6. und erzielte mit 2:44,04 min von allen die beste Zeit, Linus Esch (9. bei M 11), Polli Wanser (8. bei W 13) und Lisa Schellmann (10. bei W 12) liefen alle fast die gleiche Zeit (um 2:57min), Lara Platzhoff (W 12) kämpfte tapfer trotz beginnender Erkältung.

Erfreulicherweise hat der Hamb. Leichtathletik-Verband dann nachträglich die Mindestleistungen ein wenig korrigiert - mit dem Ergebnis, dass unsere 3 C-Schüler, die ihre Qualis nur knapp verpasst

hatten, nun doch bei den Hamburger Meisterschaften ("Hamburgs Beste") starten durften! Anna Meyer, Max von Ramin und Bennet Schumann freuten sich nun riesig über die Doppelquali im 50m-Sprint und im Weitsprung freuen.

### **Hamburger Hallenmeisterschaften der A-Schüler: 3. Platz für Sara Lato im Kugelstoßen**

In diesem Jahr kann ein Teil unserer ältesten Schüler sogar schon in der A-Schülerklasse starten, so waren wir mit 6 Schüler (und einer Staffel) bei den Hamburger Meisterschaften der A-Schüler am 18./19.01. in der Leichtathletikhalle vertreten. Alle traten in der jüngeren Altersklasse M bzw. W 14 an.

Sara Lato konnte sogar eine Medaille mit nach Hause nehmen, sie wurde 3. im Kugelstoßen am Sonntag mit 7,71 m. Auch Annika Godecke erreichte den Endkampf im Kugelstoßen und wurde 8. mit 6,88 m.

Weitere Platzierungen unter den ersten 8 (und damit jeweils eine Siegerehrung) gab es im Weitsprung der Jungs und über 800m bei M und W 14: Jule Schumann wurde am Samstag über 800m 5. in 2:49,87 min, Antonia Rieken 8. in 2:56,77 min; die schnellste Zeit erreichte Felix Höppner als 5. in 2:47,53 min - neue Bestleistung für ihn.

Leider gab es am Samstag erhebliche Verzögerungen - unsere 800m-Läufer mussten schon 50 min auf ihren Start warten, noch mehr Geduld mussten dann die Läuferinnen der 4 x 200 m - Staffel Jule - Sara - Antonia - Polli Wanser (die Jüngste, noch W 13) aufbringen, bis sie endlich starten konnten. Und Annika wartete als Ersatzläuferin und anfeuernder Fan aufopferungsvoll mit... Mit einer bravourösen Schlussrunde brachte Polli als Schlussläuferin den Stab nach 2:05,39 min ins Ziel.

Im Weitsprung sprang Söhnke De Groot (noch M 13, er startete bei M 14) am Sonntag neue Bestleistung mit 4,70 m und wurde damit 5. Auch Felix Höppner verbesserte sich persönlich auf 4,14 m.

Jule und Antonia wagten sich am Sonntagmorgen noch an die 60 m Hürden, sie wurden mit 11,63 s (Jule) 9. bzw. 12,08 (Antonia) 12.



### **Jüngere Schüler: 3 x Gold, 2 x Silber und 1 x Bronze bei den Hamburger Meisterschaften**

Acht B- und C-Schüler hatten sich für die Hamburger Meisterschaften am Samstag, 22.02., in der Leichtathletikhalle qualifiziert - drei waren überaus erfolgreich und sammelten 6 Medaillen.

Am überraschendsten war der Meistertitel für Junis Mulayess im Kugelstoßen bei M 12 (7,88m), außerdem wurde er im Hochsprung mit 1,32m knapp an der Medaille vorbei 4. Söhnke De Groot (M 13) gewann den Hochsprung mit 1,53m und schlug dabei überraschend den starken Malte Stangenberg; im Kugelstoßen wurde er mit 10,09m Vizemeister, im Dreisprung mit 4,92m 3. - er gewann also einen kompletten Medaillensatz. Für beide Jungs bedeutete alles neue Bestleistungen!

Bei den B-Schülerinnen konnten sich Polli Wanser (W 13) und Lisa Schellmann (W 12) im 60m-Sprint und im Weitsprung qualifizieren, Polli verbesserte sich im Sprint auf 9,44s, Lisa gelangen zwei Bestleistungen mit 9,32s über 60m und 3,94m im Weitsprung. Beide bildeten zusammen mit Lenis Kersten und Lara Platzhoff unsere 4x100m-Staffel, die am Schluss des Tages lief.

Auch unsere C-Schüler konnten sich über Medaillen freuen: Linus Esch (M 11) siegte im Hochsprung mit 1,24m, im Sprint freute er sich besonders über einen unerwarteten 2. Platz und eine sehr gute neue Bestleistung mit 7,80s, im Weitsprung verfehlte er die 4m knapp (3,96m).



Max von Ramin und Bennet Schumann durften sowohl im Sprint als auch im Weitsprung antreten - beiden gelang je eine Bestleistung, Max mit 9,03s über 50m und Bennet mit 3,20m im Weitsprung.

Anna Meyer war die einzige C-Schülerin, die sich für Einzeldisziplinen qualifiziert hatte, sie konnte sich sowohl im 50m-Sprint auf 9,22s als auch im Weitsprung auf 3,10m ein wenig steigern. Zum Abschluss lief sie zusammen mit Max und Bennet die 6x40m-Pendelstaffel, verstärkt von Katharina Ameis, Marlene Hermans und Sanra Wolf, die "nur" als Ersatz nominiert war, sich trotzdem mit Begeisterung mit den anderen zusammen warm lief, sogar die Spikes schon an den Füßen hatte - als sich Linus bei seinem letzten Versuch über 1,30m im Hochsprung mit einem Pfosten anlegte und erst einmal seinen Fuß kühlen musste, statt Staffel zu laufen. Aber unsere Staffel lief ein bravourses Rennen auf Platz 11 von 17 Staffeln, obwohl sie auf ihren stärksten Sprinter in letzter Sekunde verzichten musste und ein Wechsel völlig missglückte. Das lässt für das nächste Mal hoffen, dass sie sich eine Siegerehrung erlaufen...



Schon am 19.01. fanden die Landesmeisterschaften für Hamburg und Schleswig-Holstein der Erwachsenen statt - hier waren unsere Trainerinnen an der Reihe. Isabella und Marielle waren zufrieden, nach dreijähriger Wettkampfpause mit einem 60m-Lauf endlich wieder eingestiegen zu sein.

### **Freiluftsaison 2014:**

#### **3 x Gold, 2 x Silber und 1 x Bronze beim Saisonstart im Mehrkampf**

Am Samstag (10.05.) starteten wir mit 6 Schülern bei den Hamburger Block-Meisterschaften in der Jahnkampfbahn. Block - das ist ein Mehrkampf mit 5 Disziplinen, für alle Sprint, Hürdensprint und Weitsprung für alle und je nach Block zwei weitere Disziplinen.



Söhnke De Groot (M 13) wurde im Block Sprint/Sprung (mit Hochsprung und Speer) ebenso Meister wie Felix Höppner (M 14) im Block Lauf (mit Ball und 2000m und Sara Lato im Block Wurf (mit Kugel und Diskus).



Jule Schumann (W 14, Block Lauf) und Annika Goedecke (W 14, Block Wurf) wurden 2., Antonia Rieken (14, Block Lauf) 3.



## Hamburger Mehrkampfmeisterschaften: Gold und Silber für Linus und Söhnke

Bei den Hamburger Mehrkampfmeisterschaften der Schüler wurde Söhnke De Groot (M 13) am 18.05. in einem hochklassigen Wettkampf 2. im Vierkampf. Nur Malte Stangenberg war besser, und er blieb nur wenige Punkte unter seinem Hamburger Rekord. Sönke stellte mit 1.913 Punkten insgesamt 4 neue Bestleistungen auf, im Vierkampf, im 75m-Sprint (10,17s), im Weitsprung übertraf er mit 5,03m erstmals die 5m-Marke und im Ballwurf mit 53,30m die 50m-Marke. Nur im Hochsprung blieb er mit 1,52m einen cm unter seiner Bestleistung.



Linus Esch (M 11) setzte sich in einem spannenden Vierkampf hauchdünn gegen seine Konkurrenten durch und zog nach der letzten Disziplin mit 8 Punkten Vorsprung an diesen vorbei (insgesamt 1.336 Punkte). Mit 4,06m gelang ihm im Weitsprung auch eine neue persönliche Bestleistung.

Auch Junis Mulayess trat im Vierkampf an - schließlich ist der Hochsprung, der den Dreikampf zum Vierkampf macht, seine beste Disziplin, mit 1,32m sammelte er im Hochsprung die meisten seiner 1.362 Punkte.

Jan Donnig, Luca Gatzweiler (beide M 10) und Katharina Ameis (W 11) absolvierten alle einen Dreikampf, alle drei hatten den Weitsprung als stärkste Disziplin. Unser Jüngster, Jan (Jahrg. 2005), schlug sich wacker bei der Altersklasse M 10 (Jahrg. 2004) und freute sich riesig, es als 8. sogar zur Siegerehrung geschafft zu haben.



## Kinderzehnkampf am 24.05.2014:

Am 24.05. fand im Sportpark Oldenfelde der Kinderzehnkampf für unsere Jüngsten statt. Bei schönem sonnigem Wetter gingen mit Matti, Mika, Jannik, Jan, Noaé, Anna und Luca sieben Kinder an den Start – sie hatten viel Spaß bei allen 10 Disziplinen, u.a. Turmbausprint, Biathlon, Hochweitsprung, Raketenwurf und 30m-Hindernis-Lauf.

Der Älteste war Luca (Jahrg. 2004), mit einer guten Leistung besonders im Stoßen belegte er den 6. Platz, und unser Jüngster war Matti (5 Jahre). Sein älterer Bruder Mika startete gemeinsam mit Jannik und Jan in einer Riege (Jg. 2005). Alle drei zeigten einen tollen Wettkampf, in dem Mika den 6. Platz und Jannik den 5. Platz belegte, Jan wurde sogar 2. und konnte sich über einen richtigen Pokal freuen.

Anna und Noaé (beide Jg. 2005) bewältigten auch die teilweise neuen und anspruchsvollen Disziplinen wie Reifenweitwurf und Stabweitsprung. Noaé konnte sich über den 6. Platz freuen; Anna kämpfte bis zum Ende um den Sieg mit, am Ende wurde sie in einer engen Entscheidung mit dem sehr guten 3. Platz und einem Pokal belohnt.

