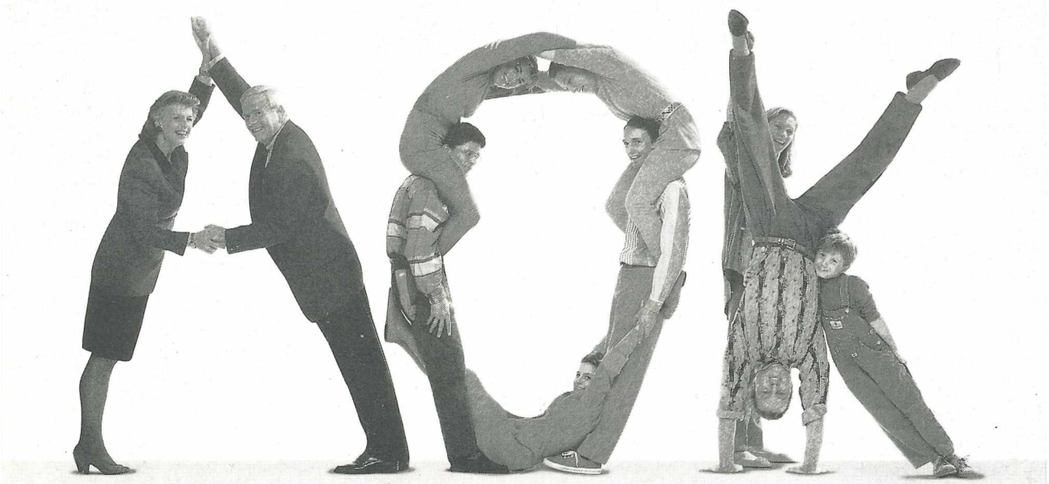
Postvertriebsstück — Gebühr bezahlt
V 1371 E
Schleswig-Holsteinischer
Leichtathletikverband e.V.
Winterbeker Weg 49
2300 Kiel 1

HERRN 1-04-00020-01* 1
BERND HAUSMANN

KOPENHAGENER ALLEE 44

2300 KIEL 1

Deutschlands größte Gesundheitsbewegung.



Aktion: Überlegen bewegen.

Regelmäßige Bewegung ist das A + O für ein gesundes Leben. Ob Sie sich auf den Kopf stellen, laufen oder untertauchen - wir helfen Ihnen, sich von Kopf bis Fuß gesund zu bewegen.

Holen Sie sich die aktiven Tips zum Fitbleiben und Wohlfühlen jetzt bei Ihrer AOK.

Für Ihre Gesundheit machen wir uns stark.

AOK
Die Gesundheitskasse.

Nr. 1 — 15. Jahrgang — 18. Januar 1993 — ISSN 0930-1674 V 1371 E

startschuß

Die Zeitschrift des Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verbandes e.V.

Wechselbörse 1992/93

Erfolg beim DLV-Talent-Cross

Seniorenbilanz

Lehrbeilage Kugelstoßen

. . . und 12mal »starte doch mal in«

Telekom MEETING
8. Meeting der Meister
KREISSPORTHALLE SEGEBERG
24. Januar 1993 - 15 Uhr

IMPRESSUM

Herausgeber:
Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband e.V. (SHLV), Winterbeker Weg 49, 2300 Kiel 1, Tel. (04 31) 64 86 122 Fax 648 61 92

Redaktion:
SHLV-Pressewart
Siegfried Konjack (verantwortlich)
Flamweg 84, 2200 Elmshorn,
Tel. 0 41 21 / 2 02 22, Fax 2 02 82
Ständige Mitarbeiter: Renate Dethloff, Rainer Detlefsen, Hans-Jürgen Krannig,
Layout: Ingeborg Konjack

Produktion:
Fotosatz und Gestaltung
Christian Ibarth
Gustav-Falke-Straße 13, 2400 Lübeck 1,
Tel. (04 51) 59 75 18, Fax 59 72 55

Erscheinungsweise:
Elfmal im Jahr zum 20. des Monats.

Abonnements-Preis:
40,00 DM pro Jahr, einschließlich Postgebühren und Mehrwertsteuer.
Die Abonnementsgebühren sind auf das Konto

SHLV-startschuß
Sparkasse Kiel
Nr. 1900 1221 (BLZ 210 501 70)

zu überweisen.

Einzelverkaufspreis:
3,50 DM zuzüglich Versandkosten.

Aufgrund Ihrer Bestellung werden Sie eine Vorausrechnung für das laufende Kalenderjahr erhalten. Die regelmäßige Lieferung beginnt umgehend nach Eingang Ihrer Zahlung. Für den weiteren Bezug werden Sie jeweils im Januar eine Jahresrechnung erhalten.

Ein Abonnement gilt für die Dauer eines Jahres. Es verlängert sich für die gleiche Zeit, wenn es nicht zwei Monate vor Ablauf schriftlich gekündigt wird.

Bei Nichterscheinen ohne Verschulden des SHLV oder infolge höherer Gewalt ist der SHLV von der Lieferpflicht entbunden. Es besteht kein Anspruch auf Entschädigung. Der Bezugspreis wird nicht erstattet.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des SHLV oder der Redaktion dar.

Für unverlangt eingesandte Fotos und Manuskripte wird keine Haftung übernommen. Die Rücksendung erfolgt nur bei Rückporto.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des SHLV und unter voller Quellenangabe.

Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste vom Januar 1992.

Die Zeitschrift **startschuß** ist Pflichtblatt für alle Vereine in Schleswig-Holstein mit Leichtathletik-Abteilungen.

Zwei engagierte Personen zurückgetreten

*Mit **Kirsten Gerhardt,** der Jugendwartin im SHLV, und **Uwe Lorenzen,** SHLV-Kampfrichterwart, ziehen sich zwei Personen aus dem Verbandsleben zurück, deren Posten ein Jahr vor den nächsten Wahlen sicher schwer wieder zu besetzen sind.*

*Die Eckernförderin **Kirsten Gerhardt,** eine »Berufsjugendliche«, die viel für den SHLV-Nachwuchs getan hat, steht seit geraumer Zeit wieder im Berufsleben. Ebenfalls ist ihre Zeit durch berufliche Veränderungen ihres Mannes knapper geworden. Daher ist dieser Schritt geradezu verständlich. Schade! — Denn gerade Kirsten, eine der wenigen Frauen, die im SHLV in der Verantwortung standen, stellt als emanzipierte Frau etwas dar, ist ausgestattet mit der nötigen Sensibilität und braucht nie die Ellenbogen einzusetzen. Nicht hoch genug einzuschätzen ist ihr Engagement um die Ferienlager des SHLV in Wyk/Föhr.*

*Als **Uwe Lorenzen** aus Flensburg das Amt des Wettkampfwartes von Hans Springer übernahm, war man froh, einen kompetenten Nachfolger gefunden zu haben. Uwe hat mit Stehvermögen, Sachverstand und einem gesunden »Ego« diese arbeitsintensive Aufgabe über mehrere Jahre hervorragend gemeistert. In Flensburg übernahm er eine weitere Aufgabe in der Kommunalpolitik, mit der allein er ausgelastet ist.*

Auf dem letzten Verbandstag konnte man ihn noch einmal für die Fortführung des Amtes des Kampfrichterwartes gewinnen, da seine Arbeit durch Einführung eines Kampfrichterausschusses entlastet wurde. Im Vorfeld der Planung zur WM in Stuttgart ist unser Wettkampfwart beim DLV leider »durch die Maschen« gefallen«. Trotz der Intervention von Peter Frost bleibt es dabei. Uwe Lorenzen zog daraus seine persönlichen Konsequenzen. Ein Schritt, der mir verständlich erscheint. Schade, daß der DLV und der SHLV bei den DM Jugend-Mehrkampf 1993 in Lübeck auf diesen fähigen Mann verzichten müssen.

Vielen Dank für Euren Einsatz. *Siegfried Konjack*

Kirsten Gerhardt und Uwe Lorenzen

Titelfoto: Die Hochspringerinnen Heike Henkel und Andrea Arens-Baumert waren 1992 beim 7. »Meeting der Meister« in Bad Segeberg dabei Foto: Konjack

5. 2. 93

Redaktionsschluß

Erscheinungstermin der Februar-Ausgabe ist der 20. Februar 1993. Bis zum 5. 2. 1993 müssen Ihre Beiträge und Anzeigenwünsche den startschuß, Siegfried Konjack, Flamweg 84, 2200 Elmshorn, erreicht haben. Später eingehende Briefe können für die Februar-Ausgabe leider nicht berücksichtigt werden. Bitte beachten Sie diesen Termin.

Geburtstagskinder

22. 01. 40 Peter Lentzsch; 22. 01. 38 Dr. Sonnenschein;
25. 01. 39 Lutz Nebenthal (DLV); 24. 01. 17 Otto Ludzuweit;
10. 02. 37 Volker Dethloff; 13. 02. Hans Hansen;
12. 02. 47 Ulrich Mehlert

Geburtsdaten bitte an den startschuß, Flamweg 84, 2200 Elmshorn.

Endgültiger Terminplan 1993

Januar			
10. 01.	Landeshallenmeisterschaften Mittelstrecken 3000 m SA, 2000 m SiA, 3000 m u. 800 m A/B-Jugend, 3000 m und 800 m Männer/ Frauen (gemeinsam mit M/V und HH)	Rostock
23. 01.	Landeshallenmeisterschaften A-Jugend - Einzel -	Bad Segeberg
24. 01.	TELEKOM-Meeting der Meister	Bad Segeberg
27. 01.	Internationale ADH-Hallenmeisterschaften	Frankfurt/Main
30./31. 01.	Landeshallenmeisterschaften Männer/ Frauen, B-Jugend - Einzel	Bad Segeberg
Februar		
05. 02.	Landeshallenmeisterschaften Gehen - Alle Klassen (offen für MV und HH)	Malente
07. 02.	Landesmeisterschaften im Cross- und Waldlauf - alle Klassen -	Lübeck
13./14. 02.	Norddeutsche Hallenmeisterschaften Männer/Frauen - Einzel -	Berlin
20./21. 02.	Deutsche Hallenmeisterschaften Jugend - Einzel -	Dortmund
27./28. 02.	Deutsche Hallenmeisterschaften Männer/Frauen - Einzel	Sindelfingen
27./28. 02.	Landeshallenmeisterschaften Mehrkampf Männer/Frauen (gemeinsam mit M/V, offen für HH)	Malente
März		
06./07. 03.	Landesmeisterschaften Senioren - Einzel -	Schwerin
06./07. 03.	Deutsche Meisterschaften im Crosslauf - alle Klassen -	Rhede
12.-14. 03.	Hallenweltmeisterschaften Männer/Frauen - Einzel -	Toronto/Can.
13./14. 03.	Landeshallenmeisterschaften Mehrkampf A- u. B-Jugend	Malente
20. 03.	Verbändekampf der A-Jugend	Bad Segeberg
21. 03.	Deutsche Meisterschaften Straßenlauf (1/2-Marathon und 7,5 km)	Chemnitz
28. 03.	Landeshallenmeisterschaften Block-wettkampf Schüler/innen A	Malente
28. 03.	Cross-Weltmeisterschaften	Amorebieta/ Spa.
April		
04. 04.	Landesmeisterschaften Straßenlauf Schüler, Jugend, Männer/Frauen, Senioren/Seniorinnen	Büdelsdorf
18. 04.	Deutsche Meisterschaften Marathon	Hannover
24./25. 04.	Welt-Cup der Geher	Monterrey/Mex.
Mai		
08. 05.	Deutsche Meisterschaft Straßenlauf Senioren/Seniorinnen (1/2 Marathon)	Kandel/Pfalz
09. 05.	Norddeutsche Meisterschaften und Landesmeisterschaften - Gehen - 10 km u. 20 km	Eisenhüttenstadt
09. 05.	Landesmeisterschaften Langstaffeln	Norderstedt
15. 05.	Deutsche Meisterschaften 10.000 m Männer/Frauen, Junioren	Trier
15. 05.	Landesmeisterschaften Hammerwurf Schülerinnen A, B-Jugend, Junioren u. Senioren	Medelby
15./16. 05.	Landesmeisterschaften Mehrkampf Männer/ Frauen, Junioren/Juniorinnen (gemeinsam mit M/V und HH)	Hamburg
20. 05.	Landesmeisterschaften im Bahngehen Schüler/innen A, Jugend (im Rahmen der Kreismeisterschaften)	Marne
22. 05.	DMM — Bundesliga - Nordgruppe -	Lübeck
22./23. 05.	Jugend Mehrkampf-Cup	Dresden
22./23. 05.	Landesmeisterschaften Vierkampf und Achtkampf Schüler/innen A	Schleswig
23. 05.	Norddeutsche Meisterschaften DMM - Regional -	Magdeburg
23. 05.	Landesmeisterschaften Blockwettkämpfe B-Jugend	Henstedt-Ulzburg
23. 05.	Deutsche Meisterschaften - Gehen -	Kerpen-Horrem
23. 05.	Hamburg-Marathon	Hamburg
29./30. 05.	Europa-Veteranen-Meisterschaft - Straßenlauf -	Upicé/ Tschechei
Juni		
05./06. 06.	ADH-Meisterschaften - Einzel -	Heidelberg
05./06. 06.	Landesmeisterschaften - Einzel - Männer/Frauen und B-Jugend	Itzehoe
09. 06.	Landesmeisterschaften 10.000 m Senioren/innen	Kiel
12. 06.	Landesmeisterschaften Blockmehrkämpfe Schüler/innen A	Preetz
13. 06.	Deutsche Meisterschaften 5000 m weibliche Jugend	Jena
13. 06.	Landesmeisterschaften - Einzel - A-Jugend	Kiel
19./20. 06.	Landesmeisterschaften - Einzel - Senioren/innen	Bad Oldesloe
19./20. 06.	Landesmeisterschaften - Mehrkampf - A- und B-Jugend	Lübeck
19./20. 06.	Deutsche Meisterschaften - Mehrkampf - Männer/Frauen, Junioren/innen	Vaterstetten
26. 06.	Junioren-Länderkampf - U 19 -	Lübeck
26. 06.	Landesmeisterschaften Marathon Männer/Frauen, Senioren/innen	Gettorf
26. 06.	Deutsche Meisterschaften Schüler - Mehrkampf -	Lage
26./27. 06.	**Freies Wochenende für Kreismeisterschaften**	
26./27. 06.	Europa-Cup-Finale - Einzel -	Rom/Italien
Juli 1993		
02.-04. 07.	Deutsche Meisterschaften - Einzel - A- und B-Jugend und Männer/Frauen Staffeln -	Dortmund
08.- 19. 07.	Universiade	Buffalo/USA
09.-11. 07.	Deutsche Meisterschaften - Einzel - Männer/Frauen	Duisburg
10./11. 07.	Europa-Cup - Mehrkampf -	Oulo / Finnl.
16.-18. 07.	Deutsche Meisterschaften Senioren I	Erfurt
24./25. 07.	Norddeutsche Meisterschaften Männer/ Frauen - Einzel -, Hammerwurf Senioren	Hamburg
24./25. 07.	Norddeutsche Meisterschaften Senioren/innen - Einzel -	Schwerin
29. 07. - 01. 08.	Europameisterschaften der Junioren - Einzel -	San Sebastian
August		
07./08. 08.	Deutsche Meisterschaften Blockwettkämpfe B-Jugend und Schüler/innen A	Bad Oeynhausen
08. 08.	Norddeutsche Meisterschaften Straßenlauf Männer/Frauen und Senioren/innen	Emmertal/NS
08. 08.	Norddeutsche Meisterschaften Junioren - Einzel -	Osterode/Harz
11. 08.	Landesmeisterschaften Junioren/innen - Einzel - (im Rahmen eines Sportfestes)	Pinneberg
13.-22. 08.	Weltmeisterschaften	Stuttgart
15. 08.	Senioren/innen Mehrkampf und Fünfkampf Männer und Junioren	Halstenbek
22. 08.	Landesmeisterschaft DMM-Landesliga Männer/Frauen	Lübeck
27./28. 08.	Deutsche Meisterschaften Senioren II	Minden
28. 08.	Ostsee-Cup	Rostock
29. 08.	Landesmeisterschaften DJMM und DSMM	Pinneberg
September		
03.-05. 09.	Deutsche Meisterschaften Mehrkampf A- und B-Jugend	Lübeck
04./05. 09.	Deutsche Meisterschaften Junioren/innen - Einzel -	Berlin
05. 09.	Schüler-Verbändekampf	Lüneburg
11. 09.	Deutsche Meisterschaften DAMM	Hamburg
12. 09.	Landesmeisterschaften Schüler/innen A - Einzel -	Flensburg
12. 09.	SHLV-Cup Männer/Frauen und Jugend (überregional)	Neustadt
18. 09.	Landesmeisterschaften 10.000 m Männer/ Frauen, Junioren und 5.000 m A-Jugend	Fahrdorf
18./19. 09.	Deutsche Meisterschaften DJMM/DSMM	Gaggenau
18./19. 09.	Nord-Cup der Jugend (B-Jugend)	Schwerin
19. 09.	SHLV-Cup Schüler	Bad Segeberg
25. 09.	Deutsche Meisterschaften - 100 km-Lauf -	Waldniel
25./26. 09.	Kleine Deutsche Meisterschaften	Alzenau
Sept.*	LM Junioren 3 x 1000 m-Staffeln (im Rahmen eines Bahnabschlußsportfestes	Lübeck
Oktober		
03. 10.	Weltmeisterschaften Halbmarathon	Brüssel/Belg.
03. 10.	Deutsche Meisterschaften - Berglauf -	Berchtesgaden
07.-17. 10.	Weltmeisterschaften der Veteranen	Miyazaki/Japan
16. 10.	Landesmeisterschaften im 100 km-Lauf	Kiel
31. 10.	Welt-Cup Marathon	S. Sebastian/ Spanien
31. 10.	Norddeutsche Meisterschaften - Marathon -	Herzlake
Novemer		
07. 11.	Berlin-Ekideen	Berlin

* genauer Termin wird noch festgelegt. Information erfolgt im »startschuß«!

Wechselbörse 1992 / 93

Vereinswechsel innerhalb des SHLV

	von	zu
Richter, Benjamin	TSV Klausdorf	LG Albatros Kiel
Möller, Gerhard	SC Fortuna Wellsee	LG Albatros Kiel
Rieck, Mathias	Lauftreffverein Kiel-Ost	LG Albatros Kiel
Bersch, Sven	Möllner SV	LBV Phönix Lübeck
Huppers, Jörg	LG Wedel/Pinneberg	LBV Phönix Lübeck
Voß, Sven-Martin	LG Neumünster	THW Kiel
Andersen, Ole	Spiridon Schleswig	LG Neumünster
Nüß, Martin	Polizei SV Eutin	LG Neumünster
Börger, Otto	Krummesser SV	Ratzeburger SV
Becker, Marcus	LBV Phönix Lübeck	Ratzeburger SV
Viersbach, Willi	Gut Heil Neumünster	LG Albatros Kiel
Thöming, Johannes	Rendsburger TSV	TSV Klausdorf
Dr. Hauschild, Axel	THW Kiel	TSV Kronshagen
Knäsche Thomas	LG Wedel/Pinneberg	TSV Kronshagen
Conrad, Roland	TSV Klausdorf	TSV Kronshagen
Nölle, Dirk-Olaf	TSV Klausdorf	TSV Kronshagen
Peters, Dirk	MTV Lübeck	LBV Phönix Lübeck
Kath, Martin	LG Hanse	LBV Phönix Lübeck
Neumann, Marco	TSV Klausdorf	LBV Phönix Lübeck
Andresen, Ole	Spiridon Schleswig	LG Neumünster
Clauß, Thomas	FC Voran Ohe	LG Glinde
Deckert, Bernd	TSV Malente	Preetzer TSV
Tiemann, Hans	WSV Tangstedt	LG Henstedt-Ulzburg
Dr. Eger, Karl-Heinz	MTV Heide	Ahrensburger TSV
Anderson, Donovan	TSV Travemünde	Preetzer TSV
Westphal, Torsten	TSV Travemünde	Preetzer TSV
Timpke, Dirk	TSV Travemünde	Preetzer TSV
Brockmann, Hinrich	TSV Travemünde	Preetzer TSV
Mäkert, Stefan	TSV Travemünde	LBV Phönix Lübeck
Murmann, Sven	Rendsburger TSV	SG Athletico Büdelsd.
Gericke, Dirk	TSV Eddelak	Tura Meldorf
Hagemann, Günter	TuS Lübeck	Post SV Lübeck
Vierk, Ingo	TSV Klausdorf	SV Fehmarn
Bauer, Dan	LG Medelby-LK Weiche	SV Friedrichsgabe
Lange Henning	Rendsburger TSV	Kieler TB
Mues, Claudia	Halstenbeker TS	Kieler TB
Coyle, Rebecca	MTV Heide	Tura Meldorf
Frank, Inken	TSV Brunsbüttel	Kieler TB
Zentner, Marga	Rendsburger TSV	Büdelsdorfer TSV
Martens, Dörte	Ahrensburger TSV	LG Wedel/Pinneberg
Schiweck, Ursula	TSV Klausdorf	LAV Husum
Gille, Ulrike	Ahrensburger TSV	LG Wedel/Pinneberg
Burchard, Mirjam	LG Henstedt-Ulzburg	LBV Phönix Lübeck
Möller, Esther	LG Oberelbe	SC Rönnau 74
Buchholtz, Julia	Bredstedter TSV	LAV Husum
Meyer-Bondiek, Gudrun	Krummesser SV	Ratzeburger SV
Kiske, Rosie	Krummesser SV	Ratzeburger SV
Radziwill, Christine	Krummesser SV	Ratzeburger SV
Sieburg, Ute	Krummesser SV	Ratzeburger SV
Teske, Martina	Krummesser SV	Ratzeburger SV
Westphal, Nina	LBV Phönix Lübeck	LG Wedel/Pinneberg
Lindig, Gunda	Möllner SV	Ahrensburger TSV
Hucke, Sonja	MTV Heide	Kieler TB
Haas, Nicoline	Halstenbeker TS	Ahrensburger TSV

Abgänge in andere Landesverbände

	von	zu
Wentzel, Heidrun	TSV Ratekau	LG Seesen (MTV Seesen)
Streng, Antje	TSV Tinnum 66	LV Nordrhein
Gudd, Bianca	LBV Phönix Lübeck	Walddörfer SV in der LAV Hamburg Nord
Köhler, Imke	SC Rönnau 74	LG Olympia Dortmund
Duveneck, Katja	Halstenbeker TS	TK Hannover
Gritzmann, Anja	TSV Glinde	Oststeinbeker SV
Westphal, Yvonne	TSV Glinde	Oststeinbeker SV
Schultz, Stefan	TSV Glinde	Oststeinbeker SV
Simon, Jendrik	TSV Glinde	Oststeinbeker SV
Müller, Christian	TSV Glinde	Oststeinbeker SV
Schulz, Jan A.	TSV Glinde	Oststeinbeker SV
Gritzmann, Jan	TSV Glinde	Oststeinbeker SV
Streng, Jürgen	TSV Tinnum 66	LV Nordrhein
Boysen, Eike	THW Kiel	LG Göttingen
Melzer, Oliver	TSV Travemünde	ESV Münster
Lüning, Sebastian	LG Wedel/Pinneberg	LG Göttingen
Meyer, Joachim	Halstenbeker TS	LAV Hamburg-Nord
Heinke, Sebastian	Ahrensburger TSV	Hammer Park Hambg.
Murr, Torsten	TSV Klausdorf	LG Alsternord Hambg.
Schwabe, Christian	TSV Klausdorf	LG Alsternord Hambg.

Zugänge aus anderen Landesverbänden

	von	zu
Kauf, Sabine	SG Ludwigsburg	LAV Husum
Reile, Aennchen	AMTV Hamburg	Ratzeburger SV
Brokof, Hilke	OSC Berlin	LBV Phönix Lübeck
Haker, Dietlinde	USV Potsdam	Ahrensburger TSV
Geinitz, Regina	USV Potsdam	Ahrensburger TSV
Heins, Helmut	LG LAC Ost/SV Polizei Hamburg	Ahrensburger TSV
Schütz, Valerie	Hamburger SV	LG Wedel/Pinneberg
Schilbach, Frank	Hamburger SV	LG Wedel/Pinneberg
Kloppe, Herwald	LG Hansa-Stuhr	THW Kiel
Krempin, Jürgen	LG LAC/SPV Hamb.	LG Wedel/Pinneberg
Gatermann, Uwe	Hamburger SV	LBV Phönix Lübeck

starte doch mal in . . .

Bönningstedt/Hasloh

Der SV Rugenbergen veranstaltet am **Sonntag, dem 21. Februar 1993** in Hasloh (Kreis Pinneberg) im Pfingstwald seinen 13. Waldlauf. Beginn 10 Uhr.

Es kommen folgende Wettbewerbe zur Austragung: SD 750 m; SiD 750 m; SC 1400 m; SiC 1400 m; SB 1750 m; SiB 1400 m; SA 2800 m; SiA 1750 m; Jedermannlauf 1750 m; MJA/B 3500 m; WJA/B 2800 m; Frauen u. AK 2800 m; Männer u. AK 5250 m.

Wanderpokale: Schülerinnen A-D. Senioren/innen (alle Altersklassen Ges.-Wertung) Für beide Pokale werden die ersten 10 Plätze der jeweiligen Läufe gewertet. Weiter werden bei der weiblichen Jugend, männl. Jgd. B, SA, SB u. SiB Mannschaftswanderpokale vergeben. In den Schülerklassen erfolgt Jahrgangswertung.

Meldegeld: Erwachsene 3,- DM; Jugendliche 2,50 DM; Schüler 2,00 DM; Nachmeldungen + 1,- DM.

Meldungen bis **18. Februar** an SV Rugenbergen, Ellerbeker Str. 27, 2087 Bönningstedt. Auskünfte: Jens Einecke, 0 40 / 556 71 96.

Anfahrt: BAB A 7 bis Ausfahrt Schnelsen, dann weiter auf B 4 in Richtung Quickborn.

Norderstedt

Jubiläumssportfest — »25 Jahre Breitensport SV Friedrichsgabe«.

Am Sonntag, **06. 06. 1993.** Waldstadion, Lawaetzstraße. Beginn: 10.00 Uhr.

Genaue Angaben über Aktivitäten folgen im startschuß April 1993. — Heidi Haase, Tel. 0 40 / 522 19 54.

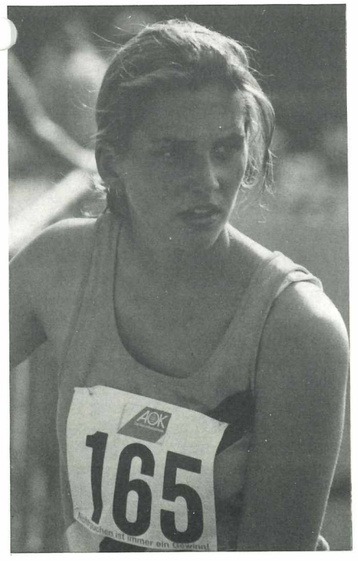
Einigkeit macht stark

Wechselbörse 1992/93 unter der Lupe von Siegfried Konjack

Die Leichtathletik lebt nicht nur von den Sensationen, sondern auch von ganz normalen personellen Veränderungen. Im schleswig-holsteinischen Leichtathletik-Verband mit seinen derzeit 18.986 Mitgliedern macht der Wechsel zum Jahresende 1992/93 mit 85 Athleten lediglich 0,44% aus. Die Quote wird bei einigen Vereinen positive Veränderungen auslösen, andere Vereine mit geringen Mitgliederzahlen jedoch zur Bedeutungslosigkeit abdriften lassen.

Ein Wechsel in einen anderen Landesverband wird die Gemüter bewegen; denn mit dem Fortgang der sympathischen Imke Köhler vom SC Rönnau zur LG Olympia Dortmund verläßt uns ein hoffnungsvolles Nachwuchstalent, das sich in der vergangenen Saison außerordentlich gut in Szene setzte. Eine junge Athletin, die offensichtlich gewillt ist, nach vorn zu kommen und auch bereit ist, die Entbehrungen in Kauf zu nehmen, die einer Leistungssportlerin abverlangt werden. Das Zeug dazu hat sie, und in ihrem engeren Umfeld sieht man diesen Fortgang mit einem lachenden und einem weinenden Auge. Dr. Jochen Eigenherr und auch Landestrainer Burkhard Stuntz sind sich darin einig, daß Imkes sportliche Zukunft über den besser ausgestatteten Westen laufen muß.

Nach einem 1/2jährigen Stipendium in den USA wird Imke Journalistik studieren. Schon mit Beginn der Hallensaison konnte sie in Dortmund optimal trainieren, und die Staffelkollegen Andrea Arendt, Silke Knoll und Sandra Kuschmann dürften für die 4 x 400 m-Staffel in ihr eine verläßliche Partnerin gefunden haben. Wir freuen uns auf die nächsten Rennen.



Die spritzige Esther Möller wechselte zum SC Rönnau

Der SC Rönnau hat in der spritzigen Esther Möller von der LG Oberelbe für die 4 x 100 m-Staffel ein gutes Equivalent gefunden.

Eine weitere Teilnehmerin an den Junioren-WM bleibt unserem Verband erhalten. Die in Hamburg lebende 17jährige Claudia Mues wechselt zum Kieler TB. Die mehrfache deutsche Jugendmeisterin wird in ihren Spezialdisziplinen Kugelstoßen und Diskuswurf mit dem 56jährigen Cottbusser Günter Berg, ehemaliger DDR-Verbandstrainer, einen hochqualifizierten Partner haben, den der Kieler TB ab 1993 verpflichten konnte. Zudem dürfte die Frauenlandesrekordhalterin Kugel eine interessante Ergänzung für das Bundesligateam sein. Mit Sonja Hucke (MTV Heide) stößt eine weitere Technikerin zum Kieler TB. — Ein Verlust für die Halstenbeker TS um Jochen Stoldt, der mit dem Abschied von Christine und Simone Pohl, die in der Berufsausbildung stehen und sich die Freizeit anders gestalten möchten, auf vier erfolgreiche Nachwuchsathletinnen verzichten muß, denn Jugendsprecherin Nicoline Haas wechselt zum Ahrensburger TSV.

Der attraktive Mannschaftswettbewerb dürfte auch für die Ahrensburger Ulrike Gille und Dörte Martens den Ausschlag für den Wechsel zur LG Wedel/Pinneberg gegeben haben. Die »Gelbhemden« konnten mit Nina Westphal von der LBV Phönix Lübeck ein aufstrebendes Mittelstreckentalent gewinnen, das sowohl in der Cross-Saison als auch bei den Bahnwettbewerben gut in die Mannschaft integriert werden kann.

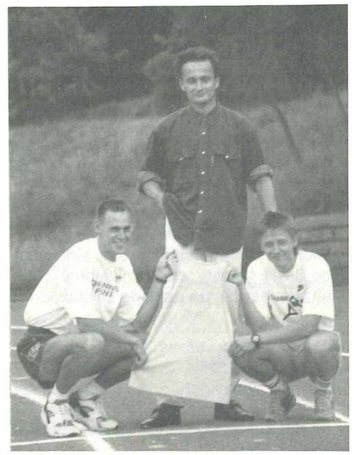
Dafür verpflichteten die »Lübecker Adler« Jörg Huppers von der LG Wedel/Pinneberg, der den Hochsprung zwar nicht vernachlässigen wird, sich jedoch verstärkt dem 10-Kampf widmen wird und gut zum Team Tilmann Colberg und Torsten Bielert paßt. Nach einem kurzen Intermezzo wird die LG Wedel/Pinneberg ebenfalls Fabio Matthias an den HSV abgeben, dessen Vater in der Hamburger Leichtathletik in die Verantwortung geht.

Mit Jürgen Krempin, Jg. 58, kehrt ein »alter« 400 m-Spezialist aus Hamburg zur LG We/Pi zurück, und der Hammerwerfer Valerie Schütz aus der GUS (BL 72 m), wird eine Schwachstelle in diesem Bundesligateam bereinigen.

Insgesamt zehn Athleten haben sich für den LBV Phönix Lübeck entschieden, und der »Coach« kann sich u. a. über eine neue 4 x 100 m-Staffelzusammensetzung freuen. Uwe Dick, Björn Schönefeld bilden zusammen mit Marco Neumann (ex-TSV Klausdorf) und Sven Bersch (ex-Möllner SV) nun ein hoffnungsvolles Quartett. — Mögen dann auch die anderen Wechsel klappen!

Einen weiteren Gewinn im »Wechsel-Börsenspiel« kann der TSV Kronshagen verbuchen; denn das Quartett Dr. Axel Hauschild (ex-THW Kiel), Thomas Knäsche (ex-LG We/Pi) sowie Roland Conrad und Dirk-Olaf Nölle (ex-TSV Klausdorf) bilden nach der Papierform ein »Dream-Team«, das sich zumindest auf Landesebene gut in Szene setzen wird.

Um den Travemünder TSV, der mit herausragenden Erfolgen, u. a. durch die Sprinterin Yvonne Köpke und eine Klasse-Jugendstaffel 3 x 1000 m, solide Nachwuchsarbeit leistete, wird es mit dem Fortgang von Torsten Westphal, Donovan Anderson, Dirk Timpke sowie Hinrich Brockmann zum Preetzer TSV sicherlich stiller.



Sven Murmann, Stefan Schmitz, Jörg Ringeloth — SC Athletico Büdelsdorf

Über viele Jahre wurde Sven Murmann schon zum Inventar des Rendsburger TSV gezählt. Der 28jährige wechselte mit seinem Heim nun auch seinen Verein. Die SG Athletico Büdelsdorf um Stefan Schmitz und Jörg Ringeloth präsentiert sich mit dem Neuzugang nun als leistungsstarkes Trio.

Hoch im Norden, bei der LAV Husum, verstärkte sich das Frauenteam um Dagmar Knudsen. Sie hat es geschafft, mit Ursel Hinz, Uesula Schiweck (ex-TSV Klausdorf) und Sabine Kauf von der SG Ludwigsburg, die eine Marathon-BL von 2:50 Std. stehen hat, eine schlagkräftige Langstrecken-Frauenmannschaft aufzubauen, die auch bei deutschen Meisterschaften gut aussehen wird.

Wenn diese Konzentrationen auch als positiv anzusehen sind, so sollten wir jedoch nicht die kleinen Vereine vergessen, die gute Aufbauarbeit geleistet haben. — Sie dürfen bei dem Rekordstreben nicht auf der Strecke bleiben.

Ihnen gilt ebenfalls unsere Aufmerksamkeit; denn viel schwieriger ist es heute, »junge Pflänzchen« zu pflegen und weiterhin für unsere Sportart zu begeistern, damit die Leichtathletik auch in Zukunft die Rolle spielt, die sie verdient.

Viel Glück für die neue Saison 1993.

Fair geht vor

Noch immer ist die Seniorenleichtathletik bei uns in der Abteilung Breitensport angesiedelt. Doch was wir z. B. auf unseren Seniorenlandesmeisterschaften erleben, ist echter Leistungssport. Die Bedenken der Ärzte, vor allem hinsichtlich der Schnellkraftübungen, dürften sich schon lange selbst widerlegt haben. Wie der DLV-Seniorenwart Hans Axmann kürzlich erklärte, »wurde bewiesen, daß auch der alternde Mensch trainierbar ist«. Aus dieser Erkenntnis heraus sind Bestenlisten für Senioren durchaus vertretbar und bekommt eine Saisonbilanz für Senioren einen Sinn.

Im vergangenen Jahr konnte man schon bei der Erstellung der Bestenliste notwendigen Durchsicht der Ergebnislisten bemerken, daß die Basis der Seniorenleichtathletik geschrumpft ist, ein Eindruck, der auch beim Besuch der vor gar nicht so langer Zeit noch übervollen Seniorensportfeste bestätigt wurde. So ist es auch nicht allzu überraschend, daß die Zahl der in der Seniorenbestenliste unseres Landes aufgenommenen Leistungen von 1692 (1991) auf 1548 recht erheblich zurückgegangen ist, d. h. eine geringere Basis brachte als unmittelbare Folge auch weniger herausragende Leistungen.

Logischerweise muß der direkte Vergleich mit dem Vorjahr etwas ernüchtern. Auch wenn wir fünf Jahre, d. h. eine ganze Altersklasse, zurückgehen, wird das Resultat nicht günstiger. Sind die »fetten« Jahre der schleswig-holsteinischen Seniorenleichtathletik vorüber?

Vergleich der 6. Plätze der Landesbestenlisten von 1992 mit 1991

Alterskl.	besser	gleich	schlechter
M 30	8	—	15
M 35	7	—	8
M 40	11	1	9
M 45	6	2	8
M 50	7	1	15
M 55	7	—	11
M 60	7	—	8
M 65	4	—	2
	56	4	74
W 30	11	—	6
W 35	3	—	2
W 40	4	—	10
W 45	4	—	4
W 50	7	1	5
W 55	1	—	4
	30	1	31
Summe	86	5	105

Vergleich der 6. Plätze der Landesbestenlisten von 1992 mit 1987

Alterskl.	besser	gleich	schlechter
M 30	11	—	9
M 35	1	—	15
M 40	8	—	14
M 45	4	1	12
M 50	7	1	14
M 55	15	—	1
M 60	8	—	7
M 65	2	—	7
	56	2	78
W 30	10	—	2
W 35	4	—	3
W 40	2	—	7
W 45	5	—	5
W 50	9	—	3
W 55	3	—	1
	33	—	21
Summe	89	2	99

Der Kamm der Leistungswelle ist bei den Männern inzwischen bei den 55jährigen angelangt. Aber auch da ist der Höhepunkt anscheinend schon überschritten. Bei den Frauen sieht es wesentlich günstiger aus. Die Leistungsspitze der W 45 / W 50 hat ein bemerkenswert hohes Niveau. Als Positivum ist zu vermerken, daß die früher beklagte Leistungsschwäche der Jungsenioren doch im Schwinden begriffen ist. Wenn auch die Teilnehmerzahlen bei den M 30 / W 30 immer noch nicht befriedigen, so ist das Niveau der Leistungsspitze hier doch wieder merklich angestiegen. Das ist sicherlich mit ein Verdienst der ehrgeizigen Leistungsgruppen, die sich beim LBV Phönix Lübeck (M) und beim Büdelsdorfer TSV (W) gebildet haben. Ähnlich beherrschende Leistungsgruppen gibt es beim Ahrensburger TSV (M 40/45), beim TSV Klausdorf (M 50) und bei der LG Elmshorn (M 60). Mit ihnen haben die ersteren drei Vereine bei der DAMM-Endkämpfen des DLV große Erfolge nach Schleswig-Holstein geholt. Sie wurden 2., 3. und 1.! Dazu kamen völlig unerwartet die ausgezeichneten Plazierungen der Damen in der W 30 (Ahrensburger TSV 3. und Phönix Lübeck 5.) und der W 50 (LG Elmshorn 5.).

Übrigens war dieses sonnenreiche Jahr ein Jahr der Sprinter (im Vergleich mit 1991 mit 15 : 3 : 8 und 9 : 2 im Vorteil!) und der Werfer (17 : 13) und 9 : 7), während bei den Langstrecken und Straßenläufen z. T. erhebliche Abstriche gemacht werden mußten (4 : 16 und 3 : 8).

Hans-Georg Both analysiert

Daß sich trotz des beschriebenen Abwärtstrends die schleswig-holsteinische Seniorenleichtathletik noch immer auf einem hohen Niveau befindet, zeigt die ungewöhnlich gute Ausbeute bei Meisterschaften. Während sich in der allgemeinen Klasse die Jüngeren mit einem 3. Platz (Kerstin Herzberg auf der Langstrecke im Crosslauf) bescheiden mußten, konnten unsere Senioren ihre schon im letzten Jahr als außerordentlich hoch eingestufte Zahl (32) der deutschen Meister und Vizemeister mit 37 noch einmal steigern! Mit Doppelmeistertiteln ragten hier Marianne Hamm aus Dänischenhagen (Kugelstoßen und Diskuswerfen in W 65) und Ingrid Lorenz aus Trittau (100 m und Weitsprung in W 65) besonders heraus. Auch die Senioren-Europameisterschaften im »nahe« gelegenen Kristiansand/Norw. beflügelten als besonderer Trainingsanreiz unsere Leistungsspitze. 16 (!) Meistertitel, 6 zweite und 16 dritte Plätze sind für ein so kleines Bundesland ein schier unglaubliches Ergebnis. Doppelmeister wurden: Fritz Assmy (TSV Bargteheide) im 100 m-, 200 m- und 400 m-Lauf der M 75, Ilse Bellin (Medelby) im Diskus- und Hammerwurf der W 70, Inge Schütt (Möllner SV) im 800 m- und 1500 m-Lauf der W 60, Dieter Zschiesche (Friedrichsgabe) im 5 km-und 20 km-Gehen der M 50, Regina Meinlschmidt (THW Kiel) im 5 km- und 10 km-Gehen der W 40, Erika Springmann (Phönix Lübeck) im Hochsprung und Fünfkampf der W 45.

Die räumliche Verteilung der Schwerpunkte der Seniorenleichtathletik wird sich innerhalb eines Jahres nicht grundlegend ändern, doch sind auch 1992 gewisse Trends feststellbar. Die Position der »Großen«, Stormarn und Pinneberg, wurde noch weiter verstärkt. Nordfriesland ist auf seinen »angestammten« 3. Platz wieder zurückgekehrt. Mit Bedauern muß die Schrumpfung in den Kreisen Schleswig-Flensburg (- 46) und Segeberg vermerkt werden. Letzterer verzeichnete einen Rückgang von fast 50%. Vor nur fünf Jahren lag er noch an 3. (!) Stelle dieser Rangliste.

Verteilung der Bestenlistenplätze auf die Kreise

	1985	1988	1991	1992
Stormarn	375	367	388	397
Pinneberg	211	214	161	178
Nordfriesland	135	151	116	121
Rendsb./E'för.	127	95	151	119
Plön	89	95	116	114
Lübeck	144	140	120	111
Lauenburg	116	132	116	99
Schlesw./Fl'b.	27	98	142	96
Kiel	107	94	78	82
Ostholstein	26	37	68	46
Steinburg	65	75	43	43
Dithmarschen	59	56	51	39
Neumünster	100	110	63	38
Segeberg	136	106	65	33
Flensburg	31	42	18	32

Nur geringe Abweichungen weist die Vereinsrangliste nach Bestenlistenplätzen von der bereits in der diesjährigen Landesbestenliste veröffentlichten Rangliste nach Meisterschaftspunkten auf, jedenfalls im oberen Teil. Die Führung hält unangefochten die LG Elmshorn. An zweiter Position hat sich der Ahrensburger TSV geschoben, was zu erwarten war nach den beiden spektakulären Mannschaftserfolgen. Er verdrängte den auch nicht gerade erfolgsarmen TSV Klausdorf knapp auf Platz drei. Wie schwer es ist, sich in diesen Rängen zu verbessern, erlebte der SV Großhansdorf, der sich trotz 19 Mehrplätzen auch in diesem Jahr nur auf Platz 5 setzen konnte. Zuzsammen mit Phönix Lübeck bilden diese fünf Vereine eine leicht abgesetzte Spitzengruppe. Aufsteiger der Saison ist eindeutig der durch 21 Mehrplätze von Platz 17 auf Platz 8 (!) vorgeschnellte Spiridonclub aus Bad Oldesloe, der seine Aktivitäten seit einiger Zeit nicht mehr ausschließlich auf den Ausdauersport beschränkt. Ebenfalls einen guten Sprung nach vorn machten die Sportfreunde List (vom 28. auf den 17. Platz). Mit Bedauern muß man bei beiden traditionsreichen Vereinen Neumünsters einen erneuten deutlichen Rückgang feststellen.

Die besten Frauenmannschaften kamen 1992 aus Großhansdorf (35), Elmshorn (33) und Ahrensburg (32), gefolgt von Phönix Lübeck (26) und dem Büdelsdorfer TSV (23). Die meisten herausragenden Langlaufergebnisse (ab 3000 m) gingen auf das Konto des TSV Klausdorf (42), der 1992 ganz offensichtlich die stärkste Frauen-Laufgruppe stellte. Es folgten mit dem wiedererstarkten LAV Husum (39), dem Möllner SV (32) und dem TSV Glücksburg 09 ausgesprochene Laufvereine.

Vereinsrangliste nach Bestenlistenplätzen

Platz (Vorjahr) Verein	Mä.	Fr.	ges.
1. (1) LG Elmshorn	87	33	120
2. (3) Ahrensburger TSV	71	32	103
3. (2) TSV Klausdorf	77	19	96
4. (4) LBV Phönix Lübeck	64	26	90
5. (5) SV Großhansdorf	47	35	82
6. (9) TSV Trittau	51	4	55
7. (6) Möllner SV	34	18	52
8. (17) Spiridon Oldesloe	42	5	47
9. (11) LAV Husum	35	8	43
10. (7) VfL Oldesloe	28	13	41
(8) Rendsburger TSV	36	5	41
12. (17) LG Wedel/Pinneb.	34	5	39
13. (13) TSV Glücksburg 09	30	7	37
14. (12) LG Itzehoe	35	—	35
15. (13) Büdelsdorfer TSV	11	23	34
16. (10) LG Schlesw./Fahrd.	30	3	33
17. (21) LG Schönb./W/S/K	13	11	24
(28) Sportfreude List	22	2	24
19. (20) Spiridon Schleswig	16	7	22
20. (27) SV Friedrichsort	19	1	20
(28) TSV Neustadt	12	8	20
22. (15) LG Neumünster	19	—	19
(16) Gut Heil Neum.	19	—	19
24. (17) LG Med.- LK W.	9	8	17
(21) MTV Heide	11	6	17
(30) Voran Ohe	17	—	17
27. (23) TSV Bargteheide	16	—	16
28. THW Kiel	15	—	15
29. (24) WSV Tangstedt	1	13	14
Halstenbeker TS	13	1	14

Bewunderung verlangen auch einzelne Athleten, die sich nicht nur in mehreren Disziplinen der Leichtathletik versuchen, sondern dort auch noch herausragende Leistungen bringen. Dieser Bereich war auch 1992 wieder eine Domäne des Trittauers Rainer Winter, dem einzigen Fünfkämpfer aus dem Mittelstreckenlager. Er ist nicht nur 12mal in der Landesbestenliste verzeichnet, sondern steht in 5 Ranglisten sogar ganz oben! Stark ins Zeug gelegt hat sich im letzten Jahr auch der Großhansdorfer Werner Mitzon, der frisch in die M 45 aufgerückt war und die Gunst der Stunde mit 3 Spitzenplätzen und 9 Notierungen in Sprint, Sprung und Mehrkampf nutzte. Dem Möllner Gerd Freytag gelang es, in allen Bahnläufen ab 200 m in die Bestenliste zu gelangen. Seinen Vereinskameraden Thomas Osterroth findet man zwar erst ab 3000 m, dann aber gleich 5mal an 1. Stelle!

Bei den Frauen ist ebenfalls eine alte Bekannte, die Elmshornerin Alleskönnerin Ingrid Holzknecht, die vielseitigste Athletin. Trotz Verletzungshandicap steht sie 8mal in der Bestenliste, davon 6mal an der Spitze! 4mal ganz vorn plazierte sich in ihrem ersten W 55-Jahr die Technikerin Elsbeth Lück aus Großhansdorf und ebensooft dominierte die Langstrecklerin Beate Burmeister vom LBV Phönix Lübeck.

Wenn wir die Mannschaftsnennungen ausklammern, finden wir folgende Athleten besonders vielfältig in der Landesbestenliste:

Die vielseitigsten Athleten der Bestenliste

Rainer Winter, M 40, TSV Trittau	12 x pl.
Wilhem Kraatz, M 45, TSV Bargteheide	10 x pl.
Werner Mitzon, M 45, SV Großhansdorf	9 x pl.
Uwe Steinhoff, M 45, Spfr. List	9 x pl.
Jochen Klünder, M 60, VfL Oldesloe	9 x pl.
Gerd Freytag, M 35, Möllner SV	8 x pl.
Hans-J. Kube, M 40, TSV Glücksb. 09	8 x pl.
Karl-Heinz Bock, M 40, Ahrensburger TSV	8 x pl.
Heino Gloe, M 45, LG Itzehoe	8 x pl.
Ernst Lau, M 60, FC Voran Ohe	8 x pl.
Ingrid Holzknecht, W 50, LG Elmshorn	8 x pl.
Dagmar Knudsen, W 35, LAV Husum	7 x pl.
Christa Eschenbach, W 55, SV G'hansd.	7 x pl.
Petra Reshöft, W 30, SV Großhansdorf	6 x pl.
Charlotte Hauke, W 50, LG Albatros Kiel	6 x pl.
Elsbeth Lück, W 55, SV Großhansdorf	6 x pl.

Viele Erfolge auch für die kommende Saison, damit wieder eine positive Bilanz erstellt werden kann, wünschen wir unseren Seniorinnen und Senioren!

TELEKOM-MEETING

mit erstklassiger Besetzung, jedoch ohne Heike Henkel

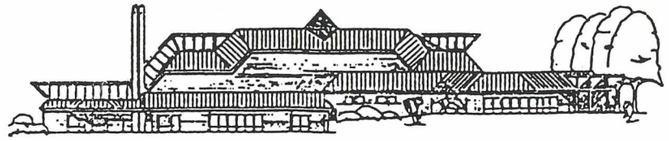
*Dank der Unterstützung der Firma **TELEKOM** ist der finanzielle Rahmen für Organisator Günter Sievers in diesem Jahr etwas weitergesteckt.*

Nach Gesprächen mit dem DLV-Stützpunkt-Trainer Hochsprung der Frauen, Günter Eisinger, mußte Günter Sievers leider die Absage der Weltklasse-Hochspringerin entgegennehmen. Da einen Tag vorher ein großes Hochsprungmeeting in Arnstadt/Sachsen stattfindet, gibt es u. a. Transportprobleme. »Ebenfalls kann ich einen Start zwei Tage hintereinander aus sportlicher Sicht nicht empfehlen, da die Ziele von Heike Henkel 1993 im Jahr der Weltmeisterschaft hochgesteckt sind, und eine erneute Verletzung das Vorhaben gefährden könnte«, bemerkte der Manager. —

*Ein Wermutstropfen für den Organisator des **TELEKOM-Meetings**, der ein ausgezeichnetes Verhältnis zur ex-Kielerin unterhält. »Heike hat viel für uns getan, dafür sind wir ihr dankbar. Trotz der Zusage der Athletin gegenüber dem DLV-Vizepräsidenten und SHLV-Chef Wolfgang Delfs im Dezember 1992, akzeptieren wir ihre Entscheidung«, so Günter Sievers.*

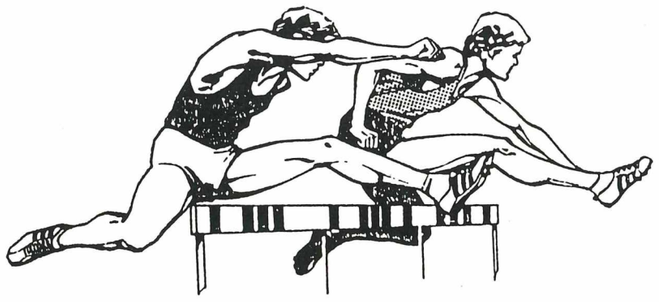
*Schade, jedoch auch ohne die Olympiasiegerin wird das **TELEKOM-Meeting** in Bad Segeberg erstklassig besetzt sein.*

KREISSPORTHALLE SEGEBERG



Telekom MEETING
8. Meeting der Meister

24. Januar 1993 - 15 Uhr



KLV Segeberg Telekom

Mehrkampfhallenveranstaltung des KLV Ostholstein ein voller Erfolg

60 Teilnehmer bei 5-Kampf im SBZ — Spitze mit Topleistungen

Der Kreisvorsitzende des KLV Ostholstein, Burghard Brandt, war positiv überrascht. Rund 60 Schülerinnen und Schüler der Klassen A bis C nahmen am Nikolaustag 1992 an einem vom TSV Malente ausgerichteten 5-Kampf im SBZ Malente teil. 50-Meter-Lauf, Weitsprung, Hochsprung, Kugelstoßen (für C - Medizinballschocken) und ein 10 Minuten Dauerlauf mußten absolviert werden. Leider nahmen mit dem TSV Neustadt, TSV Ratekau, PSV Eutin und TSV Malente nur die vier leistungsstärksten Vereine an diesem Mehrkampf teil.

Absolute Landesspitzenleistungen konnten auch in der trainingsintensiven Phase vermeldet werden. Ulrike Brandt (TSV Malente) (W 14) und Annika Lenz (TSV Neustadt) (W 13) siegten überlegen in ihren Altersklassen. Ulrike lief u. a. 6,8 sek., sprang 4,78 m weit und 1,44 m hoch. Annika stieß die Kugel auf 9,55 m und erreichte in den Sprungdisziplinen 4,72 m und ausgezeichnete 1,52 m.

Bei den noch B-Schülerinnen gab es in W 12 einen dreifachen PSV-Erfolg durch Lena Schützler (u. a. 1,40 m), Kristin Ahnfeld und Inken Südel. In W 11 siegte Kristina Lehmann (TSV Ratekau), die hervorragende 7,2 sek. im Sprint erreichte.

Gute Ansätze zeigten auch die jüngsten Mädchen, bei denen Annika Heymann (PSV Eutin) (W 11) und Karoline Torlitz (TSV Neustadt) (W 10) nicht zu schlagen waren.

Die Jungen standen den Mädchen nicht nach. Im M 15 siegte Matthias Blunck (PSV Eutin) vor Tobias Beyer (TSV Ratekau) und Christian Rossow (PSV Eutin), der immerhin 1,63 im Hochsprung erzielte. Bei den B-Schülern kam Mittelstreckler Jon Flöttmann (TSV Malente) zu einigen Bestleistungen und wurde Sieger in M 13. Spannend verlief der Wettkampf in der jüngeren B-Klasse zwischen den beiden Neustädtern Jan Nadziczny und Björn Stoltefuß, die am Ende nur 40 Punkte trennte. Ebenfalls zu einem Doppelsieg kamen die beiden PSVer Tim Ahnfeldt und Henrik Ahrens. Tims beste Einzelleistungen waren in den Sprungwettbewerben mit 4,66 m bzw. 1,36 m zu verzeichnen. Henrik sprintete 7,4 sek. und sprang 4,57 m weit. Deutlicher Gewinner der Klasse M 10 war Ole Dohse (PSV Eutin).

Bei der anschließenden Siegerehrung durch den Kreisvorsitzenden gab es kleine Nikolauspräsente für die besten Athleten. Alle waren sich einig — auch 1993 wird es eine Mehrkampfveranstaltung geben.

Michael Ahnfeld

Berichtigung: »Quali« für die Nordd. Hallenmeisterschaften 13./14. 2. 1993 in Berlin

Wettbewerbe / Mindestleistungen (Halle):

Wettbewerb	Männer	Frauen
60 m	10,90 (7,10/6,30)	12,20 (8,10 / 7,10)
200 m	21,80 (22,20)	25,40 (25,80)
400 m	48,70 (50,20)	57,30 (58,50)
800 m	1:53,00 (1:55,00)	2:14,00 (2:15,00)
1500 m	3:53,00 (3:57,00)	4:35,00 (4:40,00)
3000 m	8:30,00	9:50,00
60 m Hürden	15,00 (8,50 / 7,30)	15,50 (9,20 / 8,00)
4 x 200 m-Staffel	ohne	ohne
4 x 400 m-Staffel	ohne	—
3 x 1000 m-Staffel	ohne	—
3000 m Gehen	—	ohne
5000 m Gehen	ohne	—
Hochsprung	2,02	1,72
Stabhochsprung	4,50	2,40
Weitsprung	7,30	5,90
Dreisprung	14,50 (13 m-Balken)	11,50 (9 m- u. 11 m-Balken)
Kugelstoß	14,50	12,50

ohne = Bitte Bestleistung angeben! (. . .) Hallenbestleistung.

Norddeutsche Hallenmeisterschaften 13./14. 02. 1993 in Berlin

Zeitplan — Änderungen vorbehalten

Samstag, den 13. 02. 1993

Uhr	Männer		Frauen	
15.00		Stabhochsprung E	60 m V	
15.20	60 m V			
15.50			400 m V	Weitsprung VE
16.00	400 m V			
16.15			60 m Z	
16.30	60 m Z			
16.50			800 m ZE	
17.00	800 m ZE			
17.15		Dreisprung VE	60 m E	
17.20	60 m E			
17.40		Hochsprung E	400 m E (B/A)	
17.50	400 m E (B/A)			
18.00			3000 m ZE	
18.20	3000 m ZE			
18.40			4 x 200 m-St. ZE	
19.00	4 x 200 m-St. ZE			

Sonntag, den 14. 02. 1993

10.30			3000 m Gehen E	Stabhochsprung E
10.30				Hochsprung E
10.50	5000 m Gehen E			
11.00		Kugelstoß VE		
11.20	3 x 1000 m-St. ZE			
11.40			200 m V	
12.00	200 m V	Weitsprung VE		
12.20	60 m Hürden V			
12.40			60 m Hürden V	Kugelstoß VE
13.00			200 m E (B/A)	
13.10	200 m E (B/A)			
13.20	60 m Hürden Z			
13.30			60 m Hürden Z	Dreisprung VE
13.45	1500 m ZE			
13.55			1500 m ZE	
14.10	60 m Hürden E			
14.20			60 m Hürden E	
14.40	4 x 400 m-St. ZE			

Nachwuchserfolg beim DLV-Talent-Cross

Am 15. 11. 92 fand in Hanau der 3. DLV-Talent-Cross der Olympiastützpunkte statt. Auch der OSP Hamburg/Kiel war mit 13 Läufern aus Schleswig-Holstein und 17 aus Hamburg vertreten. Das Abenteuer »Talent-Cross« begann Samstag Mittag mit dem gemeinsamen Essen beim Griechen am OSP, dort wurden auch die ersten Kontakte zu den Hamburger Mannschaftsmitgliedern geknüpft. Danach ging's über »bayerische Umwege« nach Hanau in ein Jugendgästehaus, in dem die Nacht vor einem Wettkampf wohl kürzer wurde als sonst. Da wir Betreuer des OSP's diesen Wettkampf mitten in der »Schonzeit« nach einer langen Saison eher als Spaß und »Belohnung« für gute Leistungen im Sommer ansahen, wurde so manches Auge zugedrückt. Was soll so ein kleiner OSP aus dem Norden denn schon gegen die großen aus West-/Süd- und Ostdeutschland ausrichten?!

Gutgelaunt und z. T. nervös ging es am nächsten Morgen zur Laufstrecke, einem 1 km langen, flachen Rundkurs, der sich im Laufe der Veranstaltung dank des ständigen Regens zu einem Schlammkurs entwickelte. Gestartet wurde bei den Schülern pro Altersklasse (W/M 13-14) über 2000 m in einem sogenannten Anfängerlauf (A-Lauf) und einem F-Lauf für »seit 1 Jahr Trainierte«, doch haben alle OSP's ihre Talente geschickt und nach ihrer Stärke in A- und E-Lauf eingeteilt. Bei den Jugendlichen (W/W 15-16) gab es je nur einen Anfängerlauf mit getrennten Altersklassenwertungen. Unter den rund 300 Startern plazierten sich die Schleswig-Holsteiner z. T. hervorragend.

Den Lauf der W 14 A gewann Katrin Ohlsen (Rendsburger TSV) in 7:45,2 und wurde zusammen mit Anne-Christine Thormählen (Halstenbeker TS, 8. in 8:16,0) 2. in der Mannschaft. Sara Müller (Rendsburger TSV) wurde mit der guten Zeit von 7:32,3 4. im Lauf der W 13 F. Bei den M 14 F errang Keven Petersen (TSV Kappeln) in 6:39,9 den 5. Platz und gewann zusammen mit Sebastian Natusch (Hamburg) die Mannschaftswertung.

von Katrin Linse

Bei der männlichen Jugend plazierte sich Faris Kahn (SC Rönnau 74) über 3000 m mit 10,06,3 als 6. der gemeinsamen Wertung und 4. seiner Altersklasse und Fabio Mathias (LG Wedel-Pinneberg) wurde 8./2. in 10:12,5.

In der Gesamtwertung der OSP's erreichte der OSP HH/KI überraschend nach dem OSP Halle/Magdeburg den 2. Platz und ließ 15 OSP's hinter sich. Nach der sich endlos dahinziehenden Siegerehrung, die wir aufgrund der vielen Siegerpreise der DLV-Poolpartner nicht verpassen wollten, hatten wir noch eine lange Rückfahrt vor uns. Gegen Mitternacht waren wir wieder zu Hause und uns fast alle einig, daß es ein schönes Wochenende gewesen war und man 1993 zum 4. Talent-Cross fahren möchte.

Weitere Ergebnisse aus S-H-Sicht:
W 13 A: 10. Svenja Thom (TSV Kappeln) 8:04,6; **W 14 F:** 16. Britta Marquard (TSV Ratekau) 8:03,9; **weibl. Jgd.:** 24./14. Güde Schoof (TSV Eddelak) 8:38,6; **M 13 A:** 12. Harald Feddern (Kieler TB) 7:34,2; **M 13 F:** 29. Stefan Tiede (TSV Klausdorf) 7:38,2; **M 14 A:** 17. Clemens Möller-Latendorf (TSG Concordia Schönkirchen) 7:38,3; **männl. Jgd.:** 36./26. Henning Lange (Rendsburger TSV) 11:36,1.

Stimmungsbericht von Katrin Ohlsen
Da ich bislang noch nie zu einem so großen und vor allen Dingen so toll organisierten und ausgeführten Wettkampf gefahren war, war für mich alles neu. Abgesehen vom Wettkampf an sich, lernt man auch die anderen Athleten kennen, die man manchmal sieht oder von denen man nur die Namen gehört hat. Wenn man noch nicht mitgefahren ist und die Einladung bekommt, denkt man wohl: Mitmachen ist alles! Mit so guten Plazierungen haben ich und bestimmt viele andere nicht gerechnet. Alles in allem fand ich die Fahrt wirklich toll.

Weihnachtsüberraschung in Niedersachen

Multiplikatorenlehrgang 16. - 18. 12. 92 in Barsinghausen

Kurz vor den Weihnachtstagen beteiligte sich eine kleine Delegation des SHLV am Multiplikatorenlehrgang des DLV in Barsinghausen bei Hannover, um sich mit Intention, Funktion und Wirkungsweise der Rahmentrainingspläne für das Aufbautraining vertraut zu machen. Uwe Anderbrügge, Manfred Conrad und Torsten Westphal nahmen vom 16. - 18. 12. 92 im Fuchsbachtal Quartier, wohin der DLV die Nordverbände eingeladen hatte.

Leider konnten von den SHLV-Vertretern nicht alle Disziplinblöcke abgedeckt werden, so daß die Bereiche Lauf und Sprung ohne Schleswig-Holsteiner abgehandelt wurden.

Nach einer allgemeinen Einführung im Plenum wurden die RTP Sprint, Wurf und Mehrkampf jedoch aufmerksam von den Gruppen blockspezifisch zur Kenntnis genommen. Interesant war, die Verfasser der RTP's live zu erleben und damit einen lebendigeren Eindruck zu erhalten, als es die manchmal trockenen Zahlen ermöglichen. Wesentlich in der Besprechung, daß mit den RTP's ein inhaltlicher Rahmen gesteckt werden kann und soll, um zu einer systematischeren und effektiveren Arbeit im alltäglichen Training zu gelangen. Kritisch angemerkt wurde, daß die Pläne in erster Linie auf Kandidaten für JEM/JWM zugeschnitten sind.

In der Schlußbesprechung wurden neben einer grundsätzlichen Würdigung und Anerkennung eines Erfahrungsaustausches auf solcher Ebene bemängelt, daß praxisnahe und praktikable Umsetzungsstrategien, die eine Multiplikatorenfunktion in den Landesverbänden erst ermöglichen würden, leider nicht auf der Tagesordnung standen. Bleibt also den anwesenden Trainern die Aufgabe, gewonnene Erfahrung eigenständig »zu Hause« umzusetzen.

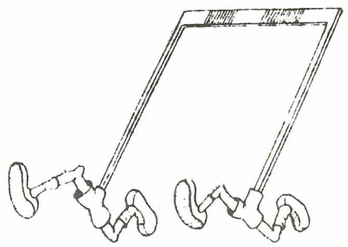
Torsten Westphal

Schleswig-Holsteiner in Berlin — oder Hürdensprint leicht gemacht (27. - 31. 12. 92)

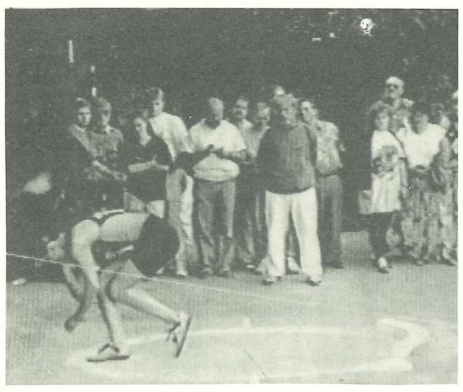
Eine Handvoll Trainer und Athleten machten sich zwischen den Jahren auf zu einem lehrreichen Besuch in Berlin. L-Kader-Athlet Dirk Riekmann als Aktiver hatte die Möglichkeit, mit den Olympiazehnkämpfern Christian Schenk und Paul Meier unter Bundestrainer Frank Hensel zu trainieren — er überzeugte die anwesenden Trainerkollegen von seinen Qualitäten und demonstrierte, warum er eine bessere »Hausmarke« stehen hat als seine Trainingskollegen. Mike Maczey, der mit Hinrich Brockmann und dem Zehnkampfteam SH ebenfalls in Berlin weilte, vervollständigte die Trainingsgruppe.

Die vier Trainer Kurt Kemlein-Schiller, Dirk Richter, Klaus Kufalt und Hindernistrainer Torsten Westphal nutzten diese Hospitationen (für den B-Trainerschein), um neueste Technikvarianten (mit Auswertung per Videoprinter etc.) und Übungsformen kennenzulernen. Diese sollen in der Folge weiteren Schleswig-Holsteinern schmackhaft gemacht werden . . .

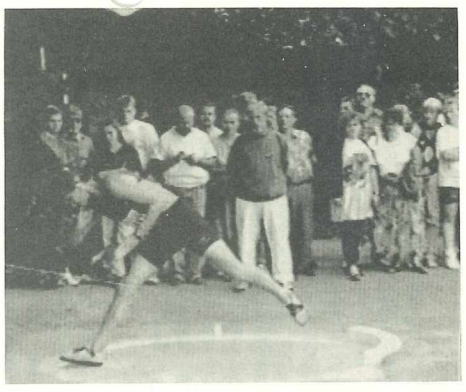
Faszinierend auch das Ambiente in der Rudolf-Harbig-Halle, die wohl eine Anzahl an Kader-Athleten beherbergt, wie es in SH Landeskader gibt. Durch die unkomplizierte Art von Henzel konnten Kontakte zu Topathleten geknüpft werden, die es ermöglichen, Sportler wie Dietmar Koszewski oder Carsten Köhrbrügg einmal in SH begrüßen zu können. Demnächst, am 24. Januar 1993 beim Telekom-Meeting in Bad Segeberg, wird dies bereits der Fall sein . . .



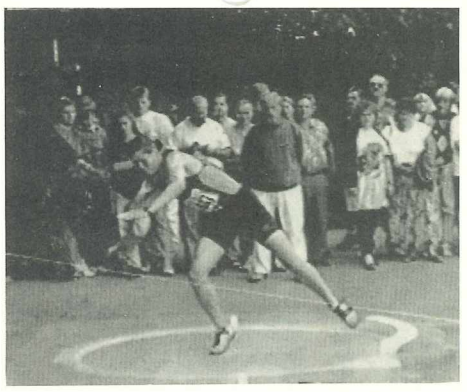
Hürdenlauf



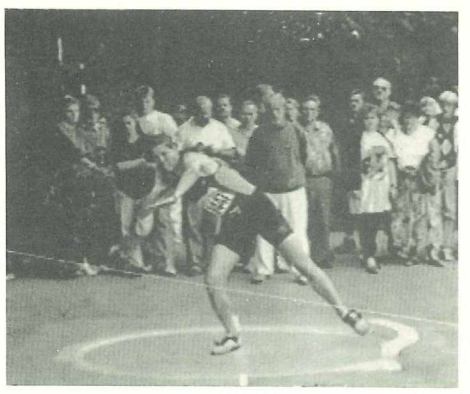
1



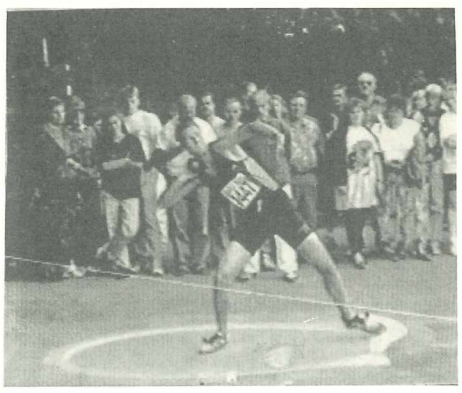
2



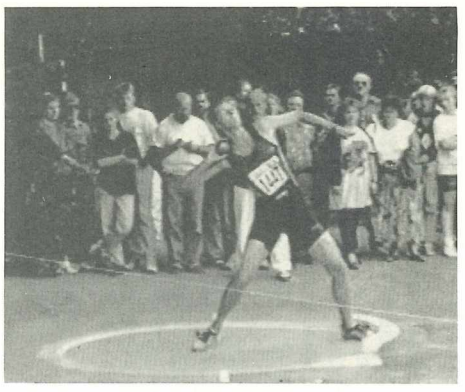
3



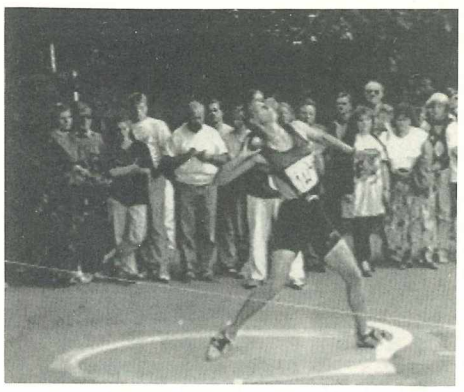
4



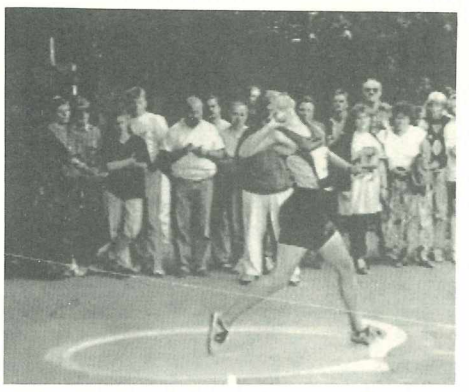
5



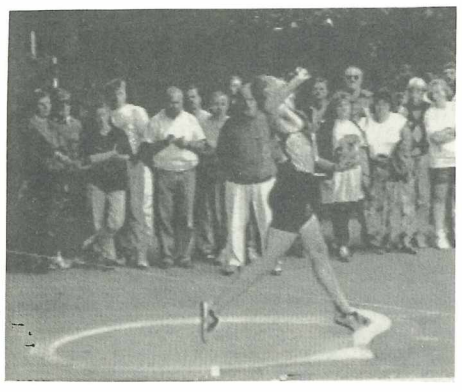
6



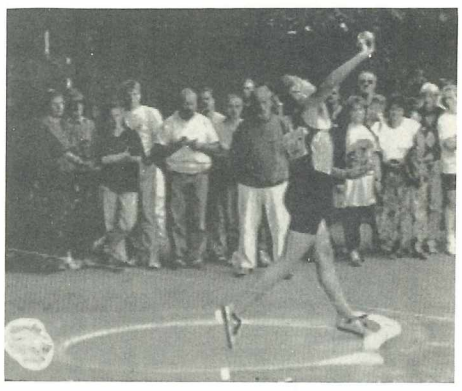
7



8



9



10

Lehrbilderreihe Kugelstoßen

von Wolfgang Spirek — Landestrainer Kugel

Name: C. Mues

Vers. 3 Weite: 15,77 m

Datum: 11. 07. 1992 DM weibl. Jgd. A

Mönchengladbach

Besprechung Lehrbildreihe Kugelstoßen von Claudia Mues

Die Lehrbildreihe von Claudia Mues zeigt ihren 3. Versuch bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Mönchengladbach, der ihr mit einer Weite von 15,77 m den Deutschen Meister-Titel einbrachte.

Claudia demonstriert eine solide sportliche Technik, die in einigen wesentlichen Merkmalen dem Leitbild nahekommt.

Bild 1 zeigt das Einnehmen einer optimalen Startposition mit tiefer Kniebeugung und weiter Oberkörperneigung (geringer Knie- und Hüftwinkel). Der Körperschwerpunkt liegt deutlich über dem rechten Bein.

Die Angleitbewegung (Bild 2 und 3) sollte durch eine flache Führung des Schwungbeins und aktive, flache Druckarbeit des rechten Beines gekennzeichnet sein. Die Schwungbeinbewegung ist im Anschwung bei Claudia etwas zu hoch ausgeführt, was zur Folge hat, daß das unmittelbare Aufeinanderfolgen des Beinaufsatzes rechts - links deutlich verzögert wird (siehe Bild 3 und 4).

Bis zu Bild 2 zeigt Claudia einen relativ geschlossenen Rumpföffnungswinkel, der Oberkörper liegt immer noch relativ tief. Das Aufsetzen des gebeugten rechten Beines nach dem Angleiten erfolgt aktiv auf dem Fußballen mit leicht eingedrehter Fußspitze, so daß von unten her eine gute Hüftspannung erzielt wurde. Was sich in Bild 3 bereits andeutet, bringen Bild 4 und 5 noch besser zum Ausdruck. Zum Aufsetzen links muß die Schulterachse deutlich geschlossener sein. Erst in Bild 5 setzt das linke Stemmbein auf, was seine Ursache in dem etwas zu hoch ausgeführten Anschwung hat. Beim Aufsetzen des Stemmbeines sollte der Oberkörper noch deutlich geschlossen über dem rechten Bein sein. Durch das frühzeitige Öffnen des Oberkörpers, das auch durch den zu frühen Einsatz des linken Schwungarmes unterstützt wird, wird eine Vorspannung zwischen Hüft- und Schulterachse nicht erreicht.

Bild 7 und 8 zeigen den relaltiv stabilen Stemmbeineinsatz bei fixierter linker Körperseite. Durch die aktive Druckarbeit des rechten Beines auf die fixierte rechte Hüftseite wird noch einmal Spannung aufgebaut.

Die Bilder 9 und 10 zeigen auf der linken Schulterseite das Vorspannen des Oberkörpers durch ein aktives Abbremsen des linken Armes in Schulterhöhe, eine zweckmäßige Ellenbogenhaltung und einen für den weiblichen Bereich relativ langen Endbeschleunigungsweg (1,49 m).

Fazit: Die Hauptreserven in technischer Hinsicht liegen bei Claudia in einer deutlich geschlossenen Schulterachse zum Aufsetzen links. Darüberhinaus sollten der Rumpföffnungswinkel beim Setzen links sowie der Abstoßwinkel (hier nur 32,2 Grad) weiter optimiert werden und der extrem ausgeprägte Rechts-Links-Rhythmus geringfügig abgebaut werden. Wolfgang Spirek - LT Kugel

Die Zeichen stehen auf Erfolg

Positive Bilanz des ZEHNKAMPF TEAMS

Die Zehnkämpfer in Schleswig-Holstein können sich sehen lassen. Nach einer langanhaltenden Talfahrt seit dem Deutschen Meistertitel Rainer Sonnenburgs im Zehnkampf 1988 geht's mit Schwung wieder aufwärts. Einige Highlights seien hier aufgezählt:

Erfolge 1992:

- *Alf Gerrit Christiansen Deutscher Meister im Block Lauf und Vizemeister im Zehnkampf mit 13.172 Punkten*
- *Mike Maczey Deutscher Vizemeister der Junioren im Zehnkampf mit 7.433 Punkten und Länderkampfteilnehmer*
- *Torben Schade 4. Platz bei den Deutschen B-Jugend-Meisterschaften im Zehnkampf mit 13.072 Punkten*
- *Boris Kawohl 8. Platz bei den Deutschen Schülerachtkampfmeisterschaften mit 9.76.87 Punkten*
- *Karsten Gonschorrek Landesmeister der B-Jugend im Zehnkampf mit 12.211 Punkten*
- *Hauke Clausen gewann einen Zehnkampf bei der B-Jugend in Hamburg mit 12.473 Punkten*
- *Jan Albrecht Schulz wurde 3. bei der Landesmeisterschaft im Zehnkampf der B-Jugend mit 12.107 Punkten*
- *Die Durschschnittspunktzahl aller Zehnkämpfer des TEAMS beträgt nach der Jugendwertung 12.672 Punkte*
- *Als Gesamtresümée haben alle Aktiven aus dem TEAM die Qualifikationsnorm für die Deutschen im Zehnkampf erreicht (nur Karsten und Jan-Albrecht erst nach den Deutschen).*
- *In einem Fernsehauftritt hat uns der Bundestrainer im Zehnkampf als bisher einziges Beispiel in Deutschland als »TEAM im TEAM« bezeichnet*

Zehnkampf TEAM

- *Die Kontakte zum Bundestrainer Claus Marek und zum DLV-Nachwuchsbundestrainer Lothar Schmidt sind hergestellt und werden intensiviert, u. a. ist Malente im Gespräch als Trainingscamp für die Topzehnkämpfer im DLV als Vorbereitung für größere Aufgaben.*

- *Momentan bilden 7 Athleten und ihre jeweiligen Heimtrainer mit dem Landestrainer das ZEHNKAMPF TEAM in Schleswig-Holstein: Alf Gerrit Christiansen und Torben Schade sind im C- bzw. im D/C-Kader. Mike ist L-Kaderathlet und hat die B-Kaderzugehörigkeit nur knapp verpaßt. Alle anderen Athleten wie Hauke, Karsten, Jan-Albrecht und Boris (jüngstes Teammitglied) gehören dem D-Kader des SHLV an. Diese sogenannte 2. Reihe hat sich voll etabliert und erzeugt den nötigen Druck nach vorn.*

- *Schon in dieser Wintersaison haben drei gemeinsame Lehrgänge stattgefunden. Weitere fünf in diesem Winter als Vorbereitung auf die Sommersaison sind geplant. Darin enthalten sind ein viertägiger Trainingsaufenthalt nach Weihnachten in Berlin (zusammen mit dem WM-Kader im Zehnkampf Paul Meier, Christian Schenk, Frank Müller) und ein zweiwöchiges Trainingslager in den Osterferien.*

Ausblick 1993:

- *Oberstes Ziel: Leistungssteigerung in jeglicher Form, jeder muß seine Punktzahl um einige Prozent steigern*
- *Beim Jugendmehrkampfcup in Dresden Ende Mai als geschlossene SHLV-Mannschaft vorne mitmischen*
- *Teilnahme möglichst aller Zehnkämpfer bei Deutschen Mehrkampf-Meisterschaften in Lübeck Anfang September soll einen Glanzpunkt setzen.*
- *Teilnahme am Länderkampf und am Internationalen Junioren-Mehrkampf sollten für Mike, Alf Gerrit und Torben erreichbar sein*
- *Das ZEHNKAMPF TEAM sollte weiter an Ausstrahlung gewinnen, so daß es interessant wird für neue junge Zehnkämpfer*

Letztendlich wollen wir Sponsoren davon überzeugen, daß wir ein förderungswürdiges TEAM sind. Wir arbeiten und trainieren kontinuierlich, langfristig, konsequent und erfolgreich! Es lohnt sich, uns zu unterstützen! Jürgen Klinsmann ist bei uns über seinen Bruder schon eingestiegen. Ein Kieler Geschäftsmann hat so deutlich Unterstützung signalisiert, daß wir fest mit ihm rechnen können. Für 1993 sind also die Weichen auf Erfolg gestellt. Wichtige Stützpfeiler sind dabei Harmonie und Fairness im TEAM, unbedingter Leistungswille jedes einzelnen Athleten und Trainers, ideelle und materielle Unterstützung durch die Eltern, Verband, Vereine und Sponsoren.

Landestrainer Zehnkampf
Hinrich Brockmann

SHLV-Zehnkämpfer - das Team im Team

Erwartungen übertroffen

Über 500 Starter beim Flensburger Adventslauf

Die Erwartungen der Organisatoren wurden beim traditionellen 8. Adventslauf am 13. Dezember 1992 noch übertroffen. Über 500 Sportler gingen im Volkspark beim Stadion an den Start.

Der Kreisleichtathletik-Verband Flensburg und die AOK Flensburg hatten bei dieser Breitensportveranstaltung drei Strecken (1900 m, 5400 m und 8900 m) ausgeschrieben. Auf der 8900 m-Distanz siegte überlegen Ulf Ratje vom TSV Klausdorf in 28 : 39 Minuten, er blieb damit einziger Läufer unter der 30-Minuten-Grenze.

Beim Lauf über 5400 m hatte Dirk Eggers vom TSV Glücksburg 09 die Nase vorn (18 : 29). Beim Lauf über 1900 m siegte Jan Heinrich von der BSG Stadtwerke Flensburg.

Jeder erfolgreiche Teilnehmer erhielt eine Medaille und einer Urkunde. Eine Auswertung der Altersklassen fand nicht statt.

Die Organisatoren freuten sich vor allem über das hohe Nennergebnis für die mittlere und kurze Strecke. Der Adventslauf soll nämlich, so KLV-Vorsitzende Margot Springer, vor allem Breitensportlern Gelegenheit geben, ihre Leistungen im Wettkampf unter Beweis zu stellen.

Zum Beispiel die sechsköpfige Familie Ruß aus Weiche. Sie gewann zum dritten Male in Folge den AOK-Pokal für die größte teilnehmende Familie. Nicht minder glücklich waren die Läufer der BSG Stadtwerke Flensburg und Läuferinnen und Läufer des 1. Flensburger Lauftreffs. Beiden wurde ein Pokal für die größte teilnehmende BSG bzw. den größten teilnehmenden Verein überreicht.

Ergebnisse:

1.900 m: M 8: Gritzke, Dennis (84) TSV Böel-Morhkirch 9:29; M 9: Peter, Christian (83) 9:23; M 10: Trinkies, Jens (82) LG Medelby - LK Weiche 8:55; M 11: Jügensen, Matthias (81) Stern Flensburg 7:50; M 12: Kurtzweg, Klaas (80) LG Medelby - LK Weiche 7:40; M: Heinrich, Jan (64) BSG Stadtwerke Flensburg 6:53; M 30: Nissen, Jürgen (62) LG Medelby - LK Weiche 7:03; M 35: Marggraf, Manfred (53) LG Medelby - LK Weiche 8:25; M 40: Janelt, Klaus (49) TSG Scheersberg 6:57; M 45: Haufschild, Reinhold (46) BSG Stadtwerke Flensburg 7:49; M 50: Eggers, Kay (41) TSV Glücksburg 09 9:21; M 55: Schuleit, Klaus (34) 8:34; M 60: Liebel, Günter (30) TSV Sörup 9:27; W 8: Trinkies, Maike (84) LG Medelby - LK Weiche 9:43; W 9: Eggers, Gesa (83) TSV Glücksburg 09 9:30; W 10: Gritzke, Nina (82) TSV Nordmark Satrup 8:01; W 11: Zigahn, Andrea (81) SV Adelby 9:36; W 12: Schulte am Hülse, Sarah (80) Waldorfschule Kiel 8:51; W 14: Kurtzweg, Swaantje (78) LG Medelby - LK Weiche 8:38; WJA: Borstel, Sarah (73) 8:54; W 30: Oestreich, Gudrun (58) LG Medelby - LK Weiche 10:25; W 35: Kurtzweg-Otte, Ruth (53) LG Medelby - LK Weiche 8:41.

5400 m: M 9: Chlosta, Hindrik (83) TSV Nord Harrislee 24:48; M 10: Chlosta, Marco (82) TSV Nord Harrislee 21:24; M 12: Schmusch, Skunderbeg (80) Waldorfschule Kiel 24:41; M 13: Gritzke, Hannes (79) TSV Böel-Mohrkich 24:40; M 14: Petersen, Keven (78) TSV Kappeln 19:19; M 15: Detlefsen, Torben (77) TSV Böklund 21:10; MJB: Grünwedel, Philipp (75) Borener SV 21:42; MJA: Alf, Eggert (74) TSB Flensburg 18:37; M: Eggers, Dirk (72) TSV Glücksburg 09 18:29; M 30: von der Wehl, Jörg

Landeshallenmeisterschaften Seniorinnen / Senioren

Hansestadt Hamburg / Schleswig-Holstein / Mecklenburg-Vorpommern — 06./07. 03. 1993 in Schwerin

Beachte: Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen des DLV 1993.

Ort: Schwerin, Laufhalle der Stadt Schwerin, Wittenburger Straße, neben der Sport- und Kongreßhalle

Ausrichter: LV der Stadt Schwerin und SV Medizin Schwerin 1951 e.V.

Meldungen: Bis 20. 02. 1993 an den jeweiligen Landesverband auf Meldebogen, getrennt nach Wettkampftagen und Altersklassen.

Termin: Sonnabend, 06. 03. 1993 — 14.00 Uhr — Sonntag, 07. 03. 1993 — 10.00 Uhr

Wettbewerbe:	**Senioren**	**Seniorinnen**
60 m	M 30 / 35 / 40 / 45 / 50 / 55 / 60	W 30 / 40 / 45 / 50 / 55 / 60
400 m	M 30 / 35 / 40 / 45 / 50 / 55 / 60	W 30 / 40
800 m	M 30 / 40 / 50	W 30 / 40 / 50
1500 m	M 30 / 40 / 50 / 60	—
3000 m	M 30 / 40 / 50 / 60	—
Weit	M 30 / 35 / 40 / 45 / 50 / 55 / 60	W 30 / 35 / 40 / 45 / 50 / 55 / 60
Hoch	M 30 / 40 / 50 / 60	W 30 / 35 / 40 / 45
Kugel	M 30 / 35 / 40 / 45 / 50 / 55 / 60	W 30 / 35 / 40 / 45 / 50 / 55 / 60

Sprunghöhen:

M 30: 1,50; 1,55; 1,60; 1,65; 1,70; 1,75; 1,80; 1,83 . . . .
M 40: 1,40; 1,45; 1,50; 1,55; 1,60; 1,63 . . .
M 50: 1,35; 1,40; 1,45; 1,50; 1,55; 1,58 . . .
M 60: 1,25; 1,30; 1,35; 1,40; 1,43 . . .

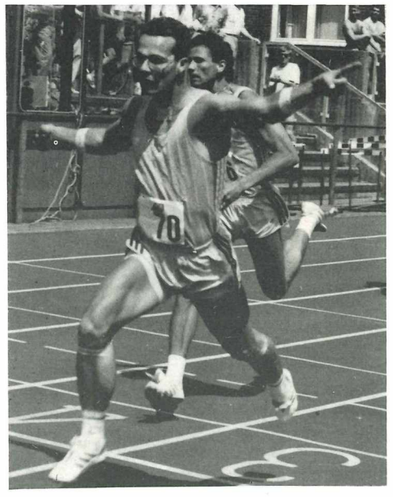
W 30/35: 1,25; 1,30; 1,35; 1,40; 1,45; 1,50; 1,53 . . .
W 40/45: 1,20; 1,25; 1,30; 1,35; 1,38 . . .

Startunterlagen: Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt am Sonnabend, 06. 03. 1993, ab 12.00 Uhr in der Laufhalle.

Anfahrthinweise: In der Ortslage Schwerin auf der B 106 (Obohitenring) an der Kreuzung Obohitenring/Wittenburger Straße in Richtung Wittenburg/St. Annen, dann folgt nach ca. 200 m das Stadion Lambruchgrund. Daran schließen sich an die Kongreßhalle und die **Laufhalle.**

Zeitplan siehe Seite 15

Unser Jahrbuch
»Leichtathletik in Schleswig-Holstein«



Habt Ihr es schon?

Über 280 Seiten stark. Mit der SHLV-Bestenliste. Mit einem ausführlichen redaktionellen Teil. Mit Fotos, eingefangen in den Sportarenen im Land zwischen den Meeren, zu einem akzeptablen Selbstkostenpreis.

DM **10,-** + Porto.
1 Exempl. + DM 1,50 Porto/Verp.;
2 Exempl. + DM 2,50;
3 - 6 Exempl. + DM 4,-;
6 - 10 Exempl. + DM 6,-.

Bestellen Sie mit einer Überweisung (Vorkasse) auf das SHLV-Konto 1900 1221 bei der Kieler Spar- und Leihkasse (BLZ 210 501 70).

Der Schleswig-Holsteinische Leichtathletik-Verband e.V. führt durch

Ostertrainingslager

(03. 04. bis 12. 04. 1993)

für Vereine und Aktive (mit und ohne Betreuung) — die Betreuung übernimmt der SHLV-JA!

Angesprochener Teilnehmerkreis: Schüler/innen A, B, C und B-Jugendliche.

Kosten: 250,- DM incl. Überfahrt - Unterkunft - Vollverpflegung (drei Mahlzeiten) - Mineralgetränke - Rahmenprogramm (Zuschüsse von Kreis und Stadt sind nicht eingerechnet!).

Das Rahmenprogramm ist sehr umfangreich. Es beinhaltet u. a. Schwimmen, Fahrradtour, Grillen, Inselausflug, Aktionsprogramme, Laufabzeichen u.v.m.

Anmeldung: Osterfreizeit: 19. März 1993 — GS SHLV.

Ausschreibungen sowie Anmeldeformulare sind in der Geschäftsstelle des SHLV (04 31 - 64 86 - 122) bzw. bei den Landesmeisterschaften erhältlich.

Vereine melden bitte mit Teilnehmerliste (Angabe Name, Vorname, Anschrift, Geb.-Datum, Alter, Geschlecht, Betreuer/in).

Sport - Spiel - Freizeit

SHLV-Ferienfreizeit Wyk auf Föhr

Ein Bericht von zwei Teilnehmerinnen über die Herbstfahrt '92

Am 3. 10. 92 fiel für uns, ca. 50 Leichtathleten und Betreuer, der Startschuß, und es ging los nach Wyk auf Föhr. Vom 3. - 10. 10. 92 bot der Jugendausschuß des SHLV wie jede Oster- und Herbstferien eine Ferienfreizeit für jugendliche Leichtathleten an.

Mitgefahren sind 8 - 18jährige »Sportler« aus ganz Schleswig-Holstein. Begleitet von Trainingseinheiten sowie in der Halle als auch am Strand, verlebten wir 7 Tage im Landschulheim des Kreises Rendsburg-Eckernförde.

Aber nicht nur Training, sondern ein Haufen Spaß und das gegenseitige Kennenlernen standen im Vordergrund. Um dies zu ermöglichen, wurden uns Spiel- und Freizeitaktivitäten angeboten. So fand z. B. ein Volleyball-, Tischtennis- und Basketballturnier statt, aber auch die »Kleinsten« wurden berücksichtigt. Für sie gab es unter anderem eine Fimo- und Buttonaktion.

Sogar die meisten Betreuer verhielten sich großzügig und ließen uns viele Freiheiten, obwohl es für einige immer noch nicht genug war . . .

Dank guter Musik (z. B. Marius-Müller-Westernhagen, RoCoMo und viele mehr) und netter Leute war die Stimmung auf dem Höhepunkt, besonders in der Nacht! Wegen »Elke« (Kiosk für nicht Eingeweihte) und »Pfarrer Raschke« (Heimleiter) gab es keinerlei Probleme mit der Verpflegung (z. B. entwickelten sich die Wikinger Würste zur Kulturwurst).

Insgesamt hat es uns gut gefallen. Wir hoffen, daß diese Freizeiten auch weiterhin angeboten werden. *Steffi und Meike*

Fortsetzung Ergebnisse Flensburger Adventslauf von Seite 12

(60) 32:08; M 35: Jeske, Uwe (56) BSG Stadtwerke Flensburg 20:34; M 40: Kröger, Heinrich (52) 20:06; M 45: Nielsen, Uwe (45) TSV Lindewitt 23:35; M 50: Lessing, Peter (41) SC Önsbach 19:02; M 55: Ihle, Karl-Christian (34) TSV Glücksburg 09 24:52; WJB: Thom, Katrin (76) TSV Kappeln 22:23; WJA: Schöndorf, Tanja (74) TSB Flensburg 22:03; W 35: Soltwedel, Brigritte (57) TuS Holtenau Kiel 22:01; W 50: Petersen, Irma (40) Spiridon Schleswig 25:31.

***8900 m:** M 9: Knauff, Benjamin (83) TSV Böel-Mohrkich 46:45; M 10: Oestreich, Bernd (82) LG Medelby - LK Weiche 42:20; M 13: Krüger, Dennis (79) Löhmannschule 39:13; M 14: Petersen, Sören (78) Haderslev IF 52:58; M 15: Fischer, Robert (77) Löhmannschule 1:10:27; MJB: Luxenburger, Jan (75) 38:00; MJA: Koch, Hauke (73) Spiridon Schleswig 38:17; M: Ratje, Ulf (66) TSV Klausdorf 28:39; M 30: Hoppach, Jan (61) SV Germania Breklum 31:47; M 35: Knauff, Dierk (57) TSV Kappeln 33:16; M 40: Kube, Joachim (50) TSV Glücksburg 09 31:18; M 45: Weber, Kunibert (46) TSV Glücksburg 09 31:42; M 50: Ressing, Peter (41) SC Önsbach 31:30; M 55: Langbehn, Jürgen (37) 36:00; M 60: Vilaumi, Karl (30) LAV Husum 43:21; M 65: Schulz, Hans-Georg (27) SV Adelby 51:18; W 13: Davidsen, Sarah (79) Löhmannschule 1:11:20; F: Nielsen, Gunda (63) TSV Glücksburg 09 39:41; W 30: Clausen, Marion (61) 1. Flensburger Lauftreff 46:22; W 35: Hansen, Hannegret (56) TSV Glücksburg 09 37:19; W 40: Weber, Ingrid (50) TSV Glücksburg 09 35:54; W 45: Sell, Christine (45) LT TSV Eintracht Eggebek 43:17; W 50: Deimann, Waltraut (41) LT Eintracht Eggebek 49:05; W 55: Schulz, Elsbeth (35) SV Adelby 48:25; W 60: Hinz, Vera (32) Spiridon Schleswig 49:23.*

ACHTUNG! ACHTUNG!

1993 findet nur die Osterfreizeit statt, im Herbst findet keine Freizeit statt.

Da die Freizeiten 1992 nicht zur Zufriedenheit des Verbandes ausgelastet waren und eine einigermaßen vernünftige Finanzierung erst durch noch kurz vor der Fahrt eingegangene Anmeldungen sichergestellt war.

Wir hoffen, daß uns unsere Vereine durch zahlreiche und frühzeitige Meldungen zeigen, daß diese Freizeiten von den Aktiven gewünscht und angenommen werden.

Wir würden uns freuen, wenn wir 1994 die Oster- und Herbstfreizeit aufgrund hoher Nachfrage wieder durchführen könnten.

Der SHLV-Jugendausschuß

ACHTUNG ACHTUNG!

Bewerbungen für Landesmeisterschaften 1994!!

Der Schleswig-Holsteinische Leichtathletik-Verband gibt interessierten KLVs, LGs bzw. Vereinen die Möglichkeit, sich bis einschließlich 01. März 1993 um folgende Landesmeisterschaften 1994 zu bewerben:

Landesmeisterschaften Straßenlauf M/F und Senioren/innen

Landesmeisterschaften Straßenlauf Schüler und Jugend

Landesmeisterschaften Cross- und Waldlauf - alle Klassen

Landesmeisterschaften Marathonlauf M/F und Senioren/innen

Landesmeisterschaften 100 km-Lauf m/F und Senioren/innen

Alle zwischenzeitlich eingegangenen Bewerbungen werden selbstverständlich berücksichtigt.

Eine Vergabe der Meisterschaften erfolgt auf der Beiratstagung des SHLV im März 1993.

Gernot Schönefeld
Wettkampfwart

Rhetorik-Seminar III für Frauen

Zielgruppe: Teilnehmerinnen des 1. und 2. Rhetorik-Seminars.

Referent: Karsten Ebeling, Malente

Termin: 05. - 07. 02. 93

Seminarort: Kreisjugendheim Scharbeutz, Strandallee 98

Seminargebühren: a) 50,- DM; b) 100,- DM

Meldung: bis zum 22. 1. 93 an den Landessportverband z. Hd. Frau Stapel, Winterbeker Weg 49, 2300 Kiel, Telefon (04 31) 648 61 33.

Kinderbetreuung ist auf Anmeldung möglich.

Dieses Seminar wird vom Ausschuß Frauen im Sport des LSV durchgeführt.

Jordanien — ein Riesenerlebnis

SHLV-Athleten überrascht über Freundlichkeit und Offenheit

»Mensch, nur noch 40 Minuten zum Warmmachen!« meckert Jörg Huppers nervös. Noch längst nicht da. Für die drei anderen Athleten wird die Aufwärmphase auch immer kürzer. Zeitdruck. Najib kratzt das gar nicht. Der jordanische Funktionär, der uns zum Stadion bringt, fährt eher spazieren. Endlich da, 'raus aus dem Wagen, doch das zweite Auto mit den anderen SHLV-Teilnehmern ist bereits da, obwohl es eine Stunde später losgefahren war! Tja, die Jordanier sehen das eben nicht so eng mit der Zeit.

Das war der Beginn des zweiten Wettkampftages unserer tollen und erlebnisreichen Wettkampfreise nach Jordanien. Vom 22. 11. - 1. 12. 1992 lernten der SHLV-Trupp, bestehend aus Uwe Lorenzen (Delegationsleiter), Dietmar Witt (Reiseleiter) und 6 Athleten, Jörg Huppers, Marco Kolmorgen, Christine Loerke, Mareike Ressing, Sylvia Tschepel und Nina Westphal arabische Bräuche und Sitten kennen.

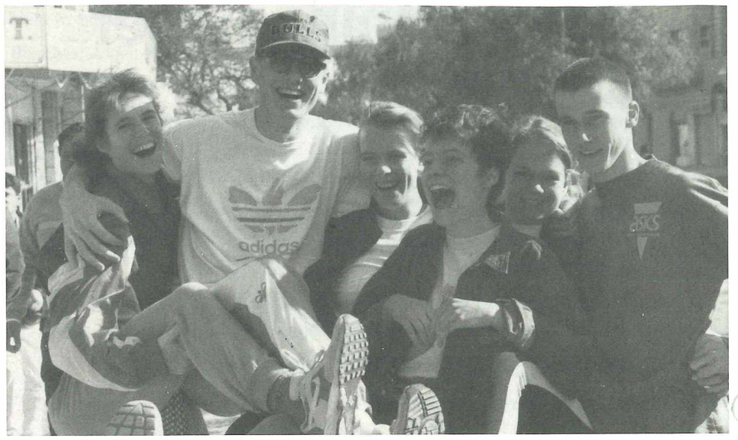
Wie auch einen Wettkampf, nämlich die Offenen Jordanischen Meisterschaften. In Irbeds schönem Stadion kämpften wir mit den Einheimischen sowie Irakern und Libanesen um die Medaillen. Ein gewohnter Anblick für nationale Meisterschaften waren die Tartanbahn und kleine Korbträger. Für solch ein Sportfest unüblich: Handgestoppte Zeiten. Uwe Lorenzen, SHLV-Wettkampfwart, beobachtete alles mit Argusaugen. Ebenfalls gewöhnungsbedürftig: Mädchen mit Kopftüchern und die Ausgelassenheit der Athleten, die in einer Mittagspause singen, tanzen und spielen (z. B. der Plumpsack-geht- rum).

4 jordanische Titel für SHLV-Athleten

Doch trotz allem Neuen schlugen wir uns achtbar. So stellten wir immerhin 4 jordanische Meister, Marco Kolmorgen (5000 m), Sylvia Tschepel (100 m), Nina Westpahl (1500 m) und Jörg Huppers im Hochsprung. Desweiteren 2 »Vize«, Mareike Ressing (5000 m), die übrigens das erste Mal diese Strecke lief und noch einmal Sylvia, die sich bei den 200 Metern von »Kartoffelsack«, einer sehr männlich wirkenden Jordanierin, geschlagen geben mußte. Fast revolutionär war Christine Loerke. Sie initiierte einen Geher-Einlagen-Wettbewerb, den sie mit dem anderen Geschlecht bestritt!!!

Um Dietmar Witt riß sich die Presse regelrecht. Nun, die Meinung eines Fachmannes, in einem Land, wo die Leichtathletik keinen besonders hohen Stellenwert hat, war sowohl in der Zeitung als auch im Fernsehen gefragt.

Apropos gefragt. Das waren auch Trikots und Trainingsjacken. Wie auf einem arabischen Basar handelten wir mit den Athleten Tauschgeschäfte aus. Die Sportler legten eine unerwartete Offenheit und Freundlichkeit zutage, wo man mit einer gewissen Reserviertheit gerechnet hätte aufgrund der politischen Verhältnisse in dieser Region. Ein



Vergnügte Truppe — SHLV-Athleten in Jordanien

prima Verhältnis hatten wir auch zu den Funktionären, die sich während unseres Aufenthaltes in Amman um uns kümmerten. Bedingt auch durch gemeinsame Erlebnisse (z. B. Reifenpanne, Feiern).

Sowohl Training als auch Kultur stand täglich auf dem Programm. Beinahe wäre Mareike Ressing und Nina Westphal ein morgentlicher Lauf zum Verhängnis (= Gefängnis?) geworden. Sie hatten sich nämlich auf den Wohnsitz des Königs Hussein verirrt.

Der König genießt in diesem Land ein sehr hohes Ansehen. In Geschäften und Hotels hängen an den Wänden große Portraitbilder von ihm, oftmals ist er mit seiner blonden Gattin abgebildet. Der Wirklichkeit jedoch nicht entsprechend sind die Größenverhältnisse, denn König Hussein zeigt sich statt einen Kopf kleiner wesentlich größer als seine Frau. Eine Überraschung erlebten wir, als wir die hauptsächlich von Christen bewohnte Stadt Madaba besuchten: In einem kleinen Lebensmittelgeschäft hing hinter der Kasse ein übergroßes Bild von Bundeskanzler Helmut Kohl. »Kommen Sie rein, mein Sohn hat über 20 Jahre in Deutschland gelebt«, rief uns der grauhaarige Jordanier auf Englisch zu.

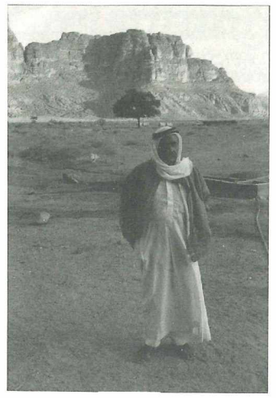
Ein wenig enttäuscht waren wir allerdings von dem Besuch in der Deutschen Botschaft. Der Botschafter saß im Nebenzimmer und mußte so viel arbeiten, daß er leider keine Zeit fand, uns zu begrüßen. Nachdem die Kanne Kaffee und die Kanne Tee ausgetrunken waren, und wir die Botschaft über die politische Meinung der irakischen Sportler informiert hatten, fuhren wir zurück in unser Hotel. Etwas irritiert.

Die Jordanienfahrt war gekoppelt mit einem »kulturellen Powerprogramm«. Wir wollten die »Pfade der Geschichte« beschreiten, doch der Weg ist wahnsinnig lang, um in acht Tagen, die wir in Jordanien verweilten, alles Sehenswürdige zu sehen. Trotzdem: Wir versuchten, keine »Kulturminute« zu vergeuden. Sehen und Erleben waren angesagt. Gleich zu Beginn unseres Aufenthaltes besichtigten wir »Jerash«, die am schönsten erhaltene und restaurierte griechisch-römische Provinzstadt. Viele der Gebäude wurden durch Erdbeben zerstört, die erhaltenen Bauten nutzten Kreuzfahrer als Festungen. Ausgrabungen brachten großartige Bauten wieder ans Licht: Das wuchtige ovale Forum, Bäder, Theater, Tempel und einen sichtbaren Straßenkomplex, Säulen, Brunnen und Läden. Uns blieb fast der Atem stehen, als wir durch die historische Stadt schlenderten. Es war windig, am Himmel zogen dunkle Wolkenmassen — bedrohliche, fast mystische Atmosphäre.

von Nina Westphal und Christne Loerke

Eine jordanische Attraktion, die jeder kennt, ist das Tote Meer. Wer denkt da nicht sofort an Menschen, die ausgeruht im Wasser liegen und dabei die Tageszeitung lesen. Wir sollten das nun erleben. Gespannt stiegen wir am Morgen in den kleinen Hotelbus. Badesachen und Fotoausrüstung im Handgespäck. Es ging durch Sonne und Wüste. Zwar sahen wir auch nomadische Weidewirtschaft, doch der Anteil des Agrarlandes ist, gemessen an der Größe des Landes, nur gering. Einen Teil der Einnahmen schöpft das Land aus den durch das Land laufenden Pipelines und dem Export von Phosphaten. Nach mehreren Militärkontrollensahen wir das große Wasser vor uns. Das Tote Meer ist der niedrigste Punkt, den es auf der Erde gibt. Sein Salzgehalt beträgt knapp 22 Prozent — ideal für Nichtschwimmer, denn das Untergehen ist ausgeschlossen. Es war herrlich. Das »Novemberbad« im Salzwasser war jedoch recht kalt. Die meiste Zeit verbrachten wir in den warmen Quellen, die von den Bergen herunterkommen und in das Meer münden.

Nach sechs Tagen Amman wechselten wir unseren Wohnort: Es ging nach Akaba, einem von Palmen eingesäumten Ferienort,



Beduine im »Wadi Rum«

der am südlichsten Zipfel Jordaniens liegt und Jordaniens einziger Zugang zum Roten Meer ist. An diesem Ort lebte es sich anders. Der Wettkampf lag hinter uns, von Sportfunktionären und Sportlern hatten wir uns verabschiedet. In Akaba waren wir freier und nicht so eingebunden.

Von hier aus bereisten wir einen der faszinierensten Orte Jordaniens — Petra. Eine Stadt, die mit mühseliger Arbeit Stück für Stück aus der roten Bergwand herausgemeißelt wurde. Mehr als 500 Jahre arbeiteten die Nabatäer daran und machten Petra dann zu ihrer Hauptstadt. Durch aus dem Fels gehauene Straßen führte der Weg, bis wir auf einen von der Sonne bestrahlten Tempel zukamen. Paläste, Gebäude und Grabmäler ließen uns staunen. Worte und Fotos können das nicht ausdrücken, was wir in der kleinen Stadt Petra empfanden, da waren wir uns einig. Jörg und Mareike konnten sich gar nicht trennen. Am verabredeten Treffpunkt erschienen sie erst eine knappe Stunde später, nachdem sich Nina und Christine Pferde ausgeliehen hatten, um die zwei Verschwundenen zu suchen. Uwe Lorenzen ließ es sich auch nicht nehmen, auf den Pferderücken zu steigen. Doch das gute Tier wollte nicht so wie er. Es bockte einmal heftig, und plumps lag Uwe Lorenzen zwischen den Steinen. Erlebnisreich.

Unsere letzte Tour ging in die Wüste. Da wir von einem Taxiunfall verspätet losfuhren, verkroch sich die Sonne schon allmählich hinter den riesigen Bergen der Wüste »Wadi Rum«, und es wurde immer kälter. Die Drohung: »Ich schicke dich in die Wüste«, ist folglich nicht ohne. Wir begannen sehr zu frieren und warteten, nachdem wir mit unserem Jeep an einem wüstigen, öden, einsamen Ort ankamen, etwas fröstelnd auf den Sonnenuntergang. Die Sonne schien die einzige Bewegung in dieser absoluten Einsamkeit zu sein. Wir waren froh, als es in einem Beduinendorf einen hochsüßen, jordanischen Tee gab.

Jordanien, ein bemerkenswertes Land. Wehmütig traten wir die Rückreise an. Kleine Mitbringsel in der Tasche, etwas jordanischer Kaffee, Gewürze, viele Adressen und der Wunsch, möglichst bald wieder in den Nahen Osten zu fliegen.

Zeitplan: Landeshallenmeisterschaften Senioren/innen am 6./7. 3. in Schwerin:
(nach Eingang der Meldungen — Änderungen vorbehalten)

Sonnabend, 06. 03. 93

14.00	1500 m M 50	Weit M 50	Kugel W 50
	1500 m M 55	Weit M 55	Kugel W 55
	1500 m M 60		Kugel W 60
14.45	60 m W 50 V		
	60 m W 55 V		
	60 m W 60 V		
15.00	60 m M 50		
15.10	60 m M 55 V	Weit W 50	
		Weit W 55	
		Weit W 60	
15.20	60 m M 60 V		
15.30	800 m W 50		Kugel M 50
	800 m W 55		Kugel M 55
	800 m W 60	Hoch W 50 W 55 W 60	Kugel M 60
15.50	3000 m M 50		
	3000 m M 55		
	3000 m M 60		
16.10	60 m W 50 E		
16.15	60 m W 55 E		
16.20	60 m W 60 E	Weit M 60	
16.30	60 m M 50 E		
16.40	60 m M 55 E		
16.40	60 m M 60 E		
16.50		Hoch M 60	
		Hoch M 55	
		Hoch M 50	
17.00	400 m M 50 ZL		
17.10	400 m M 55 ZL		
17.20	400 m M 60 ZL		

Sonntag, 07. 03. 93

10.00	1500 m M 30 ZL	Weit M 30	Kugel W 30
	1500 m M 35 ZL	Weit M 35	Kugel W 35
	1500 m M 40 ZL	Hoch W 30	
	1500 m M 45 ZL	Hoch W 35	
		Hoch W 40	
		Hoch W 45	
11.00	60 m M 30 V		
11.10	60 m M 35 V		
11.20	60 m M 40 V		Kugel M 30/M 35
11.30	60 m M 45 V		
11.40	60 m W 30 V	Weit M 40/M 45	
	60 m M 35 V		
11.50	60 m W 40 V		
	60 m W 45 V		
12.00	800 m M 30 ZL	Hoch M 50 ?	
	800 m M 35 ZL	Hoch M 60	
12.10	800 m M 40 ZL		
	800 m M 45 ZL		
12.20	800 m W 30 ZL		
	800 m W 35 ZL		
	800 m W 40 ZL		
	800 m W 45 ZL		
12.40	60 m M 40 E		
12.50	60 m M 45 E		
13.00	60 m M 30 E	Weit W 30	Kugel W 40
		Weit W 35	Kugel W 45
13.10	60 m M 35 E		
13.20	60 m W 30 E		
13.30	60 m W 35 E		
13.40	60 m W 40 E		
13.50	60 m W 45 E		
14.00	3000 m M 30 ZL	Weit W 40	Kugel M 40
		Weit W 45	Kugel M 45
		Hoch M 30	
14.15	3000 m M 40 ZL	Hoch M 40	
14.30	400 m M 30 ZL		
14.40	400 m M 35 ZL		
14.50	400 m M 40 ZL		
15.00	400 m M 45 ZL		
15.10	400 m W 30 ZL		
15.20	400 m W 40 ZL		

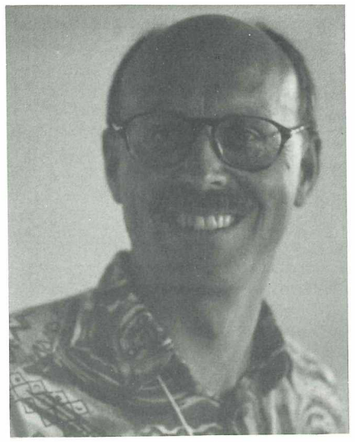
Auf die Stimmung kommt es an

Hans-Jürgen Krannig seit vielen Jahren als Stadionsprecher dabei

Auch in der Saison 1993 werden wir bei den wichtigen Veranstaltungen im Lande wieder eine vertraute Stimme wahrnehmen. Häufig im Hintergrund in einer Box, immer gut vorbereitet, sitzt der Stimmungsmacher und SHLV-Chefansager, der 46jährige Hans-Jürgen Krannig.

*Von Beruf ist er Bürovorsteher in einer der größten Anwaltskanzleien in Kiel. Als Vater zweier sportlicher Söhne hat der engagierte Funktionär einen strammen 12-Stunden-Arbeitstag. Eigentlich bleibt ihm kaum Zeit für sein Hobby. Über Jahre hat er sich jedoch der Leichtathletik verschrieben. Als Schüler war **hjk,** unter diesem Kürzel schreibt er für die »Kieler Nachrichten«, den »startschuß« sowie die »Leichtathletik«, zwar kein Spitzensportler, aber immerhin einmal Kreismeister im Speerwurf. —*

*Diese Sportler sind prädestiniert für eine Funktionärsaufgabe. Gesagt, getan. — In der Ära von »Tischi« Martens, als der SHLV seinen 25jährigen Geburtstag feierte, übernahm **hjk** das Amt des Landespressewartes, welches er 4 Jahre ausübte. Anschließend gründete er einen der ältesten und erfolgreichsten Lauftreffs, den des Kieler TB, und gab dem Breitensport gemeinsam mit Lutz Wischeropp wichtige Impulse.*



Chefansager Hans-Jürgen Krannig

Da er den »Pepp« im Stadion vermißte, übernahm er die Aufgabe des Ansagers. »Ich möchte die Leichtathletik auch auf Landesebene gut verkaufen«, so Hans-Jürgen Krannig.

*Sachverstand, Fingerspitzengefühl sowie eine gute Mikrophonstimme sind die Voraussetzungen für dieses wichtige Element einer Sportveranstaltung. Nicht umsonst spricht man vom »Salz in der Suppe«, das eine gute Moderation ausmacht, um einer Meisterschaft zum Erfolg zu verhelfen. Information ist wichtig, doch auch das Publikum muß stimuliert und angefeuert werden. Alles dieses beherrscht **hjk,** ohne dabei zu überziehen oder gar andere zu diskriminieren. »Gern würde ich jüngere Leute motivieren, einmal eine Siegerehrung in der Ansage zu übernehmen, denn auch dafür brauchen wir Nachwuchs«, so unser SHLV-Chefansager.*

Bei den Deutschen Jugendmeisterschaften, Ende der siebziger Jahre in Flensburg, sprang auch er »ins kalte Wasser«. Inzwischen zählt er im Norden zu den »alten Hasen«. 1989 brachte er die Deutschen Meisterschaften in Hamburg gemeinsam mit Dietrich Rau und Eckhart Westfalen aus Hamburg hervorragend über die Bühne. Es war eines der schönsten Erlebnisse für ihn.

10 bis 12 Ansagertermine im Jahr, dazu noch schreiben und fotografieren, das erfordert schon Toleranz von der Familie. In seiner Frau Karin, die unter dem Mädchennamen Unruh für Brunsbüttelkoog erfolgreich über die Hürden lief, findet er eine verständnisvolle Partnerin, die ihm häufig im Absagerturm hilft.

Freuen wir uns auf die erfrischenden Kommentare von Hans-Jürgen Krannig in der Leichtathletik-Saison 1993. S. Konjack

Mathias Klaus und Karin Sietz Silvesterlauf-Sieger

Sport und Jux zum Ende 1992

Jubel, Trubel, Heiterkeit und dazu ein Schuß sportlicher Einsatz — das waren die Garanten für eine erfolgreiche Silvesterlauf-Premiere des Lauftreffvereins Kiel-Ost. »Nachdem wir vor einem Jahr den Abschied des traditionellen Wellseer Silvsterlaufes feiern mußten, konnten wir diesen tollen Jahresausklang der Kieler Lauffamilie doch nicht einfach sterben lassen«, begründeten Rosi und Bruno Schmidt als neue Organisatoren die Übernahme der Veranstaltung durch den LTV Kiel-Ost.

Und wie in den Vorjahren in Wellsee herrschte reges Treiben auch in Ellerbek schon lange vor dem Start um 15 Uhr. Kostüme wurden gerichtet, Schminktöpfe bemüht und so manche Perücke machte ihren Träger unkenntlich für die Konkurrenz. Die Vielfalt der Kostümierungen überschlug sich einmal mehr und so manche Zuschauer an der Laufstrecke rieben sich verwundert die Augen über die ideenreichen und kunstvoll gestalteten »Outfits« der Läuferinnen und Läufer. Den Vogel schossen in der Kostüm-Wertung der Gruppen Christiane Zauner und Bernd Fedder als blauhäutige Schlümpfe ab. »Vor allem die Kinder waren unterwegs begeistert«, schilderte der Russeer seine Erlebnisse von der Strecke. »Nicht mal meine eigene Grundschullehrerin hat mich wiedererkannt«, wunderte er sich. Riesenbeifall gab es auch für die Klausdorfer »Pinguine« und den »19-Uhr-Club« des Lauftreffs Tannenberg, die fast in geschlossener Formation die sechs Kilometer-Distanz absolvierten. »Oma und Opa« (Heike Dilba mit Tochter Britta) sorgten ebenso für Aufsehen wie »Steckenpferd-Indianer« Johann Schneider (THW) und Vater »Caesar«, der von Sohn »Brutus« mit dem Holzdolch im Gewande sich ins Ziel »rettete«. Eine Gänsehaut vermittelte »Tarzan« Michael Koettlitz vom THW dem Publikum, der an seinem Geburtstage wahrlich seine nackte Haut zu Markte trug. Als beste Einzel-Kostümierung prämierte eine »unbestechliche« Jury »Michelangelo«Wolf-Dieter Scholz-Molzmann aus Kiel. Platz zwei ging an die männliche »Indianerin« Gerd Kurschus von der LG Albatros.

So ganz tierisch ernst nahmen es die meisten auch am Start auf dem Schulhof der Ellerbeker Schule nicht. Nach gemeinsamem »Absingen« der letzten zehn Sekunden gingen etwa 150 Starterinnen und Starter auf eine viel gelobten Kurs, der durch Ellerbek durch die Parks bis an den Rand Elmschenhagens führte. Viele interessierte Zuschauer und Spaziergänger zollten den Aktiven, die bei Temperaturen knapp über dem Gefrierpunkt häufig nur leicht geschürzt waren, aufmunternden Beifall. Erstmals beim Silvesterlauf nahmen die Triathleten in der sportlichen Wertung den Leichtathleten »die Butter vom Brot«, denn unter den ersten sechs im Ziel waren immerhin vier der Dreikampf-Spezialisten. Mit klarem Vorsprung passierte »Pirat« Mathias Klaus, für das Nike-Team Darmstadt startender Kieler das Ziel in »Streckenrekordzeit« (Originalton Bruno Schmidt) von 19:17 Min. vor dem Ratzeburger Stefan Siemers und Wolfram Klapper (USC Kiel). Mit Marathonläufer Manfred Tietje (LAG Gettorf/Rieseby) kam der erste »echte« Läufer als Vierter ins Ziel. »Die Strecke führte ja direkt an meiner Haustür vorbei, ich hatte quasi Heimvorteil«, griente der Sieger, immerhin Europameisterschaftsteilnehmer im Ultra-Triathlon.

Bei den Frauen ging der Siegerpokal an die Elbe, denn mit 21:38 Min. war die vielfache Landesmeisterin Karin Sietz von der LG Wedel/Pinneberg als 10. (!) im Gesamteinlauf fast drei Minuten schneller als die junge THWerin Anke Tiedemann. Bei ihrem letzten Start für den TSV Klausdorf wurde die zur LAV Husum wechselnde »Salome« Uschi Schiweck Dritte.

»Ein toller Einstand«, freute sich Bruno Schmidt bei der Siegerehrung, bei der, »unterstützt« durch rekonvaleszierenden Punsch und zu bemerkenswerten lateinamerikanischen Rhythmen des »Duo Tropical« die Wogen hochschlugen. Der eine oder andere Teilnehmer dürfte leicht verspätet oder etwas »angetörnt« zu seiner Silvesterparty erschienen sein.(hjk)

Dreisprung als Familiensport

Fünf Landesmeistertitel an Altenholzer Familie Speck

»Hop - Step - Jump« ist nicht etwa ein Dressurbefehl an das Hauskaninchen, sondern vielmehr der Fachbegriff der Ablauffolge derjenigen leichtathletischen Disziplin, die im Hause Speck in Altenholz den absoluten Vorrang hat.

Vater Udo (50), Tochter Ute (18) und Sohn Arne Speck (15) haben nämlich das Kunststück vollbracht, im Jahre 1992 in ihren Altersklassen jeweils die Landesmeisterschaft im Dreisprung zu erringen. Ute Speck war dabei sogar mehrmals erfolgreich, denn sie holte sich gleich drei Titel, da sie als Jugendliche (2x) auch bei den Frauen startberechtigt ist.

Udo Speck »fürchtet«, daß 1992 das letzte Jahr war, in dem er, diesmal mit 12,31 m, die Familien-Bestleistung aufweisen kann, denn Sohn (12,10 m) und Tocher (12,06 m) sind ihm dicht auf den Fersen. Mit insgesamt 36,47 m dürften sie allerdings als Gesamtfamilien-Weite kaum vergleichbare Konkurrenz in Deutschland haben. Langfristig werden hier von den drei Altenholzern die 40 m angepeilt.

Dreisprung hat bei Specks Tradition. Udo Speck, geborener Büdelsdorfer, 1,88 m groß und Schuhgröße 48, war als vielseitiger Athlet bereits 1960 deutscher Jugendmeister im Dreisprung mit 14,59 m. Bis 1988 waren seine Jugendrekorde im nördlichsten Bundesland unangetastet, gehörten zu den »Uralt-Rekorden«. Auch heute zählt er auf nationaler Ebene zu den drei besten Springern seiner Altersklasse M 50. Schon etwas stolz war er, als seine Tochter mit Einführung der Disziplin im weiblichen Bereich in seine Fußstapfen trat, sie, wie er seinerzeit 1962, ihren ersten Junioren-Länderkampf dreißig Jahre später bestritt und die Landesrekorde der Frauen mehrfach verbesserte, zuletzt beim Länderkampf gegen Frankreich und Polen in Sarregueniens auf 12,06 m. Die hochgewachsene Gymnasiastin ist seit wenigen Wochen vom Deutschen Leichtathletik-Verband für den nationalen C-Kader nominiert, fährt zu Lehrgängen auf Bundesebene und möchte 1993 ihre diesjährigen Plazierungen bei deutschen Titelkämpfen (5. und 7.) verbessern. Auch der 15jährige, 1,84 m große, von der Statur her schlaksige Arne Speck, ist auf besten Wege, die Dreisprungdynastie fortzusetzen. Bislang mehr dem Volleyballspiel zugeneigt, hat er in diesem Jahre nach deutlichen Leistungssteigerungen »Blut geleckt« und sich weitere Meistertitel auch als B-Jugendlicher im kommenden Jahre zum Ziel gesetzt.

Dreisprung-Familie Ute, Udo und Arne Speck

Neben der eigenen sportlichen Karriere war der heute im Kultusministerium als stellv. Abteilungsleiter tätige Pädagoge schon früh als Funktionär für den Leichtathletik-Nachwuchs auf Landes- und Bundesebene aktiv. Als Vorsitzender des 3.000 Mitglieder starken TSV Altenholz und gleichzeitig Abteilungsleiter der Leichtathleten, dem Tochter und Sohn als Übungsleiter zur Hand gehen, kämpft Udo Speck heute u. a. um bessere Bedingungen für seine jungen Athleten. Es ist in der Tat verwunderlich, daß auf dem Altenholzer Sportplatz mit seinen 'historischen' Rotgrand-Anlagen, die in den 70er Jahren schon nicht mehr aktuell waren, überhaupt Spitzenleistungen der TSV-Leichtathleten herauskommen können. Übrigens — eine Dreisprunganlage gibt es in Altenholz nicht! (hjk)

Ulf Ratje über 10 Kilometer nicht zu stoppen

Der Nikolaus persönlich, hinter dessen wallendem Bart sich Robert Weber verbarg, gab sich die Ehre, die 800 Läuferinnen und Läufer beim »9. Nikolaus-Lauf« des TSV Klausdorf zu begrüßen, die sich bei etwas trübem Spätherbstwasser den Startern, Bürgermeister Horst Müller (fünf Kilometer) und TSV-Vorsitzender Günter Rickers (zehn Kilometer), stellten.

»Mit 801 Meldungen haben wir einen tollen Teilnehmerekord zu verzeichnen«, vermeldete Cheforganisator Wolfgang Otto schon vor dem ersten Startschuß. Dem Hauptlauf über 10 Kilometer drückte allein ein Läufer seinen Stempel auf: Ulf Ratje. Der Sieger von 1990 beherrschte die Konkurrenz zu jeder Zeit. Bereits nach einem Kilometer hatte er sich deutlich vom 500köpfigen Restfeld abgesetzt. »Es lief trotz meiner Doppelbelastung ganz gut, die Strecke war insgesamt auch nicht zu matschig«, äußerte sich der seit zwei Wochen im Rahmen seiner Ausbildung zum Mediziner in der Orthopädie tätige Klausdorfer nach dem Rennen. Am Ende hatte er in 31:16 Min. einen beeindruckenden Sieg in der Tasche und konnte sich dazu über die Nachricht von Günter Rickers freuen, zum Sportler des Jahres im TSV Klausdorf gewählt worden zu sein.

Bei den Frauen überraschte Uta Lorenzen vom USC Kiel. Sie passierte als schnellste Läuferin nach 39:49 Minuten die Ziellinie im Stadion Aubrook.

Familiär ging es über fünf Kilometer zu. Viele Eltern standen mit ihren zum Teil kleineren Kindern in den hinteren Reihen am Start und betonten den breitensportlichen Charakter dieses Teilbereiches des Nikolauslaufs. Vorn ging allerdings gleich die Post ab. Mittelstreckler Christian Güssow (TSV Kronshagen) zeigte sich am besten disponiert. Der Jugendliche zeigte dort THW-Trainer Mike Lehmann die Hacken und holte sich den Sieg — und Wanderpokal — in 17:23 Min. Lehmann lag zwei Sekunden zurück. Gefolgt von Michael Krüger (LTV Kiel-Ost).

Ähnlich überlegen wie Ratje stellte auch Verena Karstens (Wellingdorfer TV) ihre gute Form mit 19:31 Min. unter Beweis. Mit über 1:40 Min. Rückstand folgten Anke Tiedemann (THW) und die schnellste Schülerin im Feld, Simone Liebenthal (TSV Klausdorf), auf den Plätzen.

Ergebnisse: Männer 5 km: 1. Christian Güssow (TSV Kronshagen) 17:23; 2. Mike Lehmann (THW) 17:25; 3. Michael Krüger (LTV Kiel-Ost) 17:29. **Frauen:** 1. Verena Karstens (WTV) 19:31; 2. Anke Tiedemann (THW) 21:17; 3. Simone Liebenthal (TSV Klausdorf) 21:23.

Männer 10 km: 1. Ulf Ratje (TSV Klausdorf) 31:16; 2. Jörg Ringeloth (Athletico Büdelsdorf) 32:37; 3. Sven Murmann (Athletico Büdelsdorf) 33:07. **Frauen:** 1. Uta Lorenzen (USC Kiel) 39:49; 2. Ingrid Weber (TSV Glücksburg) 40:17; 3. Ursula Schiweck (TSV Klausdorf) 42:15.

Einen **Videofilm** auf einer Großleinwand über den **100-km-Lauf in Neuwittenbek** zeigt die LG Albatros am **7. Februar** in Neuwittenbek im Gasthof »Zur Linde« ab 15.00 Uhr. Dauer der Vorführung: 1.45 Std.

SHLV-Lauftreffseminar ein voller Erfolg

Das Seminar fand unter der bewährten Leitung von Egon Sievers im Haus der Jugend in Neumünster statt.

30 Vertreter von Lauftreffs aus ganz Schleswig-Holstein hörten interessante Vorträge und nahmen an den verschiedensten praktischen Übungen teil.

Lutz Wischeropp eröffnete das SHLV-Seminar mit einem Vortrag über die biologischen Grundlagen des Laufens.

Hierbei ging es um die Vermittlung der Abläufe im Körper bei sportlicher Belastung und die Probleme, die falsches oder zu viel Training für Läufer bedeuten können. Außerdem wurde auf Problemfälle in der Anfängerbetreuung hingewiesen, z. B. wie kann ich einen übergewichtigen 50jährigen, der meint, nun müsse er mal etwas für sich tun, tatsächlich auch für den Lauftreff begeistern, ohne ihn durch Überforderung zu vergraulen.

Der nächste Tag war dann angefüllt von praktischer Arbeit und der theoretischen Aufarbeitung derselben.

Michael Medler führte uns durch dieses Programm und insbesondere der Nachmittag mit dem Beweglichkeitstraining und den Kräftigungsübungen rief doch bei manchen von uns Muskelpartien in Erinnerung, von denen wir gar nicht recht wußten, daß es sie gab. Insgesamt ein sehr lehrreicher Tag, der durch ein Referat von Michael Kriwat, einem orthopädischen Schumachermeister aus Kiel, beendet wurde, der uns viel Interessantes und viel Neues zum Thema Laufschuh und richtiges Schuhwerk erzählte.

Zum Abschluß, am Sonntag Vormittag, hatte uns Michael Medler wieder in die Finger bekommen und mit diversen Laufspielen in Schweiß gebracht.

Das Ende bildete eine Laufmeile, bei der es dann doch Überraschungen gab, denn aus der Meile wurden für einige Läufer dank des »guten« Orientierungssinnes etwa zwei bis zweieinhalb. Naja!

Danach hörten die Teilnehmer ein Referat von Alfred Schmücker zum Thema Erste Hilfe, aus der Praxis für die Praxis. Uns wurden noch einmal die üblichen Verletzungen, die so im Sport vorkommen können, dargestellt, und neben einiger Theorie auch die Praxis der Hilfe vor Ort vermittelt. Dabei zeigte sich dann doch, daß es etwas anderes ist, wenn man nur zuschaut oder doch selbst mal Hand anlegen muß.

Nach dem Frühstück am Samstag dann zunächst, sehr passend, der erste Vortrag zum Thema Ernährungsfragen, dessen zweiter Teil dann, ebenso passend, in die Verdauungsphase nach dem Mittagessen fiel und uns unsere Sünden vor Augen führte. Aber was will man machen, wenn es halt schmeckt . . .

Der Vormittag war angefüllt mit neuen praktischen Ideen zur Gestaltung von Lauftreffs. Hier war Michael Medler in seinem Element und man merkte gar nicht, wie auf spielerische Weise doch mehrere Kilometer zusammenkamen. Es muß eben nicht immer nur stur geradeaus gelaufen werden.

Auch am Nachmittag scheuchte uns Michael Medler beim Jogger-Biathlon über Feld und Flur sowie alle diejenigen, denen das nötige Zielwasser fehlte, über so manche Strafrunde.

Beim Jogger-Bingo dann machte sich wieder die eine oder andere Orientierungsschwäche bemerkbar, da aber hier in kleinen Gruppen gelaufen wurde, kamen alle wieder auf den rechten Weg.

Es war wiederum ein rundum gelungenes, lehrreiches Wochenende, wozu sicherlich auch das gute Klima unter den Teilnehmern beitrug. Wir haben viel gelernt, dabei genauso viel Spaß gehabt und hoffen, daß zumindest einiges davon in unseren Lauftreffs umzusetzen sein wird.

Auf das bald wieder solche oder ähnliche Veranstaltungen stattfinden.

Axel Schilling

DSLV-Sportlehrertag 1993
»Leichtathletik erleben«

Zusammen mit dem Sportlehrerverband (DSLV), dem Institut für Praxis und Theorie der Schule (IPTS) und dem Sportzentrum der Universität in Kiel veranstalten wir am **11. Mai 1993** den **DSLV-Sportlehrertag 1993.** Wichtige Ziele dieses Kongreßtages sind der Austausch von Ideen für eine Belebung der leichtathletischen Praxis in Schule und Verein und die Wegbereitung und Verbesserung einer Zusammenarbeit zwischen beiden Institutionen. Die Veranstaltung wendet sich an alle Sportlehrerinnen und Sportlehrer, an alle Trainerinnen und Trainer sowie an alle Übungsleiterinnen und Übungsleiter, die in der Leichtathletik tätig sind.

Für die inhaltliche Gestaltung des Kongreßtages konnten fast 30 Referenten gewonnen werden, die in fast 60 Veranstaltungen die Vielfalt der Leichathletik darstellen werden. Im Mittelpunkt steht die praktische Unterrichtsarbeit, d. h. »Leichtathletik erleben« ist schwerpunktmäßig eine praktische Veranstaltung mit den Teilnehmern.

Hier die wichtigsten **Informationen:**

Termin: 11. Mai 1993
Ort: Sportzentrum der Universität Kiel
Kongreßgebühr: Trainer/Übungsleiter: 20,- DM; andere: 30,- DM
Anmeldung und Auskunft: Geschäftsstelle des SHLV
Anmeldeschluß: 27. April 1993

Trimm Dich
Lauf' mal wieder

Schweißtreibende Stunden mit »Mike« Medler

Am 09. Dezember 1992 veranstaltete der Kreisleichtathletik-Verband Flensburg eine Trainerfort-/weiterbildung für Leichtathleten mit dem Thema »Funktionsgymnastik«. Ausbildungsleiter war kein geringerer als der Lehrwart des SHLV Michael Medler.

Ca. 30 Sportler/innen nahmen an dieser hervorragenden Fort-/Weiterbildungsmaßnahme teil. Alle Teilnehmer/innen kamen in den ca. zwei Stunden Sport erheblich ins Schwitzen. Nicht desto trotz waren alle der Meinung, daß auf diesem Gebiet in der Leichtathletik, hier Läufer/innen, zu wenig getan wird.

Nach getaner Arbeit wurde zusammen mit M. Medler in gemütlicher Runde über für alle schweißtreibenden Stunden diskutiert.

Berichtigung

Der »5. LN-Straßenlauf — Rund um Ratekau« findet am Sonntag, den 13. Juni 1993 statt.

Bitte der Redaktion an alle Artikelschreiber

Die technische Herstellung eines Druckobjektes wie den »startschuß« stellt an die Qualität der Manuskripte einige Anforderungen, um deren Beachtung wir Sie bitten:

- *Schreiben Sie Ihre Texte bitte mit Schreibmaschine*
- *Benutzen Sie das Faxgerät zur Übermittlung von Artikeln bitte nur im Notfall*
- *Wenn Sie Ihre Artikel mit dem Computer schreiben, sorgen Sie bitte für einen kräftigen Ausdruck*

Mit der Erfüllung unsere Bitte erleichtern Sie dem Setzer die Arbeit und helfen, unnötige Fehler und Kosten zu vermeiden.

Lauf- und Kulturreise nach St. Petersburg vom 17. - 23. 06. 1993

Der hanse-Marathon Hamburg e.V. bietet für Lauffreunde und deren Begleitung eine Lauf- und Kulturreise vom 17. - 23. Juni 1993 an. Höhepunkt ist die Teilnahme am »Weiße-Nächte-Marathon« (auch 10.000 m) in der Mitsommernacht. Geplant sind Besichtigungen, Ausflüge und Balettabendbesuch. Unterkunft und Verpflegung werden im Sporthotel St. Petersburg angeboten. Interessierte lassen sich Unterlagen zuschicken von: Wolfgang Kucklick, Eckweg 17a, 2000 Hamburg 72, Tel. 0 40 / 644 60 68.

starte doch mal in . . .

Unter dieser Rubrik veröffentlichen wir auch Ihre Ausschreibung. Pro Druckzeile kostete dieser Service nur 1,50 DM. Mindestens jedoch 10,— DM. Mit einer Veröffentlichung an dieser Stelle erreichen Sie Ihre Zielgruppe zu besonders günstigen Bedingungen. Denken Sie doch nur einmal an Ihre Portokosten! Senden Sie Ihren Veröffentlichungswunsch an den Pressewart. Die Abrechnung erfolgt über den SHLV. Für alle Ausschreibungen gilt der Hinweis, daß Ausrichter und Veranstalter keine Haftung für Schäden jeder Art übernehmen.

Neumünster

Sonnabend, 30. Januar 1993, 14.30 Uhr, Holstenhalle. Offene Hallen-Kreismeisterschaften Schüler und Schülerinnen. Ausrichter: KLV. Weiteres s. »startschuß« - Ausgabe Nov./Dez. 1992.

Neumünster

10. 4. 1993 LG Neumünster. 9. Osterlauf.

Wettbewerbe:

21,1 km amtl. vermessener Halbmarathon (die bekannte 25-km-Strecke wurde entsprechend verkürzt). Start 14.30 Uhr. Startgebühr DM 15,-.

10 km, Start 13.00 Uhr, Startgebühr DM 10,-. 5 km Schnupperlauf, Start 14.40 Uhr, DM 5,-.

Nachmeldegebühr DM 5,-. Meldeschluß: 3. 4. 93. Start und Ziel: Olympia-Anlage, Carlstraße 143. Siegerehrung ca. 1 Stunde nach Beendigung. Kto. LG Neumünster, Volksbank, Kto.-Nr. 691 400, BLZ 212 900 16. Anmeldungen: Fred Gerull, 2350 Neumünster, Sudentenlandstr. 5 f.

Husum

21. Husumer Winter-Marathon am **6. März 1993.** Veranstalter: LAV Husum und Husumer Nachrichten. Start und Ziel: Husum, Jahnsportplatz am Erichsenweg. Start: 12.30 Uhr, Zielschluß 16.45 Uhr.

Org.-Gebühren DM 30,- (Nachmelder + DM 5,-. Meldeschluß 22. Febr. 93.

Info., Anmeldung, Ausschreibung: LAV Husum, Uwe Knudsen, Nedderlund 16, 2251 Mildstedt, Tel. 0 48 41 / 7 34 00.

Kiel

2. INTERNATIONALER 100 KM-LAUF, Sa., **16. Oktober 1993.** LM Schleswig-Holstein. Staffellauf über 100 km. **50 km-Lauf!** Viele Geldpreise für HK u. AK's. KIEL IST EINE REISE WERT! Ausschreibungen: Günter Stachel, Wolperdingstr. 9, 23 Kiel 1, Tel. 04 31 - 33 16 01 (bitte DM 2,- in Postwertzeichen bei Anforderung).

Kiel

6. KIELER HOCHBRÜCKENLAUF 28,3 km. So., **5. Sept. 1993. Das** Lauferlebnis! Schöne, aber teilweise recht schwierige Strecke am Nord-Ostsee-Kanal und über die 60 m hohen Brücken. Geld- und Sachpreise, Urkunden, Ergebnislisten u. a. m. Ausschreibung: Günter Stachel, Wolperdingstr. 9, 23 Kiel 1, 04 31 / 33 16 01. AUF GEHT'S NACH KIEL! (bitte DM 2,- bei Anforderung).

Fair geht vor

Kiel-Friedrichsort

Die Sportvereinigung Friedrichsort lädt ein zum 19. CROSS-LAUF. Der landesoffene Crosslauf — für Kreis Kiel gleichzeitig KM — wird am **13. März 1993** wie in den Vorjahren am Falckensteiner Strand in Friedrichsort durchgeführt. Beginn: 14 Uhr.

MELDUNGEN bis 10. 3. 93 an Peter Baumgardt, Priwallstr. 46, 2300 Kiel 17. Meldegebühr: Schüler/innen DM 2,-; Jugend und Erwachsene DM 3,-. Auszeichnungen: Urkunden, sie werden mit der Ergebnisliste zugesandt.

Wettbewerbe:	**Startzeit**
M Mittelstr., 4 gr. Rd. 4400 m	14.00
M Alterskl., 4 gr. Rd. 4400 m	14.00
männl. Jugend A, 4 gr. Rd. 4400 m	14.00
Schülerinnen D, 1 kl. Rd. 675 m	14.25
Schülerinnen C, 1 kl. Rd. 675 m	14.30
Schüler D, 1 kl. Rd. 675 m	14.35
Schüler C, 1 gr. Rd. 1100 m	14.40
Schülerinnen B, 2 kl. Rd. 1350 m	14.50
Schüler B, 1 kl. + 1 gr. Rd. 1775 m	15.00
Si A, 1 kl. + 1 gr. Rd. 1775 m	15.10
Schüler A, 1 kl. + 2 gr. Rd. 2875 m	15.20
Frauen, 1 kl. + 2 gr. Rd. 2875 m	15.35
WJA/B, 1 kl. + 2 gr. Rd. 2875 m	15.35
männl. Jgd. B, 3 gr. Rd. 3300 m	15.50
Männer Langstr., 9 gr. Rd. 9900 m	16.00
Männer Alterskl., 9 gr. Rd. 9900 m	16.25

Hamburg

Straßenlauf-Cup der LG HNF-Hamburg, **21. 02. 93 -** 10 km — **07. 03. 92** - 10 Meilen — **21. 03. 93** Halbmarathon.

Start: Jeweils 10.00 Uhr Parkplatz Langenrehm im Forst Rosengarten.

Die Anmeldung ist nur am Tage des Wettkampfes ab 8.30 Uhr direkt am Start möglich. Startgeld: Straßenlauf-Cup (3 Läufe) - Erw. 21,-; Jgdl. 15,- DM. Einzelwettbewerbe: 10 km - Erw. 6,-; Jgdl. 4 DM; 10 Meilen - Erw. 10,-; Jgdl. 8,- DM.

Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde und Ergebnisliste. Ehrenpreise für die erstplazierten Männer und Frauen der Gesamtwertung sowie die Sieger in den einzelnen Altersklassen.

Die Wendepunktstrecke führt über eine verkehrsfreie, befestigte Forststraße. Bei Eis und Schnee steht eine Ausweichstrecke in unmittelbarer Nähe zur Verfügung. Anfahrt über BAB 261, Abfahrt Sieversen nach Langenrehm (ausgeschildert). Auskunft: Manfred Rapior, Hausbrucher Bahnhofstraße 10, 2104 Hamburg 92, Tel. 0 40 / 796 48 11.

Boren

Bitte vormerken! Im Juni lädt der Borener SV zweimal zu interessanten Laufwettbewerben ein:

Sonntag, **06. Juni 1993;** Start: 9.30 Uhr. 1. SCHLEI-LAUF: Halbmarathon und 5 km-»Schnupperlauf«.

Samstag, **12. Juni 1993;** Beginn: 13.30 Uhr. 3. Lauf über die BORENER MEILE (11,6 km). Nähere Infos rechtzeitig vorher im »startschuß« oder gegen Rückporto bei N.-P. Binder, Ekenisfeld 4, 2347 Boren, Tel. 0 46 41 / 27 49 oder 04 31 / 80 25 10.

Travemünde

Crosslauf des TSV Travemünde, Gleichzeitig Meisterschaften des KLV Lübeck. Am Sonntag, dem **28. Februar 1993** in Lübeck-Siems. Beginn 10.00 Uhr.

Die Cross- und Waldlaufstrecke liegt im Gelände der Siedlung Rangenberg zwischen dem Sportplatz des TSV Siems und der Straße Kieselgrund.

Auswärtige Gäste, die über die BAB anreisen, müssen sich an der Ausfahrt Lübeck-Siems zunächst in Richtung Herrenbrücke halten, davor gleich rechts abbiegen und erreichen dann links über die Seelandstraße den Sportplatz des TSV Siems. Über die B 75 aus Lübeck kommend, biegt man nach dem Passieren der Herrenbrücke rechts nach Siems ab.

Wettbewerbe und Zeitfolge:

10.00 SD	880 m	1 mittl. Runde
10.05 SiD	880 m	1 mittl. Runde
10.10 SB	1680 m	2 mittl. Runden
10.12 SiA	1680 m	2 mittl. Runden
10.25 SC	1230 m	2 kleine Runden
10.27 SiC	1230 m	2 kleine Runden
10.40 SiB	1230 m	2 kleine Runden
10.50 SA	2500 m	1 gr. + 1 kl. Rd.
11.00 MJB	2730 m	1 gr. + 1 mittl. Rd.
11.05 WJA/B	1930 m	1 große Runde
11.15 M. Mittel.	3780 m	2 gr. Runden
11.15 Ju	3780 m	2 große Runden
11.15 MJA	3780 m	2 große Runden
11.45 M. Langstr.	9330 m	5 große Runden
11.45 Senioren	5630 m	3 große Runden
11.50 F./AK	3780 m	2 große Runden

Urkunden werden für mindestens 50% der Teilnehmer bis zur Höchstzahl von acht je Wettbewerb vergeben. In den Schülerklassen erhalten **alle** Läufer eine Urkunde, die Einzelsieger einen kleinen **Erinnerungspokal.**

Meldungen: schriftlich erbeten an: Joachim Biewald, Knud-Rasmussen-Straße 66, 2400 Lübeck 1. **Meldeschluß:** 26. 2. 1993. **Organisationsbeiträge:** Schüler/innen DM 3,-; Jugend DM 4,-; Erwachsene DM 5,-; Nachmeldunmgen + DM 2,-. **Umkleidemöglichkeiten** sind auf dem Sportplatz des TSV Siems vorhanden.

Geben Sie den
»startschuß«
auch an andere Sportler weiter!

Kiel-Holtenau

2. Abendlauf, 5 km Schnupperlauf, Start 20.00 Uhr; 10 km Hauptlauf, Start 20.10 Uhr; Wertung nach DLO; beide Läufe ab Jahrgang 1978.

Freitag, 28. Mai 1993, Sportplatz Hochbrükke. Startgeld: 5 km: alle DM 5,-; 10 km: Erwachsene DM 10,-; Jugend DM 8,-; Nachmelder plus DM 3,-; Meldeschluß 24. Mai 1993. Auszeichnungen: Pokale, Plaketten, Urkunden. Hauptlauf zusätzlich 100,- DM Siegprämie; DM 50,- für Streckenrekord.

Auskunft/Meldeanschrift: Siegfried Schmitz, Grönhoffweg 20, 2300 Kiel 17, Telefon 04 31 / 36 19 24.