

## Die Leichtathletikabteilung im TSV DUWO 08

Hinter uns liegt eine Winter- bzw. Hallensaison, an der wir erstmals mit einer großen Truppe teilnehmen konnten - ein ganz ungewohntes Gefühl, und alle Trainer haben alle Hände voll zu tun...

Super Abschluss der Sommersaison 2012 für Söhnke:

Erstmals fand das **"Fest der 1000 Zwerge"** des HSV in den Herbstferien statt. Obwohl seine Trainer deshalb schon im Trainingslager waren, ließ Söhnke De Groot es sich nicht nehmen, am 30.09. daran teilzunehmen. Und er nutzte das für neue Bestleistungen im Hochsprung, wo er mit 1,34m den 3. Platz belegte, und mit 4,17m im Weitsprung (9. Platz). Im Sprint blieb er über 50m wie bei den Hamburger Schulmeisterschaften mit 7,91s deutlich unter 8 Sekunden, er gewann dann den B-Endlauf mit 7,92s.

Ein erfreulicher Saisonabschluss für unsere Abteilung!

### **Hamburger Waldlaufmeisterschaften** am Sonntag, 11.11.12

8 unserer Schüler traten bei super Laufwetter (12° C und sogar Sonne!) in Hausbruch bei den Hamburger Waldlauf-Meisterschaften an. Sie mussten dabei immerhin eine für Hamburger Verhältnisse anspruchsvolle Steigung bewältigen, die Jüngeren auf 1.400m einmal, die Älteren auf 2.400m zweimal... Und die C-Mädchen bekamen sogar ein Team zusammen, mit dem sie den 5. Platz belegten.

Das beste Einzelergebnis gelang Hauke De Groot (M 8) als 6., sein großer Bruder Söhnke (M 11) wurde ebenso wie Greta Heimbach (W 13) 7. Mit deutlich verbesserter Ausdauer erkämpfte Polli Wanser (W 11) sich einen 8. Platz, ebenso wie unser Jüngster, Mika Näthe (M 8). Antonia Rieken (W 12) und Lara Platzhoff (W 10, zeitgleich mit der 8.) verpassten als 9. nur knapp eine Siegerehrung, auch Merle Cohn (W 10) schlug sich tapfer und trug ihren Teil zum 5. Platz des Mädchen-Teams bei.



Zufrieden, das persönlich Beste gegeben und sogar einen kleinen "Berg" gemeistert zu haben, konnten dann alle Wettkämpfer den schönen Sonntag mit ihren Familien (fast alle als Zuschauer dabei) genießen.

Unsere neue Kindergruppe hat dafür gesorgt, dass wir nun mindestens mit der doppelten Anzahl an Teilnehmern zu Wettkämpfen fahren und längst nicht mehr das kleinste Team stellen.

Erstmals mit 17 Athleten traten wir am 02.12.2012 beim **Nikolauslauf in Ahrensburg** an, besonders viele unserer Jüngsten sahen sich zum ersten Mal bei einem Wettkampf am Start und waren entsprechend aufgeregt.

Die 11 D-Schüler und jünger (die Jüngsten waren erst 6 Jahre alt) hatten 1.100m zu laufen, die 4 C-Schüler 1.370m und die beiden A-Schülerinnen sogar 2.750m. Das Wetter spielte einigermaßen mit

- es war trocken und mit 2 °C nicht bitterkalt. Wir haben das auch schon anders erlebt, mit Regen, Kälte und Matsch, in dem die Lafschuhe stecken bleiben!



Am Ende konnten alle einen Schokoladen-Nikolaus in Empfang nehmen und sich an heißem Tee wärmen.

**Hallensaison 2013:** Wer an den Hamburger Meisterschaften (eigentlich heißt es jetzt „Hamburgs Beste“, weil es in der neuen Schülerleichtathletik offiziell keine Meisterschaften mehr gibt..) im Sprint und im Weitsprung teilnehmen wollte, musste sich am **26.01. beim Ausscheidungswettkampf** qualifizieren - und damit unter die besten 24 in jeder Disziplin und Altersklasse kommen.

Von 17 Kindern, die am Start waren, gelang das immerhin 9, vier davon schafften sogar beide Qualis im Sprint und im Weitsprung - insgesamt 13 Qualis waren eine gute Ausbeute.

Alle, die in den letzten Monaten regelmäßig trainiert haben, konnten sich deutlich verbessern - besonders unsere "großen" Mädchen, die selbst bei Kälte, Regen und Schneefall donnerstags auf dem DUWO-Platz trainieren, freuten sich über neue Bestleistungen.

Gleich zwei Qualis schaffte Jule Schumann mit den herausragenden Ergebnissen als 5. im Weitsprung mit 4,22m und als 7. über 60m mit 9,07s, ebenso Carlotta Kniebel (beide W 13). Auch Antonia Rieken (W 13) war im Weitsprung erfolgreich, Polli Wanser (W 12) fehlten nur 12cm zur Quali, ebenso Annika Goedecke nur wenig über 60m.



Für 9 Schüler, vor allem die jüngeren, war es der erste größere Wettkampf - sie mussten sich erst einmal in der beeindruckenden Leichtathletik-Halle orientieren. Unsere jüngste Starterin war Matilda Goos (8 Jahre), die schon beim Nikolauslauf gezeigt hat, dass sie laufen kann...

Die Jungs hatten ein wenig das Pech gepachtet - sowohl Linus Esch (M 10) als auch Söhnke De Groot (M 12) sprinteten beide sehr gut (Quali geschafft) und verletzten sich leider anschließend bzw. während des Rennens. Linus war



schon bald wieder hergestellt, aber Söhnke musste auf einen Start bei den Hamburger Meisterschaften leider verzichten. Amon Kohlenberg (M 10) und Niklas Suwalski (M 13) konnten sich bei ihrem ersten Start schon im Weitsprung qualifizieren, Felix Höppner und Chris Odenthal gelang jeweils die "Doppel-Quali".

**Der Höhepunkt der Hallensaison, die Hamburger Meisterschaften**, fanden verteilt auf zwei Wochenenden statt und brachten für Jule Schumann endlich die verdiente Medaille!



Kleine Mannschaft - große Ausbeute: nur vier unserer Schüler, und zwar ausschließlich unsere "großen" Mädchen, die B-Schülerinnen, traten am Samstag, 09.02., bei den **Hamburger Meisterschaften über 800m** in der Leichtathletikhalle an.

Jule Schumann holte sich sehr verdient ihre erste Medaille (bei W 13) und erzielte mit 2:39,62 min eine sehr erfreuliche Zeit. Antonia Rieken verfehlte die Siegerehrung der besten 8 nur um einen Platz in 2:54,57 min, obwohl sie von einer Erkältung noch gehandicapt war. Und Rieke Koopmann hatte Pech, wurde beim Start durch den Sturz einer anderen Läuferin (und einen kleinen Schubs wohl) selbst zu Sturz gebracht, lief aber wacker ins Ziel und überholte noch andere Läuferinnen.



Polli Wanser im jüngeren Jahrgang (W 12) lief mit 2:56,52 min auch unter 3 min und wurde damit erfreuliche 8. Das lässt auf eine gute 3 x 800m-Staffel im Sommer hoffen!

Bei den **Hamburger Meisterschaften am 23.02.2013** traten wir mit 15 Athleten an, davon 7 ausschließlich in den beiden Staffeln eingesetzt. Leider mussten wir verletzungsbedingt auf unsere Medaillenkandidaten Söhnke De Groot (M 12) und Jule Schumann (W 13) verzichten - Jule startete zwar im 60m-Vorlauf, konnte dann aber wegen Rückenschmerzen schweren Herzens nur noch zu sehen...

12 Mädchen und 3 Jungs gingen an den Start, das beste Ergebnis gelang Sara Lato (W 13) bei ihrem ersten Start. Sie erreichte im Kugelstoßen mit 6,81 m den Endkampf und wurde damit 6.



Bei den B-Schülerinnen waren wir mit 6 Mädchen plus Staffel gut vertreten; außer Sara stießen noch Annika Goedecke (10.) und Rieke Koopmann (12.) Kugel, Jule Schumann und Carlotta Kniebel sprinteten 60m und verfehlten in 9,14 s und 9,20 s als 10. und 11. den Endlauf nur um 11/100. Im Weitsprung fehlte zwar unsere 4m-Springerin Jule, aber Carlotta Kniebel und Antonia Rieken pirschten sich an diese Marke heran - Carlotta blieb mit 3,85 m nur knapp unter ihrer Bestleistung, Antonia verbesserte ihre Hallenbestleistung ein wenig auf 3,84 m, sie wurden 14. und 15.



Unsere Staffel (4x100m) mit Carlotta - Antonia - Annika - Polli verpasste mit Pech einen Platz unter den besten 8 und damit die Siegerehrung. Für Jule sprang Polli Wanser ein - extra herbei telefoniert kam sie 25 min vor dem Start in die Halle geeilt, und lieferte dann ein mutiges Rennen mit Kampf bis zum Schluss. Leider war der Wechsel von Antonia auf Annika durch eine andere Staffel erheblich behindert worden, so blieb am Ende der 10. Platz (von 20 Staffeln).

Nach Söhnkes Verletzung war bei den Jungs nur Felix Höppner (M 13) am Start, er wurde im Weitsprung mit 3,73 m 16. und über 60m in 9,71 s 18.

Bei den C-Schülern nahm Amon Kohlenberg am Weitsprung teil (3,05 m). Viel Aufregung bot die Pendelstaffel, 6 x 2 x 40 m, gemischt aus Jungs und Mädchen: Alle liefen je 40 m einmal mit und einmal ohne Hürden. Unsere Neulinge Junis Mulayess (M 11) - Lara Platzhoff (W 11) - Merle Cohn (W 11) - Sanra Wolf (W 10) - Matilda Goos (W 9) - Paulina Clauder (W 10) kämpften tapfer und ließen immerhin zwei Staffeln hinter sich.



Als letzter Hallenwettkampf fand am **06.04. das Kinder-Hallensportfest des SC Urania und des Hamburger SV** in der Leichtathletikhalle statt - mal mit ganz anderen Wettbewerben, als sonst üblich: Unsere 10 D-Schüler (8 Mädchen, 2 Jungs) durften sich an einem 30m-Lauf über 50 cm hohe Hürden, im Weitsprung, beim Zielwerfen auf markierte Kreise an einer Wand sowie in einem abschließenden 300m-Lauf versuchen. Die 3 C-Schüler, alles Jungs, hatten ein etwas anderes Programm: 50m Hürdensprint, vier Versuche im Risiko-Scher-Hochsprung, von denen die besten drei gewertet wurden (das klappte leider nicht ohne Fehler), Medizinballstoß mit links und mit rechts sowie zum Abschluss einen 400m-Lauf, also zweimal über die Rundbahn mit erhöhten Kurven.

## Sommersaison 2013:

**Am 28.04.** starteten wir mit 18 Schülern beim **alljährlichen Sportfest „jüngster Nachwuchs“** der LG Alsternord im Schulzentrum Süd in Norderstedt. Die Ausrichter wurden von der großen Zahl der Meldungen von Vereinen selbst aus Schleswig-Holstein überrascht - und unsere Schüler mussten sich in Geduld üben, Schlange stehen war angesagt. Immerhin war es sonnig und trocken (aber ganz schön frisch!).

Dabei waren die froh, die pünktlich anfangen durften - die C-Schüler wurden leider ein wenig vergessen, mussten eine Stunde bis zum ersten Einsatz warten und hätten den abschließenden Hochsprung dann quasi bei Flutlicht absolvieren müssen (nicht ganz..., aber nach zwischen 19 und 20 Uhr wären sie vielleicht fertig geworden). Die Mehrheit verzichtete daher auf den Hochsprung, auch unsere 3 Jungs (schade, Linus und Junis springen gerade so gerne hoch).

Die herausragenden Ergebnisse lieferten bei den **B-Schülern** Söhnke De Groot als 2. bei M 12 nur 36 Punkte hinter dem Sieger und neuem persönlichem Rekord im Vierkampf (1.479 P.) und im Ballwurf (41 m), sowie Einstellung der Hochsprung-Bestleistung (1,34 m), Sara Lato mit einem guten 35 m Ballwurf und insgesamt nur 7 P. weniger als Söhnke, Annika Goedecke übersprang ebenso wie Sara 1,22 m im Hochsprung – neue Bestleistung für sie. Polli Wanser verbesserte sich im Weitsprung auf 3,62 m, Felix Höppner erzielte mit 27 m Ballwurf eine neue Bestleistung – trotzdem hatte Chris Odenthal im internen „Duell“ mit Felix knapp die Nase vorn.



Das beste Ergebnis der C-Schüler erzielte Linus Esch mit 8,44 s im 50m-Sprint – damit war er der viertbeste seiner Altersklasse und der mit Abstand schnellste Duworaner! Junis Mulayess überzeugte im Ballwurf mit 35 m.

Bei den „Kleinen“, den D-Schülern, ragten Anna Meyer als 4. in einem großen Teilnehmerfeld bei W 8 heraus (besonders gut ihr Weitsprung mit 2,90 m und der 50m-Sprint), Matilda Goos als 5. bei W 9 (sie freute sich besonders über den in 9,77 s gewonnenen 50m-Lauf), Hauke De Groot mit zwei 30m-Würfen und unser jüngster Lino Kohlenberg als 3. bei M 7.



Aber auch die anderen Teilnehmer konnten mit ihren Leistungen zufrieden sein, hier alle in der Übersicht:

Die „Großen“, also die B-Schüler:

Mädchen:		75m-Sprint	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf	Punkte
(W 13)	14. Sara Lato	12,27 s	3,63 m	1,22 m	35,00 m	1.472
	18. Annika Goedecke	12,06 s	3,67 m	1,22 m	24,50 m	1.400
(W 12)	22. Polli Wanser	12,44 s	3,62 m	verzichtet	21,00 m	1.000
Jungs:						
(M 13)	8. Chris Odenthal	11,95 s	3,67 m	1,14 m	22,00 m	1.181
	9. Felix Höppner	12,46 s	3,56 m	1,10 m	27,00 m	1.146
(M 12)	2. Söhnke De Groot	11,63 s	3,86 m	1,34 m	41,00 m	1.479

In der mittleren Altersklasse der C-Schüler:

Jungs:		50m-Sprint	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf
(M 11)	Junis Mulayess	9,30 s	3,30 m	zu spät	35,00 m
(M 10)	Linus Esch	8,44 s	3,50 m	zu spät	25,00 m
	Amon Kohlenberg	9,41 s	2,98 m	verzichtet	verzichtet

Für unsere „Kleinen“, die D-Schüler, gab es einen Dreikampf (ohne Hochsprung):

Mädchen:		50m-Sprint	Weitsprung	Ballwurf	Punkte
(W 09)	5. Matilda Goos	9,77 s	2,65 m	19,00 m	745
	12. Vanessa Rath	10,55 s	2,58 m	10,00 m	541
(W 08)	4. Anna Meyer	9,89 s	2,90 m	11,50 m	661
	18. Isabell Kohl	10,77 s	2,30 m	10,50 m	492
Jungs:					
(M 09)	10. Hauke De Groot	10,57 s	2,83 m	30,00 m	621
	23. Luca Gatzweiler	11,32 s	2,32 m	20,00 m	412
	24. Erik Steinmann	10,54 s	2,35 m	7,50 m	312
(M 08)	7. Mika Näthe	10,16 s	2,56 m	16,50 m	482
(M 07)	3. Lino Kohlenberg	10,94 s	2,34 m	18,00 m	417

