Postvertriebsstück – Entgelt bezahlt
C 1371 E
Schleswig-Holsteinischer
Leichtathletik-Verband e.V.
Winterbeker Weg 49
24114 Kiel

Deutsche Post AG
2001

Bernd Hausmann

Kopenhagener Allee 44
24109 Kiel

„Ich will nicht öfter als nötig zum Arzt.“

Wir von der AOK finden: Doppelt hält nicht immer besser. Um unnötige Mehrfachuntersuchungen zu vermeiden und Ihnen z.B. doppeltes Röntgen oder Blutabnehmen zu ersparen, wurde im Rahmen eines Pilotprojekts in Kiel, Plön und Rendsburg der Patientenbegleitbrief eingeführt. Der erleichtert die reibungslose Kommunikation zwischen den einzelnen Ärzten, Ihnen und uns. **Mehr dazu sagt Ihnen gerne die AOK-Geschäftsstelle in Ihrer Nähe. Oder rufen Sie an:**

0180/32 32 32 6
Rund um die Uhr, 7 Tage die Woche!

AOK
Die Gesundheitskasse.

Auf die Leistung kommt es an.

Nr. 11/12 – 23. Jahrgang – 10. Dezember 2001 – ISSN 0930 - 1674 C 1371 E

startschuß

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

HALBMARATHON LM NEUMÜNSTER:
Karen Friedrichsen und Marco Kolmorgen vorn

Tipps und Tricks am Mikro

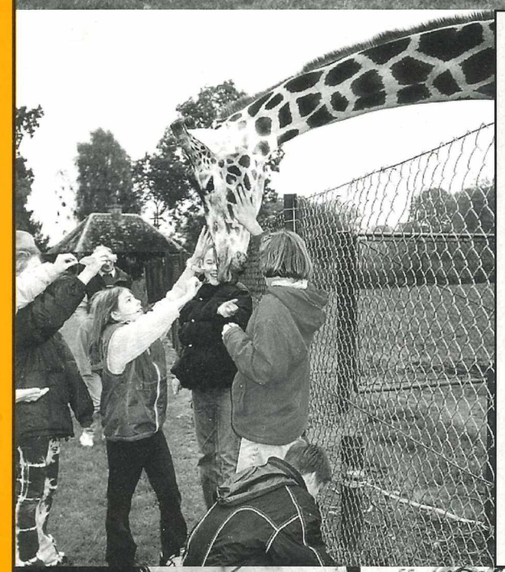
Pokalwertung Stabhochsprung 2001

„Langnasen“ treffen „Schlitzaugen“

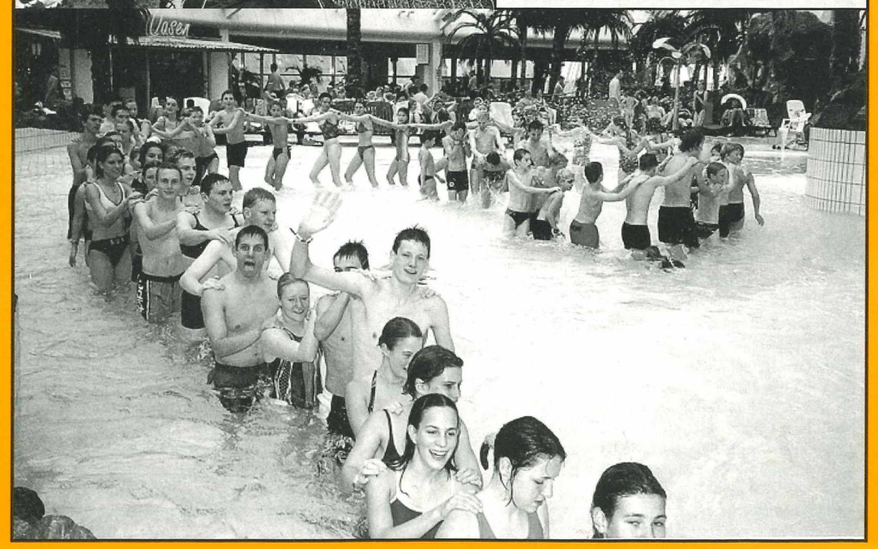
Kaderlehrgänge im SHLV

Termine, Termine

. . . und 14mal „starte doch mal in . . .“



SHLV-Jugendfreizeit LANDIA 2001



IMPRESSUM

Herausgeber:
Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband e.V. (SHLV), Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel, Tel. (04 31) 64 86 122, Fax 648 61 92

Redaktion:
SHLV-Pressewart
Siegfried Konjack (verantwortlich)
Flamweg 84, 25335 Elmshorn,
Tel. 0 41 21 / 2 02 22, Fax 2 02 82
Ständige Mitarbeiter:
Ingeborg Konjack, Kerstin Bieler, Hans-Jürgen Krannig, Michael Ahnfeldt, Niels-Peter Binder, Stephan Lorenz, Torben Schade.

Produktion:
Christian Ibarth
Digitaldruck - Fotosatz - Gestaltung
Gustav-Falke-Straße 13, 23562 Lübeck,
Tel. (04 51) 59 75 18, Fax 59 72 55
email: Christian.Ibarth@t-online.de

Erscheinungsweise:
Elfmal im Jahr zum 20. des Monats.

Abonnements-Preis:
50,00 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:
5,- 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.

Das Papier des „startschuß" besteht zu 33,3% aus Altpapier, 33,3% aus Holzschliff und 33,3% aus chlorfrei gebleichtem Zellstoff.

Ein frohes und gesundes Weihnachtsfest und alles Gute für 2002

wünscht das Präsidium des Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verbandes allen Leichtathletinnen, Leichtathleten, Mitarbeiterinnen, Mitarbeitern und Freunden der Leichtathletik.

Für die angenehme und verständnisvolle Zusammenarbeit im zurückliegenden Jahr danken wir allen Aktiven, den Verantwortlichen in den Vereinen und Kreisen, den befreundeten Verbänden und Institutionen. Dieser Dank gilt auch den zahlreichen Mitarbeitern bei den Deutschen 100 km-Straßenlaufmeisterschaften in Neuwittenbek/Kiel, bei den Norddeutschen Meisterschaften in Lübeck und den Norddeutschen Cross-Meisterschaften in Burg/Dithmarschen, die dazu beigetragen haben, dass diese Veranstaltungen ein voller Erfolg wurden.

Für die umfangreichen Aufgaben im neuen Jahr erbitten wir Ihre Mithilfe und hoffen weiterhin auf eine gedeihliche Zusammenarbeit. Dazu wünschen wir für das kommende Jahr Gesundheit, Glück und Erfolg.

gez. Wolfgang Delfs — *Präsident*
gez. Uwe Bartsch — *Vizepräsident*
gez. Jan Berszuck — *Sport Vizepräsident Finanzen*

Titelfoto: *Jugendfreizeit „Lalandia" wieder ein Volltreffer* *Fotos: Uta Götze*

Achtung - für die Januar-Ausgabe geänderte Redaktionsanschrift!

5.1.02

Redaktionsschluß

Erscheinungstermin der Januar-Ausgabe ist der 20. Januar 2002. Bis zum 5. 01. 2002 müssen Ihre Beiträge und Anzeigenwünsche den **Stephan Lorenz, Hasenkamp 7, 25746 Lohe-Rickelshof, Tel./Fax: 04 81 - 7 34 87, eMail: stem.lorenz@t-online.de** erreicht haben. Später eingehende Briefe können für die Januar-Ausgabe leider nicht berücksichtigt werden. Bitte beachten Sie diesen Termin.

Geburtstage

01. 12. 38 Renate Dethloff, 03. 12. 81 Arne Fries,
03. 12. 29 Helga Ballelrt, 03. 12. 38 Wolfgang Huppers,
06. 12. 28 Heinz Wiemer, 06. 12. 39 Eckart Nicolaus.
04. 12. 56 Christine Otto, 07. 12. 41 Arnim Pieper
11. 12. 40 Elke Barck 17. 12. 38 Margot Springer,
17. 12. 43 Egon Sievers,19. 12. 41 Peter Reger,
20. 12. 39 Hans Springer,21. 12. 34 Klaus Nabel,
24. 12. 74 Ulf Anderbrügge, 26. 12. 44 Ingeborg Konjack,
26. 12. 44 Michael Kraatz, 27. 12. 39 Charlotte Hauke,
30. 12. 34 Theo Rous (Nordrhein), 01. 01. 59 Michael Krause,
03. 01. 24 Leo Thiel, 04. 01. 41 Dieter Rohwäder,
04. 01. 23 Hans Tidecks, 05. 01. 29 Hans-Adolf Wohlsen,
07. 01. 35 Werner Haß, 07. 01. 78 Timo Feller,
07. 01. 39 Uwe Buhrke, 10. 01. 27 Heerbert Gennun,
11. 01. 51 Eva Richter, 13. 01. 54 Christel Lorenzen,
14. 0. 69 Dirk Urban, 15. 01. 74 Michael Sachtler,
15. 01. 39 Dr. med. J. Gunkel, 16. 01. 59 Peter Pichol,
19. 01. 57 Hannelore Jebens, l9. 01. 51 Frank Thieme,
19. 01. 41 Karin Reske

Geburtsdaten bitte an den startschuß, Flamweg 84, 23335 Elmshorn

LM Halbmarathon in Neumünster - 14. 10. 01

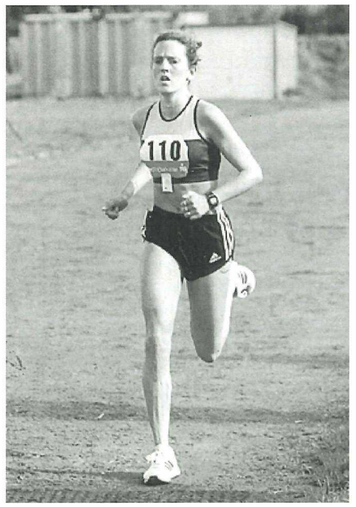
Tolles Comeback von Marco Kolmorgen – Karen Friedrichsen souverän

Sechs Jahre lagen zwischen seinem letzten Titelgewinn und seinem Sieg bei den diesjährigen Landesmeisterschaften – mit seinem tollen Comeback setzte Marco Kolmorgen das Glanzlicht der Halbmarathon-LM in Neumünster. Bei den Frauen gab Karen Friedrichsen eine souveräne Vorstellung und holte sich nach 1999 zum zweiten Mal den Titel über die 21,0975 km auf der Straße.

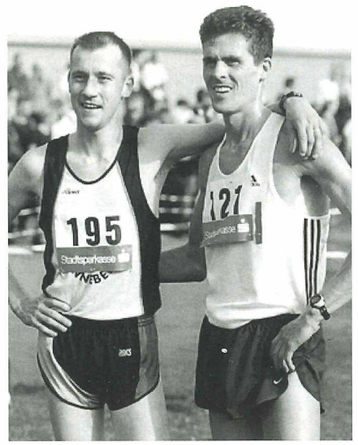
Ungewöhnliche Witterungsbedingungen fanden die Straßenläufer Mitte Oktober in Neumünster vor. Nach dem verregneten September kehrte noch einmal der „Altweibersommer" nach Schleswig-Holstein zurück. Während die Zuschauer in T-Shirts an der Strecke standen, gerieten die Athleten mächtig ins Schwitzen. Die Temperaturen von über 20 Grad blieben auch in der Spitze nicht ohne Wirkung. Absolute Top-Zeiten oder persönliche Bestzeiten blieben zum Saisonabschluss Mangelware. Gleichwohl gab es bei den Männern ein spannendes Rennen.

Recht früh setzten sich Marco Kolmorgen (LG Wedel-Pinneberg) und Michael Kühne (LBV Phönix Lübeck) von ihren Konkurrenten ab und wichen 19 Kilometer lang nicht von einander. „Beim Tierpark kurz nach km 19 habe ich mich dann etwas abgesetzt", schilderte der neue Landesmeister dann den rennentscheidenden Moment. Michael Kühne ließ sich jedoch bis zum Olympia-Sportplatz nicht abschütteln. Erst auf der Aschenbahn konnte sich Marco Kolmorgen sicher fühlen. Ganze acht Sekunden trennten die beiden Kontrahenten: Kolmorgen lief nach 1:12:15 Stunden über die Ziellinie, Kühne folgte in 1:12:23 Stunden.

Mit dem Titelgewinn in seiner Heimatstadt krönte Marco Kolmorgen sein Comeback, das er in den letzten Monaten gestartet hatte. 1995 hatte der jetzt 30-jährige zuletzt auf der obersten



Karen Friedrichsen (TSV Langenhorn)



Schenkten sich nichts – l. Marco Kolmorgen, r. Michael Kühne

Stufe einer Landesmeistersiegerehrung gestanden (LM Halbmarathon damals in 1:06:55). Verletzungsprobleme hatten den frisch diplomierten Oecotrophologen dann lange Zeit von der Bildfläche der Laufszene verschwinden lassen. Jetzt scheint er wieder voll da – in Zeiten, wo es an der Spitze ein wenig bröckelt, ein Glücksfall für die Straßenlauf-Szene im Land.

„Alte Hasen" und „Newcomer"

Acht Sekunden Rückstand beim Halbmarathon in Neumünster, neun Sekunden Rückstand beim Marathon in Hamburg – Michael Kühne verpasste zum zweiten Mal in diesem Jahr nur knapp einen Landesmeistertitel auf der Straße. Hinter den beiden Assen in der Spitze folgte mit Jens Gauger (LG Wedel-Pinneberg) nach 1:13:24 Stunden ein „alter Hase", während dagegen mit Bogdan Gluszczuk, dem polnischen Neuzugang des TSV Neustadt, ein neues Gesicht auf Platz vier (1:14:41) auffiel.

Bei den Frauen scheinen die Straßen Schleswig-Holsteins nun wieder fest in der Hand von Karen Friedrichsen zu sein. Da die Kielerin Anke Hahn Mutterfreuden entgegensieht, kann der 28-jährigen Nordfriesin keine SHLV-Athletin folgen. Nach 1:23:07 Stunden lief die Langenhornerin als souveräne Siegerin ins Ziel. Karen Friedrichsen konnte sich damit binnen drei Wochen über zwei Landesmeistertitel in zwei verschiedenen Sportarten freuen. Zuvor hatte die Ausdauersportlerin auch die schleswig-holsteinischen Duathlon-Meisterschaften für sich entschieden. Auf den weiteren Medaillenplätzen folgten zwei Damen aus dem äußersten Norden, denen man keinesfalls anmerkte, dass sie bereits zu den „Mastress" zählen. Anita Carstensen von der LG Niebüll-Süderlügum (W 40; 1:25:10) und Hannegret Hansen (W 45; 1:28:12) holten sich Platz zwei und drei. Nach einer harten und erfolgreichen Saison kam Verena Becker nach 1:29:35 Stunden als Vierte ins Ziel und legte damit den Grundstein für den Mannschaftssieg der Frauen des THW Kiel (4:39:30; Becker, Schuster, Schönborn). Bei den Männern war die Team-Wertung fest in der Hand der LG Wedel-Pinneberg (3:40:30; Kolmorgen, Gauger, Zopf). In den Altersklassen prägten durchweg die gewohnheitsmäßigen Vorreiter die Szenerie. Die knappste Entscheidung fiel bei den Senioren M 45. Wladimir Nagowizyn (1:19:23, LAV Husum) gab 100-km-Europameister Peter Massny (1:19:29, TSV Neustadt) hauchdünn das Nachsehen.

Neben den zahlreichen Volksläufern gingen zum Saisonfinale auf der Straße knapp 200 Athleten an den Start.

Niels-Peter Binder

Sparkassen-Meeting Bad Segeberg

Freitag, 8. Februar 2002, 19 Uhr
Kreissporthalle,
Burgfeldstr., Bad Segeberg

In der Segeberger Kreissporthalle werden wieder bekannte Athleten in den Disziplinen Stabhochsprung und Kugelstoßen ihr Können zeigen.

Klangvolle Namen wie Tim Lobinger, Michael Stolle und Astrid Kumbernuss sind im Gespräch.

Eine Schülerpendelstaffel der Klassen B + C wird landesweit ausgeschrieben, diese soll mit den Top-Athleten angereichert werden. – Jeweils 5 Jungen und Mädchen pro Staffel!

Meldeadresse: Jan Clausen, Feldstrasse 15, 23795 Bad Segeberg, e-mail: janclausen@t-online.de.

Leichtathletik
Europameisterschaften
06.-11.08.
Olympiastadion

München 2002

EAA

Vereinsaktion Europameisterschaften 2002

30 Jahre nach den Olympischen Sommerspielen 1972 findet wieder ein Leichtathletik-Ereignis der absuluten Sonderklasse im Olympiastadion München statt:

Die Europameisterschaft 2002.

Sicher möchten Sie vom 06.-11. August in München dabei sein, wenn die Athleten in spannenden Wettkämpfen um ihre Medaillen kämpfen und versuchen, neue Rekorde aufzustellen. Damit es das „große Fest der Leichtathletik" werden kann – mit einer Bombenstimmung im Olympiastadion – brauchen wir auch die Hilfe Ihres Vereins und Ihrer Vereinsmitglieder. Werben Sie im Verein, in der Familie und bei Freunden für einen Besuch der Europameisterschaft Leichtathletik 2002. Damit Sie leichter auf den Geschmack kommen, haben wir Ihnen einen doppelten Anreiz geschaffen:

- generell besucherfreundliche Eintrittspreise.
- für Vereinsmitglieder und deren Freunde und Familien wollen wir aber ein ganz besonderes Zuckerl bis Weihnachten 2001 anbieten.

Und dieses Zuckerl bedeutet bei einer Bestellung ab

10 Dauerkarten: 10 % Rabatt (pro Karte)

100 Dauerkarten: 15 % Rabatt (pro Karte)

Diese Vergünstigungen gelten für die ***Kategorien II und III*** und beziehen sich auf die offiziellen Preise (nicht Ermäßigungen).

Und nicht vergessen: diese Sonderaktion, die Sie übrigens auch im Zusammenhang mit Ihren Weihnachtsfeiern als Geschenk oder zur Verlosung benutzen können, läuft bis zum

21. Dezember diesen Jahres. Dann muss der Bestellschein beim Organisationskomitee in München sein.

Poster, Flyer und Bestellscheine sind auf der SHLV-Geschäftsstelle vorrätig und können dort abgefordert werden.

Weitere Informationen erhalten Sie auch unter der Telefon-Nummer 0 89 - 30 67 - 33 00 bzw. unter www.leichtathletik-em-2002.de.

Ein startschuß-Abonnement als **Weihnachtsgeschenk**

Hinweis und Bitte an die Vereine

Mitgliedermeldung zum 1. Januar 2002

In den nächsten Wochen ist wieder die Mitglieder-Bestandserhebung für den Landessportverband Schleswig-Holstein zu erstellen. Wir möchten deshalb die wiederholten Hinweise auf die Meldung aller im Bereich der Leichtathletik tätigen und tätig gewesenen Vereinsmitglieder in Erinnerung bringen.

Obwohl bei der Meldung zum 01.01.2001 ein leichter Mitgliederzuwachs zu verzeichnen war, mussten wir bei einer Überprüfung der Zahlen feststellen, dass längst nicht alle der Leichtathletik zugehörenden Mitglieder angegeben sind. Im Interesse der Leichtathletik sind alle Leichtathleten zu erfassen. Nicht nur die aktiven Sportler, sondern auch Kampfrichter und Mitarbeiter in der Leichtathletik-Abteilung, die ehemals aktiven Leichtathleten, die Teilnehmer an Senioren-Veranstaltungen sowie an den Lauf- und/oder Walking-Treffs, den Volksläufen und auch Vereinsmitglieder der Sportabzeichengruppen zählen als Leichtathleten.

Achten Sie darauf, dass die Verantwortlichen Ihres Vereines Ihre Leichtathleten nicht unter „Sonstiges" melden. Basis für die Zuweisung von LSV-Mitteln (unsere Haupteinnahme-Quelle) ist die Mitgliederzahl unseres Verbandes!

Nicht gemeldete Leichtathleten erschweren die Finanzierung unserer vielfältigen Aufgaben und Projekte in der Zukunft.

Jan Berszuck, Vizepräsident Finanzen

DLV-Bestennadeln

Die DLV-Bestennadeln für das Jahr 2001 werden auch diesmal kostenfrei an die Vereine ausgegeben. Damit soll die erreichte Leistung Anerkennung finden. Die Bestennadeln sind von der Geschäftsstelle bestellt und werden den Vereinen nach Eingang zugestellt.

Geschäftsstelle geschlossen

In der Zeit vom 24.12.2001 bis 06.01.2002 ist die Geschäftsstelle für den Publikumsverkehr geschlossen. Am 07. Januar 2002 sind die Mitarbeiter wieder für Sie da. Wir bitten um Beachtung.

Mitteilung der Geschäftsstelle

Broschüren und Bücher

Über die SHLV-Geschäftsstelle sind folgende Broschüren und Bücher erhältlich:

SHLV-Jahrbuch / Bestenlisten	EURO 7,50
DLV Jahrbuch 2001/2002	EURO 17,90
DLV-Ausschreibungsbroschüre	EURO 7,50
DLV-Rahmentrainingspläne Grundlagentraining, Grundprinzipien, Lauf, Sprint, Wurf, Mehrkampf	EURO 12,70
DLV-Handreichungen „Leichtathletik in der Schule" Band 1: „Laufen und Sprinten" Band 2: „Springen und Werfen"	jeEURO 8,60

Zusendung mit Rechnung zzgl. Porto.

Ebenso können die SHLV-Ausschreibungsbroschüre 2002 (lieferbar ab März 2002) und der DLV-Volkslaufkalender 2002 bei der Geschäftsstelle abgefordert werden. Hierfür sind DM 3,- (EURO 1,53) – ***in Briefmarken*** – einzusenden.

Neue Gebühren ab 2002

Auf dem SHLV-Verbandstag am 02.02.2000 in Ahrensburg haben die Delegierten die Abonnementsgebühr für die Verbandszeitschrift „startschuß" neu festgesetzt. Ab 2002 beträgt die Jahresabo-Gebühr EURO 30,-.

Eine Neufestsetzung ist auch für die DLV-Abzeichen erfolgt. Die neuen Preise ab 01. 01. 2002 stellen sich wie folgt:

Laufabzeichen Stoffabzeichen oder Pin	EURO 1,50
Walking-Abzeichen Stoffabzeichen oder Pin (für 30 Minuten Walken)	EURO 1,50
Mehrkampfabzeichen Stoff- oder Metallabzeichen (mit Jahreszahl)	EURO 1,50
Wiederholungsabzeichen mit Zahl	EURO 2,50

Bestätigung Streckenvermessung

Mit Datum vom 31. 10. 2001 hat der DLV die am 04. 05. 2001 vorgenommene Streckenvermessung des Heider Abendlaufes (10 km-Laufstrecke) genehmigt.

Trainingsfreizeit Ostern 2002

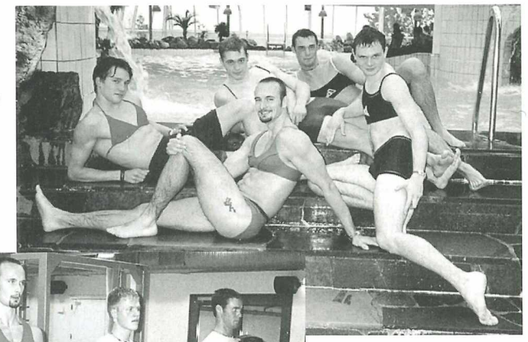
Wie in den Vorjahren veranstaltet der Jugendausschuss des SHLV in den Osterferien eine Trainingsfreizeit in Wyk auf Föhr. Termin für die Freizeit: 6. bis 13. April 2002.

Die Freizeit soll die Arbeit der Vereine unterstützen und die Bereiche Sport, Spiel und Freizeit beinhalten. Ein wichtiges Ziel ist die Förderung der Kameradschaft und das gegenseitige Kennenlernen.

Ausschreibungen und Anmeldevordrucke können bei der SHLV-Geschäftsstelle abgefordert werden.

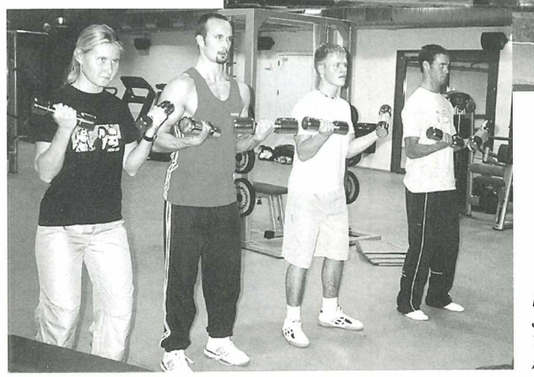
Lalandia 2001 - gelobtes Land

Samstag, 20.10.2001: Endlose Pilgerströme junger Leichtathleten aus allen Ecken des Landes bewegen sich gen Puttgarden, um von dort nach Lalandia – in den Herbstferien das Mekka für Leichtathleten – überzusetzen. Ganze sieben Jahre nach der ersten Überfahrt legte auch dieses Jahr eine gnadenlos überfüllte Fähre in Rodby an. Glücklicherweise hat der Zoll es aufgeben, die Personalien der 102 Pilger zu kontrollieren und so machten wir uns auf den Fußmarsch ins gelobte Land zu unseren Unterkünften.



„Verkleidung" im Badeland

Dort angekommen gab es von Ralf und Thomas ein herzliches „Willkommen" und gleich eine kurze Einweisung in die Spielregeln, welche sich im Laufe der Jahre immer genauer definieren lassen (keine Rüben, Golfbälle, usw.). Somit war der Grundstein für diese unbeschreibliche Woche gelegt. An diesem Nachmittag und Abend fanden schon die ersten Aktivitäten statt wie z.B. eine Trainingseinheit Ausdauer und Stabi, Schwimmbad, Matratzenschleppen, Krafttraining, Essen, Lalandiaerkundung und nicht zu vergessen - das erste Betreuertreffen.



Im Kraftraum – Julia Bielert, Jan Dreier, Torben Mede, Anthony Mörschbächer

„Special guest star" Shorty

In diesem Jahr konnten wir als guest star Shorty (die inzwischen in Bonn wohnt) in unserer Runde begrüßen. Hier wurden nun die verschiedensten Ideen für die nächsten Tage konkretisiert und umgesetzt: So war jeden Tag in verschiedenen Trainingsgruppen von zehn bis zwölf Uhr Training. Die Trainingsschwerpunkte waren zur großen Freude unser Leichtathleten Ausdauer, allgemeine Koordination sowie Stabi. Natürlich waren diese Inhalte eingebettet in ein buntes Rahmenprogramm, welches in jeder Gruppe stark variierte. Weitere Trainingsangebote waren neben dem Fitnessraum mit Zecke auch Speer, Hürden, Ballspiele, Aerobic und extreme Stabi mit Uta und als Highlight Wasseraerobic mit Holger und Björn.

So kam es dann auch, dass so mach einer auch nachmittags nach den Aktionen noch ein bisschen trainieren ging (Gruß an Anthonys Hütte!).

Aktionen waren in diesem Jahr die Lalandia Force, die Fahrt zum Safaripark, ein Sportspielnachmittag (u.a.. Fußball mit Dirk, Volleyball, Basketball,..), Bowling, das Chaos-Spiel und der Lalandia-Aktionsnachmittag (Tischtennis, Billard, Badminton, Minigolf,..).

An offenen Abenden gab es die Workshops Bodypainting, T-Shirt bemalen, Buttons und Singen. Nicht vergessen werden darf der Karaoke-Abend, an dem so manch ein Gesangstalent in unseren Reihen entdeckt wurde. Der unbeschreibliche Auftritt von „The king Björn" wird sicherlich noch unzählige Male auf Video angesehen werden. Die gleiche Kreativität legte auch Ralfs „Beat Box" Hütte an den Tag, als die Musik in der „Disco" versagte.

Pulsierendes Leben

Neben all diesen Aktivitäten pulsierte auch in allen Hütten das wahre Leben. Im Laufe der Abende kam man in vielen Hütten herum und fand in jeder Hütte eine andere lustige Runde vor.

Dieses Jahr gab es sowohl einige Neuigkeiten, bedingt durch die große Halle, aber auch alte Traditionen wie z.B. das Tragen von Badeanzügen durch unsere Jungs wurden wiederbelebt.

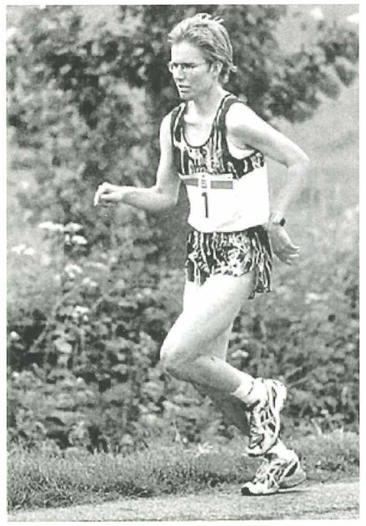
Ich bin mir sicher, dass dieses Jahr Lalandia wieder einmal ein großer Erfolg war. Es war eine sehr harmonische und lebhafte Stimmung, die jung und alt weit über diese Woche hinaus verbinden wird.

Weitere Einzelheiten, welche auf unser Internetseite nachzulesen sind, möchte ich hier gar nicht nennen, da es ansonsten den Rahmen dieser Zeitschrift sprengen würde. Auf der SHLV-Jugendteam-Seite sind auch haarsträubende Fotos und die Lagerzeitung zu finden.

Jan Dreier

Unser Jahrbuch

»Leichtathletik in Schleswig-Holstein«



Langstrecklerin Verena Becker (THW Kiel), LM Marathon, mit erfolgreicher Saison *Foto: Krambeck*

erscheint auch in diesem Jahr pünktlich zum

15. Dezember

(Auslieferungstag)

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

Unsere Weihnachtsüberraschung kostet

Euro 7,50 *+ Porto*

1 Exemplar + EUR 1,80 Porto,
2 Exemplare + EUR 2,30 Porto,
3 - 5 Exemplare + EUR 4,00 Porto.
über 5 Exemplare Paketgebühr

Bestellen Sie mit einer Überweisung (Vorkasse) auf und Absenderangabe auf das SHLV-Konto 1900 1221 bei der Kieler Spar- und Leihkasse (BLZ 210 501 70). ***Bitte unbedingt die vollständige Adresse angeben.***

Ehrung für drei verdiente Sportfunktionäre

SH-Landesmutter Heide Simonis, Innenminister Klaus Buss und DSB Ehrenpräsident Hans Hansen zeichneten kürzlich im Kieler "Haus des Sports" Rainer Buchholz, Coach des LBV Phönix Lübeck, Artur Heß, Mädchen für alles bei der LG Wedel-Pinneberg, sowie Günter Stachel aus Kiel, bekannt als jahrelanger Organisator von Straßenläufen, für ihre ehrenamtlichen Tätigkeiten mit der Sportverdienstnadel des Landes Schleswig-Holstein aus. Die Laudatio für die Geehrten hielt Innenminister Klaus Buss.

v.l.n.r.: DSB-Ehrenpräsident Hans Hansen, Wolfgang Delfs, Artur Heß, Ministerpräsidentin Heide Simonis, Rainer Buchholz, Günter Stachel, Innenminister Klaus Buss

Rainer Buchholz, der kürzlich seinen 70. Geburtstag feierte, ist seit 1959 als Übungsleiter und Abteilungsleiter Leichtathletik im LBV Phönix Lübeck tätig. Die von ihm betreuten Athletinnen und Athleten haben seither unzählige Kreis-, Landes- und Deutsche Meisterschaften errungen. Besonders widmete er sich der Ausbildung von Jugendlichen und Schülern. Seine Treue zum Verein und sein Einsatz für den Verein sind beispielhaft. Auch in der Organisation von Veranstaltungen und Meisterschaften hat er sich ausgezeichnet. Seine unauffällige und bescheidene Art brachten ihm über die Kreisgrenzen hinaus viele Sympathien.

Artur Heß gehört seit Jahrzehnten auf Landesebene zu den erfolgreichsten Trainern in der Leichtathletik. Viele bekannte und international erfolgreiche Sportler sind durch seine Hände als Trainer gegangen. Seit 1987 bekleidet er das Amt des Abteilungsleiters und Sportwartes im Wedeler TSV und in der LG Wedel/Pinneberg. Dabei widmete er sich besonders der Nachwuchsbetreuung und erzielte viele herausragende Erfolge. Er ist eine der Persönlichkeiten, die wenig über ihr Engagement reden, dafür aber um so mehr handeln. Durch sein Wirken ist die LG Wedel/Pinneberg in Deutschland ein Markenzeichen für vorbildliche Arbeit im Verein geworden, die eine enge Bindung der Sportler auch nach ihrer erfolgreichen Laufbahn an den Verein ermöglicht.

Über 26 Jahre wer der Laufsport in Kiel und Umgebung eng mit dem Namen von **Günter Stachel** verbunden. Selbst Marathonläufer, hat er als Gründer und langjähriger Vorsitzender der „Laufgemeinschaft Albatros" die Entwicklung des Laufsports maßgeblich geprägt. Eine Vielzahl von Straßenläufen und Wettkämpfen bis hin zur Deutschen Meisterschaft im 100-Kilometerl-Lauf sowie eine Reihe von Serienveranstaltungen wurden von ihm organisiert. Durch das vielseitige Angebot konnte im Kieler Raum eine erhebliche Zunahme von Straßenläufern verzeichnet werden. Auch auf nationaler Ebene als Mitglied des Präsidiums der Deutschen Ultra-Marothon-Vereinigung sowie auf internationaler Ebene im General Council der IAU, hörte man auf des Wort von Günter Stachel.

Syltlauf 2002 ist ausgebucht

Sylt. Das Organisationsteam TSV Tinnum 66 bittet alle Lauffreunde, für den am 17. März stattfindenden Syltlauf 2002 keine Anmeldungen mehr an den Verein zu senden. Die Gesamtteilnehmerzahl von 1200 ist erreicht. wir sind nur ein kleiner Sportverein. Ein noch grösseres Teilnahmerfeld übersteigt unsere Möglichkeiten. - Wir bitten um Verständnis.

Für den Syltlauf 2003 am 30. März kann die Ausschreibungsbroschüre mit 3 DM Rückporto bereits im April nächsten Jahres angefordert - oder aus dem Internet unter www.syltlauf.de ausgedruckt werden.

5. Helgoland-Hochsee-Inselmarathon

Samstag, 04. Mai 2002
mit Mini-Marathon ca. 5,8 km
Anfragen: Fax: 04725-576,
E-mail: marathon@fositive-helgoland.de
Internet: www.fosite-helgoland.de
Schirmherr: Willi Holdorf

Fairplay Camp 2001 in Kienbaum

Vom 7.-12.10.2001 lud der DLV in 2001 erfolgreiche Schüler A -Athleten mit Schwerpunkt Lauf oder Wurf zum Fair Play – Trainingscamp in die Sportschule Kienbaum ein. Für den SHLV durften Jens Pankuweit und ich teilnehmen. Voller Erwartungen fuhren wir dorthin. Während der Kennenlernrunde am Sonntagabend wurden die Ziele dieses Camps vorgestellt. Die Hauptthese „Ihr seid die Athleten für die Jugend-WM 2003" wurde von den meisten zunächst belächelt, was jedoch im Laufe diese Woche ändern sollte. Trainiert wurden wir in unterschiedlichen Gruppen je nach Schwerpunktdisziplin. Jens war in der Speerwurfgruppe und trainierte bei Lutz Kühl, ich war in der Gruppe Diskus/ Kugel bei Jürgen Schult. Für alle begann der Trainingstag um 7:00 Uhr im Schwimmbad, danach folgten eine Trainingseinheit am Vormittag und eine am Nachmittag. Unterstützt wurden diese Trainingseinheiten u.a. durch Videoaufzeichnungen. Am Abend gab es sehr interessante Gesprächsrunden bzw. Workshops zu den Themen „Antidoping" und „Perspektiven der Nachwuchsleichtathletik". Außerdem standen der DLV-Präsident Herr Dr. C. Prokop und Herr Fred Eberle für eine Diskussion zur Verfügung.

Der Mittwoch war ein Tag der Entspannung. Nach Schwimmtraining und Frühstück fuhren wir nach Berlin, am Abend fand ein gemeinsames Basketballturnier statt.

Alles in allem verbrachten wir eine sehr interessante und lehrreiche Woche in der Sportschule Kienbaum, gern haben wir den SHLV dort vertreten. Die These des ersten Abends ist zu einem realistischen Ziel geworden.

Markus Münch, LG Wedel/ Pinneberg

Fortbildungslehrgang zur Lizenzverlängerung des KLV Segeberg

Termin: Samstag, 02. Februar 2002, 15.00 - 18.00 Uhr (4 UE)

Ort: Kreissporthalle Bad Segeberg

Thema: Grundlagentraining Lauf, Trainergespräch Schüler bis 1. Jahr B-Jugend.

Lehrgangsleiter: Ralf Lederer, Landestrainer Lauf.

Teilnehmer: Athleten ab M/W 13 bis M/W 16, Übungsleiter, Trainer, Sportlehrer.

Gebühr: 5,00 Euro für Übungsleiter Trainer und Sportlehrer. Anmeldungen: Bis 30. 01. 02 an Helmut Lenz, Boomgarden 3, 23795 Fahrenkrug, Tel.: 0 45 51 / 94 7 96 oder Fax: 0 45 51 / 93 9 96

Sein Leben war der Sport –

Erfolgstrainer und Funktionär Heinz Müller verstorben

Die Sportler in Büdelsdorf/b. Rendsburg trauern um Heinz Müller, der am 24. November im Alter von nur 67 Jahren an den Folgen einer langwierigen, schweren Krankheit verstarb.

Müllers gibt es viele. - Doch einen Heinz Müller, geprägt durch Disziplin, hohe fachliche Kompetenz, gradlinig, kritisch, jedoch immer der Kumpel, mit dem man durch dick und dünn marschieren konnte, wird es nie wieder geben.

Obwohl schon lange in Schleswig-Holstein zuhause, war sein Berliner Dialekt unverkennbar. Er wurde in Berlin geboren und erlernte dort den Beruf des Kaufmanns. Später wechselte er zur Bereitschaftspolizei und ging zur Gründungszeit der Bundeswehr nach Rendsburg in die Flugabwehr, wo er sich zum Spieß als Stabsfeldwebel in der Inspektion hochdiente. Mit 53 Jahren begab er sich in den Ruhestand. – Für ihn ein „Unruhestand".

Sport war für das „Berliner Kind" alles. In der Männerklasse wurde er Deutscher Polizeiboxmeister im Fliegengewicht. In den 60er Jahren führte Heinz die Handballer des Büdelsdorfer TSV zum Deutschen Titel im Feldhandball und war Mitbegründer der Leichtathletikabteilung des Büdelsdorfer TSV. Er persönlich bevorzugte die Mittelstrecke. Unter seiner Obhut gewann Birgit Oberthür Ende der siebziger Jahre den Titel der Deutschen Schülermeisterin im Weitsprung. Namen wie Eva Steffen, Brigitte Jeschke und die 2fache Deutsche Seniorenmeisterin über 800 m, Sigrid Greve, sind eng mit dem Namen Heinz Müller verbunden, der mit allen Trainerscheinen ausgestattet war.

Heinz Müller feierte seinen 50. Geburtstag mit der SHLV-Jugend in Wyk a. Föhr

Der Vollblutsportler und Funktionär hat im SHLV als Jugend- und Schülerwart einiges bewegt und positive Zeichen gesetzt. Er war Mitbegründer der Jugendfreizeit in Wyk a. Föhr und verantwortlich für die Deutschen Jugendmeisterschaften 1984 in Lübeck und die Deutschen Schülermeisterschaften 1983 in Elmshorn. Er diskutierte auf Verbandstagen und Versammlungen überzeugend regelkundig und leidenschaftlich über Verbesserungen und Unebenheiten. – Stets im Sinne des Sports.

Nach einem Schlaganfall zog Heinz sich aus der Funktionärstätigkeit zurück und baute die Frauen-LA-Seniorengruppe des Büdelsdorfer TSV auf, deren Athletinnen es auf Bundesebene und international auf eine stolze Bilanz brachten. – Insgesamt 176 Landestitel, 91 Norddeutsche Titel, 43 Deutsche Meistertitel, 8 EM- und 6 WM-Seniorentitel tragen seine Handschrift.

Im September 1999 heiratete der Pensionär, schon schwer erkrankt, seine zweite Frau Helga in Wyk/a. Föhr. Aus der ersten Ehe mit Ingrid stammt seine Tochter Michaela, eine Ärztin. Heinz Müller strahlte bis zuletzt Zuversicht aus. Mit seinen Mädels um Inge Dech, Marion Bening und Silke Werner plante er für nächstes Jahr die Teilnahme an der Senioren-EM in Potsdam. Danach wollte sich der engagierte Trainer aus dem Sport zurückziehen.

Seine 18-köpfige Jungseniorinnen-Erfolgs-Mannschaft ist tief bestürzt über das plötzliche Ableben ihres Coaches und Beraters. Einen Menschen wie Heinz Müller, der des Sportes wegen alles Persönliche zurückstellte und dabei immer ein väterlicher Freund blieb, mit dem man die Erfolge genießen, feiern und auch einmal traurig sein konnte, wird es nie wieder geben. Der Abteilungsleiter des Büdelsdorfer TSV, Hubert Benedix, hat für ihn die Goldene DLV-Nadel beantragt, er wäre auch ein würdiger Kandidat für den „Goldenen Rennschuh" - die höchste Auszeichnung im SHLV - gewesen.

Heinz, Du wirst uns unvergesslich bleiben. – Wir danken Dir.

Siegfried Konjack

Trauer um Jochen Klünder

Nach Ute Kumm verloren die Leichtathleten Anfang des Jahres nach einer schweren Krankheit Jochen Klünder.

Jochen wurde am 1. 1. 86 Mitglied bei uns, wo er gleich durch seine ausgeglichene und besonnene Art positiv auffiel. Er kam damals aus Hamburg, um hier in Bad Oldesloe in ruhiger, ländlicher Umgebung leben zu können, denn Jochen war ein Naturliebhaber.

Schon bald widmete er sich speziell unserer Nachwuchsarbeit, denn mit Kindern (ganz besonders den Kleinen) konnte er sehr gut umgehen. Er hatte die natürliche Begabung dafür, Kinder und Jugendliche für die Leichtathletik zu begeistern. Mit seiner liebevollen Art konnte er den Kindern die Grundlagen der Leichtathletik sehr gut vermitteln.

Außerdem war Jochen natürlich ein guter Wettkämpfer. Bei den langjährigen LM der Senioren in unserem Travestadion konnte er sich immer in den Wurf- und Sprungdisziplinen ganz vorne platzieren. Seine guten Leistungen führten auch dazu, daß er an verschiedenen Welt- und Europameisterschaften in seiner Altersklasse teilnahm. Seine Hilfsbereitschaft und sein Engagement für die Leichtathletik kann man als vorbildlich bezeichnen.

Wir trauern um einen Freund und Kameraden, dem wir viel zu verdanken haben und der nun in unseren Reihen eine große Lücke hinterlassen hat. Jochen war ein Vorbild an Disziplin, Korrektheit, Freundlichkeit und stets hilfsbereit gegenüber jedermann. Wir werden ihn nicht vergessen.

Christine und Klaus Zeising

Terminplan 2002 Entwurf (Stand 13. 11. 2001)

Januar		
06.	**LHM Mittelstrecke mit HLV u. LVMV**	**Rostock**
12./13.	**LHM M/W Jugend A, Schüler MW 14/15**	**Bad Segeberg**
19./20.	**LHM Männer, Frauen, M/W Jugend B**	**Bad Segeberg**
26./27	*NDM Halle Männer, Frauen, M/W Jugend A/B*	*Neubrandenburg*
Februar		
02./03.	*NDM Winterwurf, Männer, Frauen, Jugend A/B*	*Berlin-Hohenschönhausen*
09./10.	*DM Halle M/W Jugend A/B*	*Hanau*
09./10.	*DM Winterwurf Jugend A/B*	*Bruchköbel*
16./17.	*DM Halle Männer, Frauen*	*Sindelfingen*
17.	**LM Crosslauf alle Klassen**	**Lübeck**
24.	*NDM Crosslauf Männer, Frauen, Jugend, Schüler, Sen.*	*Syke*
23./24.	**LHM Mehrkampf Männer, Frauen, Jugend, Schüler mit HLV**	**Hamburg**
März		
03.	*NDM Halbmarathon Männer, Frauen, Senioren/innen, Strassenlauf Jugend und Schüler*	*Anklam*
09./10.	*DM Crosslauf alle Klassen*	*Regensburg*
10.	**LHM Blockwettkampf Schüler**	**Bad Malente**
17.	**LHM Senioren/innen mit HLV u. LVMV**	**Schwerin**
23.	*DM Strassenlauf Halbmarathon alle Klassen*	*Schotten*
23.	*DM Gehen Senioren/innen*	*Eilenburg*
April		
14.	**LM Strassenlauf alle Klassen**	**Eckernförde**
20.	**LM Werferfünfkampf Senioren mit HLV**	**Neumünster**
21.	*Hansaplast-Marathon*	*Hamburg*
27.	**LM Gehen alle Klassen mit LVMV**	**Kiel**
Mai		
01.	**LM Langstaffeln alle Klassen**	**Kiel-Welligdorf**
05.	**SHLV-Cup Mehrkampf Männer, Frauen, Jugend, Schüler und LM Hammerwurf Männer, Frauen, Jugend**	**Lübeck**
05.	*NDM Marathon*	*Hannover*
05.	*DM Gehen Männer 50 km, Frauen, Juniorinnen, MJA 20 km, MJB, WJA 10 km, WJB 5 km*	*Naumburg*
11.	*DM Berglauf Senioren/innen*	*Waldkirch*
11.	*DM 10.000 m Männer, Frauen, Junioren, 5.000 m WJ*	*Dessau*
11./12.	*DLV Jugend Mehrkampf Cup*	*Wesel*
12.	**LM Hindernislauf**	**Hamburg**
25.	*DMM Bundesliga Endkampf*	*Gelnhausen*
26.	**LM Blockwettkampf Schüler**	**Marne**
Juni		
01.	**LM 4x400 m Staffeln, 10.000 m Männer, Senioren/innen**	**Bordesholm**
02.	*DM Gehen Männer, Junioren 20 km*	*Eisenhüttenstadt*
08./09.	**LM Männer, Frauen, M/W Jugend A/B**	**Itzehoe**
09.	*DM Berglauf*	*Zell/Harmersbach*
14./15./16.	**LM Mehrkampf Männer, Frauen, M/W Jugend A/B, Schüler M/W 14/15**	**Kiel**
15./16.	*DM Mehrkampf Senioren/innen*	*Baunatal*
15./16.	**LM Schüler Einzel, Schüler B Blockwettkampf**	**?**
16.	**LM Marathon**	**Lübeck**
22./23.	**LM Senioren Einzel (auch Hammer) mit HLV u. LVMV**	**Hamburg**
28./29./30.	*DM Jugend A/B, Männer 3x1.000 m, Frauen 3x800 m*	*Mönchengladbach*
29./30.	*NDM Senioren Einzel*	*Stendal*
Juli		
03.-08	**Talentiade**	**Bad Malente**
05./06./07.	*DM Männer, Frauen, Langstaffeln Jugend*	*Wattenscheid*
12./13./14.	*DM Senioren I*	*Kevelaer*
13./14.	*DM Schüler Mehrkampf, Schüler A Blockwettkampf*	*Illertissen*
26./27./28.	*DM Senioren II*	*?*
27./28.	*NDM Männer, Frauen, B-Jugend*	*Niedersachsen*
August		
03./04.	*NDM Einzel Männer, Frauen, B-Jugend*	*Berlin*
15.-25.	*Europameisterschaft Senioren*	*Potsdam*
17./18.	*DM Junioren*	*Hamburg*
24./25.	*NDM Einzel Jugend A, Schüler M/W 15*	*Osterode*
30./01.09.	*DM Mehrkampf Männer, Frauen, Junioren/innen,* Jugend A/B	*Berlin*
30./01.09	**LM Schüler Einzel, Schüler B Blockwettkampf**	**?**
31.	*DM 100 km*	*Rheine-Elte*
September		
07.	*DM DAMM Endkampf*	*Köngen*
08.	*DM Strassenlauf 10 km*	*Salzgitter*
08.	*NDM Strassenlauf 10 km Männer, Frauen, Senioren/innen.*	*Salzgitter*
14./15.	*DM DJMM/DSMM Endkampf*	*Dortmund*
15.	**LM Senioren/innen Mehrkampf**	**Hamburg**
21.	**Verbändekampf Jugend, Schüler**	**Rostock**
22.	*NDM DMM Regionalliga Endkampf*	*Wolfsburg*
28.	*DM Gehen Junioren 35 km*	*Gleina*
29.	*DM Marathon*	*Berlin*
Oktober		
27.	**LM Halbmarathon alle Klassen**	**Neumünster**

Volksbanken Raiffeisenbanken

Förderer der schleswig-holsteinischen Leichtathletik

Anschriftenänderungen

Trias Flensburg
Sven Jakobsen
Am Goldregen 7, 24944 Flensburg
Tel.: 04 61 /3 15 40 84
Fax: 04 61/ 3 15 40 86
e-Mail: trias@trias-flensburg.de
www.trias-flensburg.de

TSV Nahe
Jürgen Penschow
Klaus-Groth-Weg 71, 22844 Norderstedt

MTV Henstedt
Rolf Schulze
Düstelstücken 23, 24558 Henstedt-Ulzburg

ATSV Stockelsdorf
Birgit Eulig
Turmblick 2 a, 23617 Eckhorst

SV Hörnerkirchen
Alfred Marx
Bahnhofstr. 8, 23564 Westerhorn

FAG „startschuß"
Torben Schade
Hansastr. 57, 24118 Kiel
Tel.: 04 31 / 970 94 91

Hinweise zu den Kaderlehrgängen des SHLV

Die Kaderlehrgänge des SHLV sind die Grundlage der Nachwuchsarbeit für die weitere Leistungsförderung. Mit hohem Engagement trainieren die Landestrainer an vielen Wochenenden in der Vorbereitungsphase der Wintersaison ihre Leistungsgruppe. Diese besteht zum einen aus dem nominierten Kader des SHLV und zum anderen aus weiteren Leistungsträgern, die nominell nicht oder noch nicht den Sprung in den Kader einer Disziplin geschafft haben, aber durchaus weitere Perspektiven besitzen. Dabei legen die Trainer viel Wert auf leistungsförderndes Verhalten der Athleten und haben ihre Erwartungen an die Lehrgangsteilnehmer wie folgt formuliert:

Was bedeutet leistungsförderndes Verhalten und leistungsorientiertes Denken in der Leichtathletik?

Was erwarten die Landestrainer von den Kaderathleten und Lehrgangsteilnehmern des SHLV?

1. Regelmäßige Teilnahme an Kaderlehrgängen des SHLV.
2. Zuverlässiges und termingerechtes Antworten auf Einladungen zu Maßnahmen des SHLV.
3. Leistungsorientiertes Training (im Grundlagentraining 3-4 mal/ Woche, im Aufbautraining 4-6 mal/ Woche).
4. Teilnahme an den Landesmeisterschaften des SHLV, den Norddeutschen Meisterschaften und den Deutschen Meisterschaften in der jeweiligen Altersklasse, wenn die Qualifikation erfüllt wurde und ein Start mit dem Heimtrainer und Landestrainer als sinnvoll und leistungsfördernd erachtet wird.
5. Informationsweitergabe an den Heimtrainer und den Verein über Fördermaßnahmen etc. des SHLV (z.B. Einladungen zu Kaderlehrgängen, Verbändekämpfen).
6. Regelmäßige Informationsweitergabe (mindestens alle 3-4 Wochen) über den Leistungsstand (Trainingszustand, Wettkampfergebnisse, Verletzung, schulische Dinge etc.) an den jeweiligen Landestrainer oder Leitenden Landestrainer.
7. Start in der Auswahlmannschaft des SHLV (bei Einladung) beim Verbändekampf in der jeweiligen Altersklasse (die eigene Leistung in den Dienst der Mannschaft stellen-TEAM).
8. Eine konkrete Zielstellung für das kommende Jahr und für die nächsten Jahre in sportlicher Hinsicht vor Augen haben (zielorientiertes und langfristiges Denken).
9. Grundsätzlich sollte der Wille und die Bereitschaft vorhanden sein, häufig und gern zu trainieren (der Athlet muß eher vom Trainer gebremst als zum Training „getreten" werden).
10. Der Wille und die Bereitschaft zum ergänzenden selbständigen Training nach Trainingsplan ohne direkte Traineranleitung sollte vorhanden sein.
11. Das Führen eines Trainingstagebuches zur Dokumentation des Trainings sollte Pflicht sein und gemeinsam mit dem Landestrainer und Heimtrainer erarbeitet werden.
12. Bei dem Erreichen der Ziele sollte grundsätzlich die persönliche Bestleistung , die Leistungssteigerung vor der Platzierung und der entsprechenden Ehrung stehen.
    (Die Ehrungen stellen sich bei Leistungen automatisch ein)
13. Weitere Anreisewege und erhöhter zeitlicher Aufwand sollten kein Hinderungsgrund sein, qualitativ hochwertige Wettkämpfe und starke Gegner zu suchen.
14. Niederlagen und schlechte Leistungen sollten niemanden zurückwerfen. Wichtig ist es dann, die richtigen Schlüsse zu ziehen, um noch motivierter an neue Aufgaben zu gehen.
15. Eine leistungs- und gesundheitsfördernde Ernährung, die die Trainingswirkung erhöht und die Regeneration beschleunigt, sollte eingehalten werden (zumindest die letzten Tage vor einem Wettkampf, während eines Wettkampfes, während der Kaderlehrgänge und in Trainingslagern).
16. Ausreichender Schlaf ist nicht durch andere Maßnahme zu ersetzen und fördert die schnelle Erholung und Entspannung nach Wettkämpfen und Trainingsbelastungen (8-10 Std. Schlaf/ Tag müssen sein).
17. Individuelle Zeitplanung mit Prioritätensetzung (A-Aufgaben, B- und C-Aufgaben) ermöglichen einen effektiveren und streßfreien Umgang mit der verfügbaren Zeit und schafft Freiräume für die Regeneration, die Erledigung der schulischen/ beruflichen Pflichten, für das Training und die Freizeitgestaltung.

Hinrich Brockmann, Leitender Landestrainer

Kurz: „Leichtathletik leben"

1. Regelmäßige Teilnahme an Kaderlehrgängen
2. Termingerechtes Antworten auf Einladungen
3. Leistungsorientiertes Training
4. Teilnahme an: Landesmeisterschaften, Norddeutschen Meisterschaften, Deutschen Meisterschaften
5. Informationsweitergabe an Heimtrainer und Verein (Einladungen etc.)
6. Informationsweitergabe an den Landestrainer (Leistungszustand)
7. Start in der Auswahlmannschaft des SHLV (u.a. Verbändekampf)
8. Zielvorstellung
9. Bereitschaft zu mehr Training
10. Bereitschaft zum selbständigen Training
11. Führen eines Trainingstagebuches
12. Das Erreichen der persönlichen Leistung/ Bestleistung in den Vordergrund stellen
13. Starke Gegner suchen
14. Niederlagen verarbeiten und den richtigen Weg finden
15. Leistungs- und gesundheitsfördernde Ernährung
16. Ausreichend Schlaf
17. Prioritäten setzen, um schulische Leistungen und Training optimal zu bewältigen
18. Leistungssport „leben" (Opferbereitschaft, Selbstdisziplin)

Hinrich Brockmann, Leitender Landestrainer

1. Kaderlehrgang – Lauf des SHLV in Damp

Vom 19.-21. Oktober 2001 fand erstmalig ein Kaderlehrgang Lauf des SHLV im wunderschönen Ostseebad Damp an der Ostseeküste statt. Mit dem neuen Konzept, welches der Leitende Landestrainer, Hinrich Brockmann, der Landestrainer Lauf, Ralf Lederer und der Leiter des Teams Sportmedizin des SHLV, Jochen Heuer, erarbeiteten, soll ein neuer Weg in der Kaderarbeit des SHLV eingeschlagen werden. In Kooperation mit der Damp Holding AG werden regelmäßig Kaderathleten die sehr guten Trainings-, Regenerations- und physiotherapeutischen Bedingungen nutzen und weitere Wochenendlehrgänge mit Anbindung an die sportmedizinische Betreuung vor Ort verbringen.

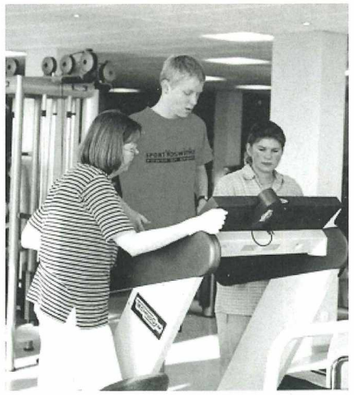
Der Laufkader des SHLV spielte dabei die Vorreiterrolle und genoß mit elf AthletenInnen die Vorzüge des Therapiezentrums.

Aufgrund der sehr guten Organisation von Jochen Heuer (Leiter des Therapiezentrums in Damp) führten die Läufer außer den üblichen Trainingseinheiten am Samstag einen Laktattest durch, der unter der Leitung von Herrn Dr. Dieter Riebe (bekannt als ehemaliger 800 m-Läufer der Deutschen Spitzenklasse) und seinem Team stand. Fünf Trainingseinheiten, u.a. im Schwimmbad und Fitnessraum, absolvierten die AthletenInnen bis Sonntagmittag. Bei allen Beteiligten war die Begeisterung des Lehrganges groß, angefangen bei den Unterkünften bis hin zu den Trainingsbedingungen.

Das gesamte Läuferteam bedankt sich nochmals herzlich für die Organisation und Unterstützung bei Jochen Heuer, Maike Thom und Dr. Dieter Riebe und seinem Team.

Der nächste Kaderlehrgang Ende November ist schon geplant und findet wieder in Damp statt und wir hoffen auf weitere Termine.

Ralf Lederer, Landestrainer Lauf



Steffen Uliczka und zwei MTA vom Team Dr. Dieter Riebe bei Vorbereitungen zum Laktat-Test

KLV Dithmarschen

Gleich sechs Dithmarschen-Cup-Gewinner konnte Schirmherr Kreispräsident Karsten Peters die Trophäe überreichen. Die Namen von Nadine (11) und Michael Schneider (14), Sandra (21) und Rosemarie Peetz (50), Helga Hansen (41) und Jürgen Paulsen (46) werden in das handgeschnitzte hölzerne Bildnis als Cup-Gewinner 2001 verewigt.

Im Rahmen der Siegerehrung des Dithmarschen-Cup in der St. Michler-Mehrkampfzweckhalle wurden alle Läufer mit einer Urkunde geehrt, die an mindestens fünf Läufen teilgenommen hatten. Neun Läufe wurden angeboten. KLV-Vorsitzender Uwe Bartsch zählte die Laufveranstaltungen mit dem Rekordergebnis von 3448 Läufern, davon 2563 aus Dithmarschen, auf. Mit dem „Frühlingslauf“ in St. Michel gab Karsten Peters den Startschuß in die neue Saison. Es folgte der Burger „Mailauf“, der „Heider Stadtlauf“, der „Brunsbütteler Citylauf“, der Büsumer Volkslauf“, der Ostroher Langlauf“, der „Brunsbütteler Südseitenlauf“, der „Henstedter Volkslauf“ und der „Schafstedter Herbstlauf“.

„Laufen boomt“, stellte Uwe Bartsch bei den steigenden Teilnehmerzahlen der Volksläufe fest und bedauerte gleichzeitig, dass bei den klassischen leichtathletischen Veranstaltungen die Teilnehmerzahlen schrumpfen. „Wir vom KLV bilden Lauftreffleiter und Übungsleiter für Walking aus. „Läufer und Walker sind Leichtathleten, was von manchen Vorsitzenden nicht anerkennt wird“, nannte Bartsch kritische Worte. Als Wermutstropfen bezeichnete der KLV-Vorsitzende die Absage des TSV Henstedt, keinen weiteren Volkslauf zu veranstalten. Positiv allerdings für den Marner Kohltagelauf, der nun in den Septembertermin einsteigt. Wolfgang Beer, Vorsitzender des Kreissportverbandes bezeichnete den Dithmarschen-Cup als größte Veranstaltungsserie im Kreis. „Oft versucht zu kopieren, nie erreicht“, meinte Kartsten Peters.

Kreispräsident Karsten Peters ehrt die Cup-Gwinner *Foto: Boberts*

Die Ehrengäste berichteten von ihren eigenen läuferischen Erfahrungen und sportlichen Aktivitäten, die das Programm auflockerten. Auch Peter Stöfen, als zweiter Vorsitzender des MTV St. Michaelisdonn, dem örtlichen Ausrichter der Siegerehrung, sagte: „Läufer sind immer fröhliche Menschen“. „Nie Konkurrenten“, fügte Wolfgang Beer hinzu.

Über Ehrungen und Erfolge freuen sich aber auch die Läufer. Alle Altersklassensieger erhielten einen Pokal, die Zweit- und Drittplatzierten jeder Altersklasse eine Medaille. Einen Pokal erhielten die Altersklassensieger Michael Schneider (Schüler), Michael Staps (m. Jugend), Thorsten Karstens (Männer), Hans-Joachim Clausen (M 30/35), Jürgen Paulsen (M 40/45), Rolf Möller (M 50/55), Jürgen Rantzow (M 60 und älter), Nadine Schneider (Schülerinnen), Jennifer Lentfer (w. Jugend), Sandra Peetz (Frauen), Renate Karstens (W 30/35), Helga Hansen (W 40/45), Rosemarie Peetz (W 50/55), Betty Willer (W 60). Den größten Beifall erhielt der St. Michler Dauerbrenner Gustav Cornelsen. Mit 82 Jahren hatte er an acht Läufen teilgenommen, zweitältester Läufer im Feld Manfred Meier (72). Annelene Spill

3. SHLV-Walkingtag in Bordesholm

Am Sonntag, den 14. Oktober, trafen sich bei sonnigem Herbstwetter ca. 100 Walker aus Schleswig-Holstein in Bordesholm. Es kamen Teilnehmer u.a. aus St.Michaelisdonn, Westerrönfeld und eine große Walkinggruppe aus Klausdorf/Schwentine.

Um 10.30 Uhr begrüßte Peter Kraft, 1. Vorsitzender des TSV Bordesholm die Teilnehmer. Wolfgang Delfs, Präsident des Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verbandes, sowie Jürgen Baasch, Bürgermeister der Gemeinde Bordesholm, wiesen in ihrer Begrüßung auf die gesundheitliche Bedeutung dieses Ausdauersports hin. Robert Weber, „Motor und Herz“ der Walkingbewegung im SHLV, informierte über den Ablauf des Treffens.

Um 11.00 Uhr starteten drei Gruppen (6, 7, 8 km) in die nähere Umgebung von Schmalstede und des Eidertals. Robert Weber führte interessierte Teilnehmer in einem Schnupperkurs an das Walken heran. Nach der Rückkehr stärkten sich die Teilnehmer bei Kaffee und Kuchen. Mit einer Verlosung von schönen Sachpreisen endete die Veranstaltung gegen 13.30 Uhr. Unser Dank geht an alle Helfer und Kuchenspenderinnen.

Aufgrund der guten Resonanz will der TSV Bordesholm jetzt auch eine „Walking-Gruppe“ unter Federführung der Abteilung Leichtathletik ins Leben rufen. Peter Kraft

Anfängergruppe

Walking-Day in Lübeck

Es waren goldene Oktoberstunden an diesem World - Walking - Day 2001. – Viel zu schade für einen Familienausflug. So dachten gewiss die 70 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die sich im Lauerholz, dem Lübecker Stadtwald, versammelten. In bunter Baumlandschaft sollte ein markierter Rundkurs bewältigt werden, um das DLV-Walkingabzeichen zu erwerben.

Unter Anleitung von Margot Kaschel vom Lübecker Kneipp – Verein wurde die Sportlergemeinschaft mit gymnastischen Übungen vorbereitet und eingestimmt auf das was kommen sollte. Die bunten Trainingsanzüge unter dem blauen Himmel malten ein schönes und heiteres Bild.

Nach einigen Begrüßungsworten durch Siegfried Lange ging das Teilnehmerfeld um 10.00 Uhr auf die Strecke. Drei Gruppen dominierten die Szene:

1. Der TSV Schlutup mit Gisela Wieschendorf als Walkingbetreuerin
2. Der Kneipp-Verein Lübeck e.V. mit Margot Kaschel als Walkingbetreuerin
3. Die Lübecker Mütterschule mit Regine Klinner als Walkingbetreuerin

Einzelstarter konnten sich diesen Gruppen anschließen, und, soweit sie Anfänger waren, sich nützliche Tipps von den erfahrenen Walkingbetreuerinnen geben lassen.

59 weibliche und 11 männliche Teilnehmer mit einem Durchschnittsalter von 53,7 Jahren erreichten in fröhlicher Stimmung das Ziel. Unüberhörbar war der Wunsch nach einer Wiederholung.

Vielleicht im nächsten Jahr. – Die Bereitschaft ist vorhanden. Willi Speth

Die startschuß-Redaktion bedankt sich bei allen, die mitgeholfen haben, das Blatt zu gestalten und wünscht frohe Weihnachten und ein glückliches 2002.

Ergebnisse vom Wertungsspringen der Stabhochspringer im Rahmen des Ostseepokalspringens 2001 in Lübeck auf dem Buniamshof am 29.09.2001

1. Schüler M 11:
1. Patrick Kähler, 90, Wellingdorfer TV 2.20 m

2. Schüler M 12:
1. Tim Lindenau, 89, THW Kiel 2.10 m

3. Schüler M 13:
1. Andy Bargholz, 88, Wellingdorfer TV 2.90 m
2. Lars Rinner, 88, Wellingdorfer TV 2.40 m
3. Hendrik Schwarz, 88, THW Kiel 2.00 m
4. Alexander Becker, 88, THW Kiel 1.90 m

4. Schüler M 14:
1. Julian Iwers, 87, Wellingdorfer TV 2.40 m
2. Chris Kähler, 87, Wellingdorfer TV 1.90 m
Ingmar Stolz, 87, LBV Phönix o.g.V.

5. Schüler M15:
1. Julian Gröning, 86, THW Kiel 3.20 m
2. Jens Pankuweit, 86, Wellingdorfer TV 3.10 m
3. Jan Henning Kürschner, 86, Wellingdorfer TV 2.90 m
4. Kai Meyer, 86, Wellingdorfer TV 2.60 m

1. Männliche Jugend B:
1. Philipp Conrad, 85, Wellingdorfer TV 3.60 m
2. Patrik Holst, 84, LBV Phönix 2.80 m

2. Männliche Jugend A:
1. Geoffrey Langhoff, 83, LBV Phönix 3.80 m

3. Junioren:
1. Torben Meins, 81, LBV Phönix 4.80 m
2. Thomas Ritte, 79, LAV Bayer-Uerd. Dormagen 4.80 m
3. Fabian Böttcher, 80, TKJ Sarstedt 3.80 m

4. Männer:
1. Ulf Ahrend, 77, TKJ Sarstedt 4.50 m

5. Senioren M 45:
1. Wolfgang Ritte, 53, LAV Bayer-Uerd. Dormagen 4.60 m
2. Holger Kriedel, 55, Ahrensburger TSV 3.40 m

6. Mannschaftswertung – Jüngere Gruppe:
1. Wellingdorfer TV 15.00 m

Für die Richtigkeit der Abschrift der Wettkampfergebnisse aus den Wettkampflisten. gez. W. Zdechlik

Bilderseite Stabhochsprung:

1) Links oben: Gruppenfoto aller Teilnehmer beim Abschlußspringen in Lübeck am 29. 09. 2001 mit 25 Teilnehmern.

2) Rechts oben: Die schwedische Rekordhalterin Hanna-Mia Persson vom Kalmar FK-S hat gut Lachen: Sie gewann mit 4,18 m.

3) Auch dieses Jahr wurden 12 Pokale und 30 Pokalgläser beim Abschlußspringen vergeben.

4) Foto Mitte: Der Weltmeisterschaftsteilnehmer (U 23) Alhaji Jeng vom Örgryte IS - S gewann mit neuem Pokalrekord von 15,75 m (5,20 - 5,30 - 5,25).

5) Auch die deutschen Teilnehmer der Junioренklasse schlugen sich wacker: Thomas Rittl (LAV Bayer-Leverkusen Dormagen) gewann knapp vor dem Lübecker Torben Meins (LBV Phönix Lübeck).

6) Bild vorletzte Reihe unten rechts: Hier scheitert Wolfgang Rittl (LAV Bayer-Uerdingen Dormagen) nur knapp an der neuen Weltrekordhöhe von 4,85 m für Senioren M 45.

7) Auch die jüngsten brachten sich gut in Szene: Auf zwei Anlagen wurden zum Abschluß noch zahlreiche persönliche Bestleistungen erzielt: Philipp Conrad, Jens Pankuweit (Wellingdorfer TV) und Julian Gröning (THW Kiel) sowie Ingmar Stolz (LBV Phönix Lübeck) sogar bis M 14 über 3,50 m (!).

Wolfgang Zdechlik

Stabhochsprung - Pokalwertung 2001

Schüler M 11

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Patrick	Kähler	90	WTV	D	2.00m	1.80m	1.90m	2.20m							2.20m	06.10m

Schüler M 14

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Ingmar	Stolz	87	LBV Phönix	D	3.00m	3.20m	2.60m	3.20m	3.40m		3.50m	3.40m	3.45m		3.50m	10.35m
2	Chris	Kähler	87	WTV	D	1.80m	1.80m	1.60m	1.90m							1.90m	07.10m
3	Julian	Ivers	87	WTV	D	1.50m	1.80m	2.40m								2.40m	05.70m
4	Marko	Dratzic	87	Malmö AI	S	3.00m										3.00m	03.00m
5	Felix	Flöter	87	LG Reinbek-Ohe	D	2.80m										2.80m	02.80m
6	Jonas	Elgered	87	Hammerby IF	S	2.72m										2.72m	02.72m
7	Henrik	Danielson	87	Örgryte IS	S	2.58m										2.58m	02.58m
8	Emil	Ryberg	87	Ullevi FK	S	2.58m										2.58m	02.58m
9	Marcus	Janback	87	Frdrikshofs	S	2.58m										2.58m	02.58m
10	Björn	Barefors	87	Falköpings AIK	S	2.42m										2.42m	02.42m
11	Marcus	Persson	87	KFUM Arvika	S	2.08m										2.08m	02.08m
12	Dick	Wiklund	87	Skeleftea	S	2.08m										2.08m	02.08m
13	Leif	Block	87	WTV	D	1.70m										1.70m	01.70m

Männliche Jugend A

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Gustav	Hultgren	83	Kalmar SK	S	4.80m	4.60m	4.70m	4.86m	4.95m						4.95m	14.61m
2	Gunnar	Stolz	82	LBV Phönix	D	3.80m	3.90m	4.00m	4.00m	4.20m						4.20m	12.20m
3	Geoffrey	Langhoff	83	LBV Phönix	D	3.50m	3.80m	3.60m	3.90m	3.80m	3.80m					3.90m	11.50m
4	Felix	Meyer	82	LG Reinbek-Ohe	D	3.40m	3.60m	3.50m	3.60m	3.70m	3.50m	3.40m	3.65m	3.70m		3.70m	11.05m
5	Kaj	Eklund	82	Stocksätters IF	S	4.27m	4.34m									4.34m	08.61m
6	Daniel	Hammer	83	Malmö AI	S	4.37m										4.37m	04.37m
7	Johan	Fritz	82	Malmö AI	S	4.34m										4.34m	04.34m
8	Mathias	Baethge	83	Hamburger SV	D	4.30m										4.30m	04.30m
9	Torben	Braun	83	MTV Holzminden	D	3.85m										3.85m	03.85m
10	Peter	Norstedt	83	Roby - Rekane	S	3.47m										3.47m	03.47m

Senioren M 30

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Martin	Eriksson	71	Hässelby SK	S	5.38m										5.38m	05.38m
2	Trond	Bartel	70	Norge Hjövik	N	5.10m										5.10m	05.10m

Senioren M 35

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Dirk	Feil	65	LBV Phönix	D	4.20m	4.30m	4.20m	4.00m	4.30m	4.55m	4.40m				4.55m	13.25m

Senioren M 40

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Michael	Loth	61	LG Hammer-Park	D	3.80m										3.80m	03.80m

Senioren M 45

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Wolfgang	Ritte	53	LAV Bayer-Ürd. Dorm.	D	4.50m	4.40m	4.75m	4.60m							4.75m	13.85m
2	Holger	Kriedel	55	Ahrensburger TSV	D	3.40m										3.40m	03.40m

Senioren M 50

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Gerd	Hein	40	LG Alte Salzstraße	D	3.00m	3.20m	3.20m								3.20m	09.40m

Schülerinnen W 13

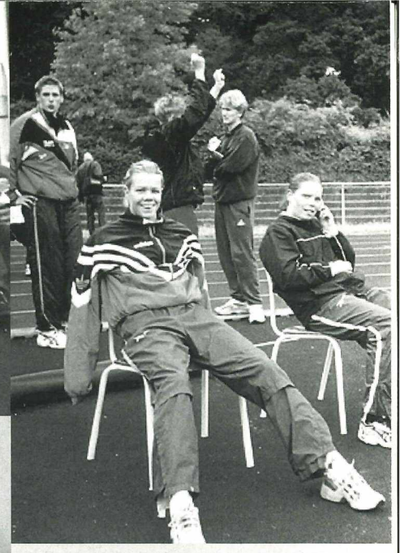
Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Jannicka	Kappelmann	88	THW Kiel	D	2.20m	2.10m									2.20m	04.30m
2	Julia	Frahm	88	Schweriner SC	D	2.60m										2.60m	02.60m
3	Fanny	Berglund	88	Göteborgs KVIK	S	2.50m										2.50m	02.50m
4	Sarah	Kleve	88	Göteborgs KVIK	S	2.35m										2.35m	02.35m
5	Annika	Warnqvist	88	KA2IF	S	2.35m										2.35m	02.35m
6	Jennie	Olsson	88	IFK Göteborg	S	2.20m										2.20m	02.20m
7	Linda	Wilen	88	Kville IF	S	2.20m										2.20m	02.20m
8	Nathali	Fernandez	88	Hammerby IF	S	1.90m										1.90m	01.90m
9	Sofia	Törmälä	88	Hammerby IF	S	1.90m										1.90m	01.90m

Schülerinnen W 15

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
1	Christian	Garametsos	86	Malmö AI	S	3.24m	3.32m									3.32m	06.56m
2	Sophie	Larop	86	Malmö AI	S	3.08m	3.12m									3.12m	06.20m
3	Susanne	Kahl	86	Schweriner SC	D	2.70m										2.70m	02.70m
4	Agnes	Forsberg	86	Kalmar SK	S	2.60m										2.60m	02.60m
5	Yordabel	Abraham	86	Ullevi FK	S	2.60m										2.60m	02.60m
6	Anita	Vogel	86	Schweriner SC	D	2.50m										2.50m	02.50m
7	Ellen	Söderhult	86	Hammerby IF	S	2.10m										2.10m	02.10m
8	Chris	Danielsson	86	Kalmar SK	S	2.10m										2.10m	02.10m
9	Emma	Svensson	86	Trelleborg IFK	S	2.10m										2.10m	02.10m

Seniorinnen

Nr	Vorname	Name	Jahrg.	Verein	Land	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	BL	PK
W 30																	
1	Christina	Ziemann	68	MTV Holzminden	D	3.45m										3.45m	03.45m
2	Petra	Porbadnik	68	LG Urania/Wdbk	D	2.60m										2.60m	02.60m
W 35																	
1	Elin	Dolör	65	Norge BUL	N	3.28m										3.28m	03.28m
W 45																	
1	Ute	Ritte	52	LAV Bayer-Ürd. Dorm.	D	2.40m										2.40m	02.40m



Ostsee-Cup 2001

Mannschaftspokal-springen für Stabhochspringer

SHLV - LBV Phönix 2001

Sprecher-Lehrgang des SHLV in Kiel - 10. 11. 2001

Tipps und Tricks am Mikro

Wann sage ich etwas? Wie sage ich es? Wie bereite ich mich vor? – Fragen über Fragen, die ein Sprecher sich immer wieder stellen muss und die die Teilnehmer des SHLV-Sprecherlehrgangs zu beantworten versuchten. Schleswig-Holsteins Leichtathletik-Sprecher Nr. 1 Hans-Jürgen Krannig und der SHLV hatten in die Kieler Jugendherberge geladen und 13 Vereinsvertreter kamen, um sich in die Tricks rund um das Mikrophon einweihen zu lassen. Von jugendlichen Nachwuchssportlern, die sich am Mikro versuchen wollten, über Veranstalter aus den Vereinen bis zum mehrfachen Landesmeister, der sein Know-How richtig verpackt weiter geben möchte, reichte der Teilnehmerkreis.

Sie alle lauschten gebannt der Stimme, die schon in so vielen Leichtathletik-Arenen Deutschlands zu vernehmen war. Hans-Jürgen Krannig gab Einblicke in seine Erfahrungen.

„Sprechdenken“

Das Bild vom einstigen „Ansager“ hat sich gewandelt zum „Sprecher“ oder idealerweise gar „Moderator“, der Zuschauer und Athleten durch eine Veranstaltung begleitet. Dass selbst das, was locker rüberkommt, mehr ist als munteres Drauflosplappern war allen Teilnehmern schnell klar. Sprechen ist nicht jedem in die Wiege gelegt, aber vieles lässt sich erlernen.

Situationen schnell erfassen und in Worte fassen („Sprechdenken“), Stimme heben oder schweigen zur rechten Zeit (Fingerspitzengefühl), Athleten und ihre Leistungen angemessen einschätzen (Fachwissen) – viele verschiedene Facetten machen einen guten Moderator aus. Hans-Jürgen Krannig half mit zahlreichen Anekdoten aus seiner Sprecher-Karriere das Gespür hierfür zu schärfen. Je nach Veranstaltungsart sind auch verschiedene Aspekte zu berücksichtigen. Ein Straßenlauf ist anders als eine Stadionveranstaltung, eine Kreismeisterschaft anders als eine Europameisterschaft.

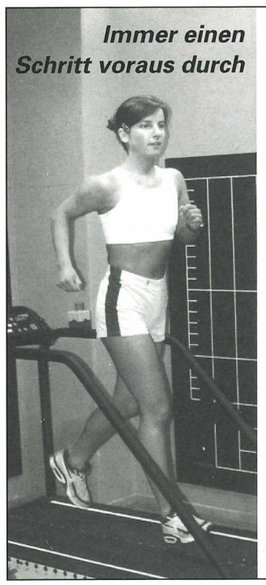
Sprecherkoffer mit Überraschungseffekt

Für besondere Überraschungseffekte sorgte die Vorstellung von Hans-Jürgen Krannigs Sprecher-Koffer: Stoppuhr, Bestenlisten, „Startschuß“, Kuli, Klemmbrett, Fernglas, aber auch Sitzkissen, Wäscheklammern und Hustenbonbons – auch bei der Vorbereitung eines Sprecher-Einsatzes muss an vieles gedacht werden.

Die Seminarteilnehmer entdeckten auf dem Seminar ihre Lust aufs Sprechen und werden vielleicht bald auch auf der einen oder anderen Veranstaltung zu hören sein. (npb)

Die Teilnehmer des Sprecher-Lehrgangs:
Petra Reindorf (Lübecker SC 99); Erich Jungnickel (LAV Hususm); Torben Schade (Kieler TB); Eckart Gribkowski (Lübecker SC 99); Helga Frahm (LG Powerschnecken); Swaantje Kurtzweg (LK Weiche); Christoph Berendsen (LK Weiche); Ulrike Pollakowski-Geuther (Kieler TB); Uwe Leineweber (SV Friedrichsort); Daniel Rix (TSV Klausdorf); Holger Tewes (TSV Klausdorf); Uwe Cap (TSV Medelby); Niels-Peter Binder (Borener SV); Jens Rethwisch (TSV Rieseby) – Leiter des Lehrgangs: Hans-Jürgen Krannig.

Trimm Dich – Lauf‘ mal wieder



Bewegungsanalyse und Fußdruckmessung

Verletzungen müssen nicht sein!
Oft sind nur kleine Abweichungen im Bewegungsablauf, Fehler in der Fuß- oder Beinachsenstellung Auslöser für Gelenk- und Muskelschmerzen.

Tragen Sie vielleicht nur die falschen Schuhe?
Häufig sind ungeeignete Schuhe der auslösende Faktor der Probleme.

Treffen Sie Vorsorge!
Durch eine frühzeitige Sichtung können Beschwerden verhindert werden. Wir erfassen Ihren Bewegungsablauf in der Belastung computerunterstützt und zeitlupengenau. Dabei vermessen wir Ihre Körperachsen und können aufgrund dieser Informationen das Hilfsmittel (z.B. die Sporteinlage) indviduell anfertigen.

Außerdem erhalten Sie detaillierte Informationen über Lauftechnik, Kräftigungs- und Stretchingübungen sowie typengerechte, aktuelle Sportschuhe.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Vereinbaren Sie einen Termin mit uns.

Weitere Informationen zur Laufanalyse, Laufschuhkauf, Stretching und Gesundheitsthemen finden Sie im Internet unter:

www.kriwat.de

Der Fußspezialist

KRIWAT
Lerchenstr. 21, 24103 Kiel
Tel. 04 31 / 66 112-66
Fax 04 31 / 66 112-60
Email: laufband@kriwat.de

20. Frankfurt-Marathon / DM Marathon - 28. 10. 2001

Zwei schnelle Moleros in „Mainhattan“

Mit Klassezeiten beim 20. Euro-Marathon in Frankfurt am Main sorgte die Läufer-Familie Molero noch einmal für zwei „Paukenschläge“ zum Saisonabschluss. Erstmals seit mehr als drei Jahren nahm Miguel Molero-Eichwein die 42,195 km wettkampfmäßig unter die Füße. Trotz sehr kurzer Vorbereitungsphase lief der 33-jährige nach 2:37:48 Stunden über den Zielstrich an den Frankfurter Messehallen. „Mit nur vier Wochen Training konnte man mehr nicht erwarten“, äußerte sich Molero-Eichwein nach dem Rennen sehr zufrieden. Als 95. der offenen Gesamtwertung war der Mann von Spiridon Schleswig bester Schleswig-Holsteiner in Frankfurt. Chris Becker vom THW Kiel benötigte 2:44:32 Stunden.

Schnellste Frau aus dem SHLV war Hannegret Hansen. Die Glücksburgerin absolvierte den Kurs in Hessen-Metropole in 3:09:59 Stunden und kam in der Wertung der Deutschen Meisterschaft auf den sechsten Platz der W 45.

Platz 6 für Hannegret Hansen und Robert Olshausen

Das gleiche Ergebnis erreichte auch Robert Olshausen. Er landete nach 2:49:19 Stunden auf dem sechsten Platz der M 50.

Freude und Frust lagen ganz dicht zusammen bei Jose Molero-Membrilla . Fünf Wochen nach dem Berlin-Marathon konnte sich der Schleswiger noch einmal steigern. Bei regnerischem Wetter lief er sein schnellstes Marathonrennen diesen Jahres und „finishte“ nach 2:52:20 Stunden als 339. der Gesamtwertung. Hinter dem Briten John Laws belegte der 60-jährige damit den zweiten Platz seiner Altersklasse M 60. In der Wertung für die im Rahmen des Frankfurt-Marathons ausgetragenen Deutschen Meisterschaften hätte ihm dieses Ergebnis den Meistertitel beschert. Schon vor dem Rennen war jedoch klar, dass ihm dieser Titel versagt bleiben würde. Aufgrund der nicht fristgemäß eingegangenen Anmeldung wurde er vom DLV nicht in der Meisterschaftswertung berücksichtigt. So konnte sich der Mann von Spiridon Schleswig nur mit der Freude über seine herausragende Zeit trösten. Den ersten nationalen Titel in der M 60 muss er auf das nächste Jahr verschieben. (npb)

Leichtathletik = Spaß – Bewegung – Fitness

22. Tiergarten-Cross in Schleswig – Güssow und Bauschke vorn – Gastgeber stellen die schnellsten Senioren

Mittelstreckler dominierten die Langstrecke

Die Cross-Saison ist eröffnet. Mit dem Schleswiger Tiergarten-Crosslauf läuteten die Läuferinnen und Läufer des Nordens am Sonntag die Zeit der Waldläufe ein. Knapp 150 Athleten waren in die Kreisstadt gekommen, um auf den traditionsreichen Rundstrecken am Paulihof durchs das bunte Laub zu rennen. Mit Regen in den Tagen vor dem Wettkampf und Sonne während des Rennens hatte der Wettergott auch diesmal genau das richtige Rezept für klassisch deftige Crosslaufbedingungen gefunden. Der tiefe Untergrund auf den Nebenwegen und die vielen kleinen Anstiege im Schleswiger Gehölz raubten alle Läufern die Kräfte und ließen die meisten Laufschuhe nach dem Rennen in sattem Matschbraun „erstrahlen“. Selbst der unerschütterliche Volker Jenner vom SV Hollingstedt, der mit seinem Doppelstart auf den Spuren von „Kilometerfresser“ Jose Molero-Membrilla wandelte, stöhnte über das tiefe Geläuf. „Das ging ganz schön in die Beine“, sagte der 41-jährige nach seinen beiden Rennen über die Mittel- und die Langstrecke.

Verdrehte Welt bei den Siegernamen der Männer: Mit den Spiridon-Assen Torsten Harms (16:14 Minuten; Sieger über 4440 m in Minuten) und Miguel Molero-Eichwein (22:49 Minuten; Sieger über 6660 m in Minuten) gaben in den Läufen der Senioren die beiden stärksten Langstreckenläufer des Kreises den Ton an. Dagegen spielten auf der Männer-Langstrekke (8880 m) gerade diejenigen Athleten die erste Geige, die in den wärmeren Monaten des Jahres ihre Erfolge bei Läufen eher über 800 m oder 1500 m auf der Tartanbahn zu feiern pflegen. Der Kronshagener Christian Güssow, neben Andre Green der herausragende Mittelstreckler Schleswig-Holsteins, hatte keine Schwierigkeiten, in locker wirkenden 30:48 Minuten seinen Vorjahressieg beim Crosslauf-Klassiker zu wiederholen. Auch Torben Detlefsen (ebenfalls von der SG Kronshagen / Kieler TB) zeigte sich auf der ungewohnten Distanz stark und folgte in 32:02 Minuten auf dem zweiten Platz. Trotz des guten Ergebnisses mochte sich der dreifache Sieger der Borener Meile nicht so recht mit dem Lauf anfreunden: „Eigentlich ist das ein bisschen zu weit für mich“. Gewöhnungsbedarf offenbarte der 20-jährige Jakob Löwenstrom vom MTV Gelting 08. Der beste 800-m-Läufer des Kreises Schleswig-Flensburg musste bei seinem ersten Start über die volle Männerdistanz erkältungsgeschwächt schwer kämpfen („Der Läufe hätten besser achttausend Meter kürzer sein sollen“) und lief nach 36:43 Minuten als Fünfter ein. Er musste den beiden Husumern Hauke Hinrichs (32:08) und Reinald Strüning (35:15) den Vortritt lassen.

Siegerin aus Nordfriesland

Ursel Bauschke vom TSV Drelsdorf/A./B. setzte im Frauen-Lauf über 4440 m die lange Tradition nordfriesischer Siegerinnen fort. In 19:52 Minuten gewann sie unangefochten vor Dörte Krumsieg (22:08 Min.; ETSV Fortuna Glückstadt) und Angelika Clauß (22:46; Büdelsdorfer TSV). Und dass wohl auch in naher Zukunft die schnellsten Mädchen und Frauen oft von der Westküste kommen werden, deutete sich in den Läufen der Schülerinnen. Die Hälfte der Klassensiege zwischen W 8 und W 15 gingen an die nordfriesischen Klubs TSV Doppeleiche Viöl, TSV Husum 1875 und TSV Drelsdorf/A./B.. Die meisten Erfolge im Nachwuchsbereich durften mit fünf Siegen die Jungen und Mädchen von der LG Schleswig-Fahrdorf bejubeln. Ob sich diese Bilanz auch bei den Kreismeisterschaften wiederholen lässt, wird sich am 18. November in Kappeln zeigen. Dann stehen im Rahmen des 15. Lila-Eule-Crosslaufs die Titelkämpfe des KLV Schleswig-Flensburg an.

Ergebnisse im Internet unter www.spiridon-schleswig.de npb

Wilner gelang Landesrekord

Wellingdorf stellte neun Mehrkampf-Kreismeister

Bei den offenen Schüler-Leichtathletik-Kreismeisterschaften im Mehrkampf auf dem Kieler Universitätsplatz sorgte Julia Wilner (SG TSV Kronshagen/Kieler TB) für die beste Leistung: Im Blockmehrkampf Wurf der 14-jährigen Schülerinnen verbesserte die Kronshagenerin den Landesrekord um vier Punkte auf 2462 Punkte.

„Damit hätte ich nicht gerechnet, Julia war lange verletzt“, freute sich Trainer Dennis Greinert mit seiner Athletin, die ihre beste Leistung mit 11,67 Metern im Kugelstoßen hatte. Aber auch die anderen 215 Teilnehmer aus 20 Vereinen nutzten die trotz kühler Temperaturen guten Bedingungen. Bei den 15-jährigen Schülern setzte sich Jens Pankuweit (WTV) im Block Wurf mit 2640 Punkten durch, vor allem mit der Kugel (13,01 m) und mit dem Diskus (35,49 m) konnte der Wellingdorfer überzeugen. Für das beste Ergebnis des männlichen Nachwuchses sorgte der Bramstedter Arne Jessen: Im Block Wurf siegte der Athlet vom Speerwurf-Landestrainer Andreas Bernecker mit 2511 Punkten und gefiel vor allem mit seiner 60-m-Hürdenzeit von 9,4 Sekunden.

Mit neun Kreismeistertiteln war der Wellingdorfer TV der erfolgreichste Verein, gefolgt vom THW (fünf), der SG TSV Kronshagen/Kieler TB, dem SV Friedrichsort und der SpVg Eidertal Molfsee mit je drei Titeln. (ts)

KEINE Macht den DROGEN

Ergebnisse: Schüler A, M 15, Block Sprint/Sprung: 1. u. Kreismeister (KM) Kai Meyer (Wellingdorfer TV) 2254 Pkt. (u. a. 36,31 m Speer); Block Lauf: 1. u. KM: Henning Kürschner (WTV) 2304 Pkt. (u. a. 100 m 12,4 s); Block Wurf: 1. u. KM Jens Pankuweit (WTV) 2540 Pkt (u. a. Kugel 13,01 m, Diskus 35,49 m); 2. Julian Gröning (THW) 2518 Pkt. (Diskus 33,23 m).

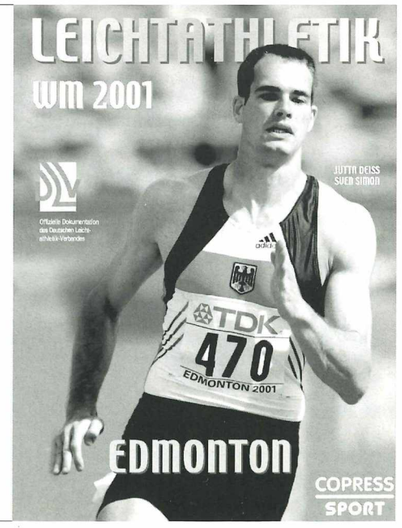
Jetzt erschienen:

Offizielle Dokumentation zur Leichtathletik-WM 2001 Edmonton

mit Texten von Jutta Deiss und Bildern von Sven Simon

Wenige Wochen nach Ende der 8. Leichtathletik-Weltmeisterschaften in Edmonton hat der Münchner Copress-Verlag die offizielle Dokumentation des Deutschen Leichtathletik-Verbandes zum größten Sportereignis des Jahres herausgebracht. Die sachkundigen und sensiblen Texte von Jutta Deiss und die außergewöhnlichen Bilder von Sven Simon lassen die Wettkämpfe von Edmonton noch einmal aufleben. Neben den großartigen Leistungen der Athleten kommen Hintergründiges, Humoriges und bemerkenswerte Randnotizen nicht zu kurz. Vor allem aber kommen die Hauptdarsteller dieser Weltmeisterschaft, die Athletinnen und Athleten, ausreichend zu Wort.
Zusammen mit dem umfangreichen Statistikteil ist die WM-Dokumentation ein unverzichtbares Werk für alle Leichtathletik-Fans. Diese Erinnerung an zehn faszinierende Tage in Kanada eignet sich hervorragend als Geschenk und Ehrengabe im Verein und Verband. Der Preis ist mit 39,90 DM (20,40 Euro) seit Jahren stabil.

Bestellen Sie Ihre WM-Dokumentation bei der:
DLM – Deutsche Leichtathletik Marketinggesellschaft mbH,
Postfach 10 04 63, 64204 Darmstadt,
Tel. 06151/770865, Fax 06151/770824
entweder per Verrechnungsscheck von 39,90 DM
zzgl. Versandkostenpauschale von 5,50 DM pro Sendung
oder per Überweisung auf das Konto 323 226-609
(BLZ 500 100 60),PGA Frankfurt.



1. LHM Mittelstrecken mit HLV und LVMV

06. 01. 2002 in **Rostock**, Laufhalle im Sportforum am Ostseestadion, Kopernikusstraße

MS: 27. 12. 2001 - ohne Vereinskampfrichter -

Wettbewerbe:
3000 m = M 14, M 15, MJB, MJA, M
3000 m = WJB, WJA, F
2000 m = W 14, W 15
800 m = MJB, MJA, M
800 m = WJB, WJA; F

Vorläufiger Zeitplan (Änderungen nach Meldeeingang noch möglich).

Zeit	Disziplin	Altersklasse
11.00 Uhr	3000 m	M 14 und M 15
11.20 Uhr	800 m	WJB
11.30 Uhr	800 m	MJB
11.40 Uhr	2000 m	W 14 und W 15
11.55 Uhr	800 m	WJA
12.05 Uhr	800 m	F
12.15 Uhr	800 m	MJA
12.25 Uhr	800 m	M
12.40 Uhr	3000 m	MJB und MJA
13.00 Uhr	3000 m	M
13.15 Uhr	3000 m	WJB, F und WJA

Weitere Hinweise:
1. Es erfolgt eine Jahrgangswertung in den Schülerklassen.
2. Nachmeldungen und Ummeldungen sind nicht möglich.
3. Die Laufbahn hat eine Länge von 285 m.
4. Es gelten die Gebührensätze des LV Mecklenburg/Vorpommern.
5. Anfahrtsweg nach Rostock über Satowerstraße und Tierpark zum Sportforum bzw. über den Westring, Tierpark zum Sportforum (Laufhalle).

2. NDM Halle , Männer, Frauen, Jugend A/B

am 26./27. Januar in Neubrandenburg

Meldeschluss: 15. 01. 2002

Für diese Veranstaltung lag bei Redaktionsschluss noch kein Zeitplan vor. Dieser wird in der Januarausgabe des „startschuß" veröffentlicht bzw. kann im Vorwege bei der SHLV-Geschäftsstelle abgefordert werden.

3. NDM Winterwurf Männer, Frauen, M/W Jugend A/B, Senioren/innen

am 02./03. Februar 2002 in Berlin

Ausrichter: Berliner Leichtathletik-Verband

Austragungsstätte: Sportforum Hohenschönhausen (Wurfplatz), Fritz-Lesch-Strasse, 13053 Berlin

Meldeschluss:
Die Meldungen sind bis Dienstag, den 22. Januar 2002 auf DLV-Meldebogen zweifach an den eigenen Landesverband zu schicken. Dieser überprüft die Meldung und leitet sie einfach an den ausrichtenden Landesverband weiter.

Wettbewerbe:

Männl. Jugend B	Diskus, Speer, Hammer
Weibl. Jugend B	Diskus, Speer, Hammer
Männl. Jugend A	Diskus, Speer, Hammer
Weibl. Jugend A	Diskus, Speer, Hammer
Männer	Diskus, Speer, Hammer
Frauen	Diskus, Speer, Hammer

Anfangszeiten:
Samstag, den 02.02.
10.00 Uhr Hammer
14.00 Uhr Diskus

Sonntag, den 03.02.
10.00 Uhr Speer (weiblich)
14.00 Uhr Speer (männlich)

Wettkampfunterlagen:
Die Ausgabe der Wettkampfunterlagen erfolgt am Samstag ab 8.30 Uhr und am Sonntag ab 8.30 Uhr
in der Lilly-Hennoch-Halle (Wurfhaus), Fritz-Lesch-Strasse.

Hinweise:
Beachte „Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2002"

Unterkunft:
Quartieranforderungen sind schriftlich zu richten an: Touristeninformation Berlin, Tel. 0180 552 27 70, Fax 0180 552 27 75.

Anfahrhinweise:
Über die BAB 10 Ausfahrt Hohenschönhausen, B 158 Richtung Hohenschönhausen..

4. LM Crosslauf - alle Klassen –

am Sonntag, den 17. 02. 2002 in Lübeck, Sportplatz und Vereinsanlage des TSV Siems, Seelandt Strasse

Meldeschluss: 07. 02. 2002

Ohne Vereinskampfrichter

Örtlicher Ausrichter: LBVPhönix Lübeck

Anfahrtsweg:
Von Lübeck aus kommend die B75 nehmen und hinter der Herrenbrücke gleich rechts abbiegen in Richtung Seelandstrasse (Flender Werft). Von dort den Krummen Weg zur Sportanlage des TSV Siems fahren. Teilnehmer, die über die Autobahn A1 anreisen, orientieren sich an der Ausfahrt Lübeck-Siems in Richtung Herrenbrücke, biegen jedoch vor dieser rechts ab und fahren dann links über die Seelandstrasse zur Sportanlage des TSV Siems.

Strecken und Streckenlängen:
Es handelt sich um einen Rundkurs im Waldstück der Siedlung Rangenberg.
Kleine Runde = 800 m
Grosse Runde = 1850 m
Ein- und Auslauf der Strecke insgesamt 80 m.

Zeitplan und Wettbewerbe

10.00 Uhr Männer Mittelstrecke, Junioren, Männliche Jugend A
2 große Runden = 3.780 m
Getrennte Einzelwertung und Mannschaftswertung für A-Jugend, Männer und Junioren gemeinsame Mannschaftswertung.

10.20 Uhr Senioren Mittelstrecke M30, M35, M40, M45
2 große Runden = 3.780 m
Mannschaftswertung M30/35, M40/45 .

10.40 Uhr Senioren Mittelstrecke M50, M55, M60, M65, M70 und älter
4 kleine Runden = 3.280 m
Mannschaftswertung M50/55, M60 und älter

11.00 Uhr Schülerinnen W14/15
2 kleine Runden = 1.680 m
Mannschaftswertung W14/15

11.10 Uhr Schüler M14/15
3 kleine Runden = 2.480 m
Mannschaftswertung M14/15

11.20 Uhr Männliche Jugend B
4 kleine Runden = 3.280 m
Mannschaftswertung

11.40 Uhr Frauen, Juniorinnen, weibliche Jugend A + WJB
2 große Runden = 3.780 m
getrennte Einzelwertung und Mannschaftswertung für weibliche Jugend A,
Frauen und Juniorinnen gemeinsame Mannschaftswertung.

12.00Uhr Seniorinnen W30-W70 und älter
4 Kleine Runden = 3.280 m
Mannschaftswertung W30/45, W50 und älter.

12.20 Uhr Männer Langstrecke
5 große Runden = 9.330 m
Mannschaftswertung.

13.00 Uhr Senioren Langstrecke M30, M35, M40, M45, M50,M55, M60, M65, M70 und älter
4 große Runden = 7.480 m
Mannschaftswertung M30/35, M40/45, M50/55, M60 und älter.

Hinweise:
- Umkleidemöglichkeiten sowie Toiletten und Duschen sind im Vereinsheim des TSV Siems ausreichend vorhanden.
- Parken ist bei trockenem Wetter auf dem Grandplatz des TSV Siems, in begrenztem Umfang am Clubhaus oder direkt an der Seelandstrasse möglich (ca. 5 Minuten Fußweg).
- Siegerehrungen werden im Start/Ziel-Bereich ca. 30 Minuten nach den Läufen durchgeführt. Alle platzierten Athleten sind zur Teilnahme daran verpflichtet.
- Das Wettkampfbüro befindet sich im Vereinsheim des TSV Siems.
- Die Startunterlagen werden am Veranstaltungstage ab 9.00 Uhr im Vereinsheim ausgegeben.

Weitere allgemeine Hinweise:
- Schüler M12/13 und Schülerinnen W12/13 sind für diese Meisterschaften nicht startberechtigt.
- In der Mannschaftswertung müssen die Teilnehmer in der gleichen Klasse wie in der Einzelwertung starten.
- Jugendliche dürfen nur für eine Strecke gemeldet werden.
- In den Senioren-Klassen dürfen die Teilnehmer nur in einer Altersklasse starten.
- Bei Läufen mit mehreren Mannschaftswertungen erfolgt die Platzierung nach dem Gesamteinlauf (3 Teilnehmer bilden eine Mannschaft)
- Wenn im Seniorenbereich 3 Teilnehmer einer Altersklasse am Start sind, erfolgt eine Wertung als Landesmeister, auch wenn diese Altersklasse nicht besonders ausgeschrieben worden ist. (dies gilt nicht für Mannschaftswertungen)
- Bei weniger als 3 Teilnehmern erfolgt eine Wertung im Schüler – und Jugendbereich in der nächst höheren Altersklasse, im Seniorenbereich in der nächst jüngeren Klasse.
- Ansonsten gelten die Satzungen und Ordnungen des DLV und die Allgemeinen Bestimmungen des SHLV.

Haftung:
Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für abhanden gekommene Kleidung und Unfälle jeglicher Art.

5. Hinweis zur LHM Männer, Frauen, M/W Jugend B, M/W Jugend A Dreisprung.

Ergänzend zur Ausschreibung im „startschuß" Oktober 2001, kann beim Dreisprung auch wahlweise der 7-Meter-Balken benutzt werden.

Übungsleiter-Lehrgänge „Kinder-Leichtathletik"

Der SHLV plant in Zusammenarbeit mit interessierten Kreis-Leichtathletik-Verbänden oder Vereinen dezentrale Übungsleiter – Lehrgänge „Kinder-Leichtathletik".

Der Teilnehmerkreis sollte sich aus Jugendlichen rekrutieren, die z.B. für eine C-Trainer-Ausbildung noch zu jung sind, auf diese Weise aber schon mit in die Trainingsarbeit integriert werden können, und das an einer Stelle, an der die Betreuungsarbeit ganz besonders wichtig ist: bei den Kindern etwa bis zum 11. Lebensjahr. Vielleicht kann es uns auf diese Weise gelingen, das Interesse an der Leichtathletik auch über das Kindesalter hinaus besser zu erhalten, denn Kinder sind in den Leichtathletikabteilungen keine Mangelware. Aber wir müssen sie angemessen betreuen, sonst verlieren wir sie schnell wieder.

Die Ausbildung umfasst 20 Unterrichtsstunden in 3 Unterrichtstagen und die Absolventen erhalten eine SHLV-eigene Lizenz.

KLV's oder auch Vereine, die eine solche Ausbildung im Jahre 2002 anbieten möchten, melden ihr Interesse beim Referenten für Aus- und Fortbildung, Uwe Anderbrügge, Tel.: (0 45 22) 47 73 (nachmittags oder abends) oder bei der SHLV-Geschäftsstelle an. Weitere Einzelheiten und die Ausschreibungsmodalitäten werden dann festgelegt.

gez. Uwe Anderbrügge
Referent Aus- und Fortbildung

Ausschreibung C-Trainer-Ausbildung 2002

Im kommenden Jahr führt der SHLV folgende Ausbildungslehrgänge zum/zur C-Trainer/in im Sport- und Bildungszentrum Bad Malente durch:

15.-17. 02. 2002 Ausbildungsblock
22.-24. 03. 2002 Grundlagentraining

01.-03. 11. 2002 Ausbildungsblock
22.-24. 11. 2002 Aufbauschulung

01. Dezember 2002 Prüfung / Lehrproben

Zeiten: Wochenende freitags ab 18.00 Uhr bis sonntags nach dem Mittagessen.

Zielgruppe: Alle, die eine breit gefächerte, tiefgehende Ausbildung in der Wettkampf-Leichtathletik suchen und später in den älteren Schülerlehrgängen (A + B) und im Jugend- und Aktivenbereich als Trainer tätig werden wollen.

Ausbildung: Gegenstand der Ausbildung ist das systematische Erlernen und Vermitteln der leichtathletischen Disziplinen und das Erlangen von Handlungskompetenz im Umgang mit wettkampforientierten Leichtathletikgruppen.

Inhalt: Theorie und Praxis der leichtathletischen Disziplinen, Trainingslehre, Regelkunde, Wettkampfwesen, Sportmedizin, Sportpädagogik, funktionelle Gymnastik, Bewegungslehre u. v. m.

Zur Anmeldung sind folgende Punkte zu beachten bzw. zu erbringen: Mindestalter bei Lehrgangsbeginn, 17 Jahre (Lizenzerhalt ab 18 Jahre), Nachweis über Absolvierung eines Grundkurses (40 UE) beim LSV oder KSV und eines Erste-Hilfe-Kurses sowie Erfüllung der Bedingungen für das Sportabzeichen oder Mehrkampfabzeichen.

Gebühren: Je Ausbildungsblock EURO 120,-, Gesamtausbildung EURO 240,- incl. Prüfungsgebühr.

Anmeldungen: Bis zum 12.01.2002 an die SHLV-Geschäftsstelle, Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel, Fax: (04 31) 64 86 192. Begrenzte Teilnehmerzahl, Zulassung nach Reihenfolge der Anmeldung.

gez. Uwe Anderbrügge
SHLV-Referent Aus- und Weiterbildung

Die Cross-Saison im Kreis Pinneberg eröffnet

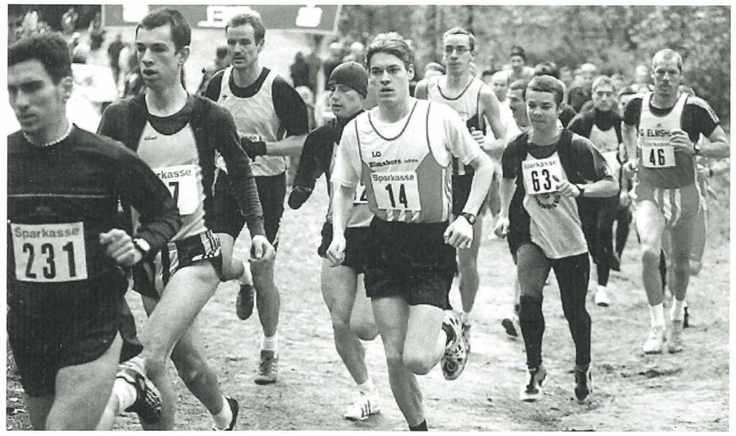
Bei guten äußeren Bedingungen und mit einem anspruchvollen Cross-Kurs durch das Liether Gehölz in Elmshorn eröffneten die Ausrichter der LG Elmshorn die Crosslaufsaison des Kreises Pinneberg.

Der Nachwuchs, der zahlreich vertreten war, zeigte solide Leistungen. Leider litt die Teilnehmerzahl durch eine Großveranstaltung in Quickborn.

Die überzeugendste Leistung bot der A-Jugendliche Jannis Kellermann von der LG Wedel-Pinneberg als Doppelsieger sowohl über die 8.620m (30:10 min.) als auch über 4.120 m in 13:40 min.

Klaus Böttcher, jahrelanger Trainer und Veranstalter der LG Wedel-Pinneberg, überzeugte in der AK M 45 über 4.120m nach 17:06 min. Übrigens hat Klaus Böttcher an allen Marathonläufen in Hamburg teilgenommen und ist wohlbehalten ins Ziel gekommen. SiKo

Die Sieger:
8620 m: Frauen - W 40: 1. Hausschildt, Birgit 61 ohne 44:41; **W 50:** 1. Oldag, Waltraut 48 LG Nord /West 45:21; **W 60:** 1. Sielaff, Waltraut 37 LG Elmshorn 53:27. - **MJA:** 1. Kellermann, Jannis 82 LG Wedel/Pbg. 30:10; **Männer:** 1. Schmied, Michael 77 o. V. 39:57; **M 30:** 1. Gebauer, Lars 67 SV Lieth 47:35; **M 35:** 1. Rohrmoser, Sven 66 Tri-Elmshorn 33:42; **M 40:** 1. Albrecht, Wladimir LG Wedel/Pbg. 30:53; **M 45:** 1. Lüders-B. Uwe 56 LG Elmshorn 34:03; **M 50:** 1 Vonderbank, Klaus 48 FTSV 44:36; **M 60:** 1. Unterspann, Klaus 41 Halstenbeker TS 40:51; **M 65:** 1. Beckmann, Jörg 34 LG Elmshorn 43:37
4120 m: WJA: 1. Thiel, Birgit 83 LG Elmshorn 17:41; **WJB:** 1. Albrecht, Marina 84 LG Wedel/Pbg. 18:11; **Frauen:** 1. v.d. Fecht, Solveig 75 LAV Hamburg-Nord 17:16; **MJB:** 1. Brandemann, Matthias 85 LG Elmshorn 14:42; **MJA:** 1. Kellermann, Jannis 82 LG Wedel/Pbg. 13:40; **Männer:** 1. Brehmer, Simon 77 LG Wedel/Pbg. 13:47; **M 35:** 1. Müller, Mathias LG Wedel/Pbg. 15:12; **M 40:** 1. Elsaßer, Ralf 58 LG Elmshorn 14:30; **M 45:** 1. Lüders-Bahlmann, Uwe 56 LG Eimshorn 15:10; **M 50:** 1. Vonderbank, Klaus 48 FTSV 18:29; **M 55:** 1. Horst, Mattern 43 MTV Horst 18:30; **M 60:** 1. Kadel, Wilfried 41 LG Elmshorn 17:44.



Crossläufe immer beliebt

15. Lila-Eule-Cross in Kappeln

KM Cross des KLV SL-FL: Fahrdorfer Nachwuchs räumte Titel ab Spurtentscheidung bei den Frauen

Es war ein Tag der ungeahnten Zuneigungen beim 15. Lila-Eule-Crosslauf des TSV Kappeln am Sonntag. Anstelle des von vielen erwarteten tiefen Matsches fanden die Athleten dank des trockenen Wetters der Vortage den Laufkurs im Hüholz in ungeahnt läuferfreundlichem Zustand vor. Manch einer unter den 140 Athleten, der die (freiwillige) Schinderei zuvor innerlich verteufelt hatte, konnte dem Rennen so doch positive Aspekte abgewinnen. Zwar raubten die Runden im westlichsten Grüngürtel der Schleistadt nichtsdestotrotz viele Kräfte, aber nach den Erfahrungen der Vorjahre und dem schweren Schleswiger Tiergarten-Cross vor 14 Tagen, kam in Kappeln vielen „alles halb so schlimm" vor.

Auch wenn es wohl keine Liebesbeziehung werden wird, so scheint selbst Mittelstrecken-Ass Torben Detlefsen zwischenzeitlich Spaß an den großen Runden im Wald gefunden zu haben. In 40:21 Minuten gewann er erstmals den Hauptlauf des Crosslauf-Klassikers. „Eine lange Einheit stand heute eh auf dem Trainingsplan. Bevor ich allein durch die Gegend renne, mache ich dann doch lieber einen Wettkampf", erklärte der 24-jährige seine Motivation für den Start über 10800 Meter. Allein war der für die SG Kronshagen/Kiel startende Böklunder letztlich zwar doch unterwegs, aber zumindest auf den ersten Runden konnte er noch den Atem von Bernd Münch hören. Der Triathlon-Vereinsmeister des Borener SV sicherte sich als Zweiter in 42:33 Minuten den Kreismeister-Titel des KLV Schleswig-Flensburg.

Unverhoffte Spannung

Unverhoffte Spannung gab es im Lauf der Frauen. Anke Hildebrandt (Spiridon Schleswig) hatte sich bei ihrem ersten Auftritt im Hüholz nach der Hälfte der 2800 Meter langen Strecke schon vermeintlich deutlich von ihrer Vereinskameradin Elke Thomsen abgesetzt. Auf den letzten 300 Metern kam die Verfolgerin jedoch immer näher und nötigte der neuen Kreismeisterin einen harten Endspurt ab. Ganze zwei Sekunden (Hildebrand: 12:57 Min./ Thomsen: 12:59 Min.) trennten die beiden Konkurrentinnen am Ende. Wie in den Vorjahren waren die Hauptläufe etwas dünn besetzt, da die meisten Athleten den Senioren-Lauf über 5400 Meter vorzogen. Hier enteilten erwartungsgemäß die beiden Schleswiger Miguel Molero-Eichwein (18:21 Min.) und Torsten Harms (19:33) dem Feld. In der „Königsklasse" des Kreises – keine andere Altersgruppe ist in Schleswig-Flensburg mit Laufassen so gespickt wie die M 40 – verdarb Thomas Marten (20:19; 1. Platz) den Spiridon-Athleten die letzte Meisterschaftschance. Dierk Knauff (20:28; 2. Platz) und Wolfgang Flieger (21:28; 3. Platz), die beide im nächsten Jahr in die M 45 aufsteigen werden, konnten dem Borener diesmal nicht folgen.

Gut besetzte Schülerfelder

Prall gefüllte und gut besetzte Felder bei den Schülern gaben dem Traditionsrennen wieder die belebende Note. Was sich in Schleswig bereits angedeutet hatte, fand nun bei den Titelkämpfen seine Bestätigung: Die LG Schleswig-Fahrdorf scheint mittlerweile auch ein Faible fürs Laufen entdeckt zu haben. Die „Titelhamster" vom erfolgreichsten Leichtathletik-Verein auf Kreisebene stillen ihren Erfolgshunger nicht mehr ausschließlich in den Sprints und in den technischen Disziplinen. Mit sieben Kreismeistertiteln in den Jugendklassen durchbrachen die Jungen und Mädchen von Klaus Moderow sogar die gewohnte läuferische Dominanz des MTV Gelting 08. Die Talente von der Birk fuhren diesmal „nur" sechs Titel ein.

Mit dem runden Geburtstag des Lila-Eule-Cross – zum 15. Mal traf sich die Laufszene nun an der von der Kult-Disco zum Waldcafé verwandelten Stätte – rundete der TSV Kappeln sein 125-jähriges Vereinsjubiläum sportlich ab. Auch wenn auf manchen Meisterschaftsurkunden schon etwas Staub liegt, haben die Leichtathleten aus der Schleistadt viele große Kapitel in der Vereinsgeschichte mitgeprägt. TSV-Abteilungsleiter Rainer Detlefsen richtete trotz der nostalgischen Jahreszahlen den Blick am Sonntag jedoch lieber in die Zukunft. Noch ehe es im Hüholz wieder rund gehen wird, soll 2002 in Kappeln ein anderer läuferischer Leckerbissen gestartet werden. Derzeit reifen die Ideen für den einmaligen Kappelner Brückenlauf anlässlich der Einweihung der neuen Schleibrücke. „Wir hoffen, dass wir das realisieren können", sagte der KLV-Vorsitzende aus Kappeln.

125 Jahre TSV Kappeln

Die Sieger:
1400 Meter - Schülerinnen: W 7: 1. Albertsen, Mareike 94 SV BW Löwenstedt 7:06; W 8: 1. Woch, Gönke 93 LG Schleswig - Fahrdorf 6:46; W 9: 1. Timme, Sinika 92 LG Schleswig - Fahrdorf 6:06; W 10: 1. Zalewski, Alina 91 Eckernförder MTV 6:18; W 11: 1. Frahm, Britta 90 LG Schleswig - Fahrdorf 6:17; W 12: 1. Fenselau, Chantal 89 SV BW Löwenstedt 5:53; W 13: 1. Börsing, Dörthe 88 Eckernförder MTV 6:42; **2400 Meter W 14:** 1. Valentin, Birka 87 TSV Glücksburg 09 12:07; W 15: 1. Fritzke, Sandra 86 TSV Nord Harrislee 10:54.
2800 Meter - weibliche Jugend B - 1. Gast, Miriam 86 LG Schleswig - Fahrdorf 14:07; W 35: 1. Hildebrandt, Anke 64 Spiridon Schleswig 12:57; W 40: 1. Nissen, Heike 59 SV Hollingstedt 13:50; W 45: 1. Timme, Anke 54 LG Schleswig - Fahrdorf 17:57; W 50: 1. Thomsen, Elke 48 Spiridon Schleswig 12:59.
1400 Meter - Schüler: M 7: 1. Gaartz, Nils 94 MTV Gelting 7:25; M 8: 1. von Hobe, Cord-Friedrich 93 MTV Gelting 6:35; M 9: 1. Mohrmann, Till 92 TSV Kropp 6:21; M 10: 1. Rasmussen, Mats 91 TSV Kropp 5:56; M 11: 1. Timme, Hauke 90 LG Schleswig - Fahrdorf 5:52; M 12 - **2400 Meter:** 1. Stuhl, Lothar 89 LG Schleswig - Fahrdorf 10:17; M 13: 1. Herter, Tim 88 LG Schleswig - Fahrdorf 9:44; **3400 Meter** - M 14: 1. Heidenreich, Micha 87 MTV Gelting 12:24; M 15: 1. Werther, Dustin 86 MTV Gelting 11:58.
5400 Meter - Männer: 1. Menge, Carsten 79 USC Kiel 19:56; M 30: 1. Molero-Eichwein, Miguel 68 Spiridon Schleswig 18:21; M 35: 1. Harms, Thorsten 65 Spiridon Schleswig 19:33; M 40: 1. Marten, Thomas 59 Borener SV 20:19; M 45: 1. Ketzler, Hans-Joachim 56 TSV Eintracht Eggebek 21:41; M 50: 1. Dockhorn, Hans-Jürgen 51 1.Flensburger Lauftreff 24:42; M 55: 1. Greinert, Hartmut 44 Spiridon Schleswig 25:11; M 60: 1. Molero-Membrilla, Jose 41 Spiridon Schleswig 22:04; M 65: 1. Bruhn, Ernst 35 Rendsburger TSV 27:38; 10800 Meter - Männer: 1. Detlefsen, Torben 77 SG TSV Kronshagen/Kieler TB 40:21.

Mannschaftswertungen:
Schülerinnen W 9 - W 8 - W 7: 1. LG Schleswig - Fahrdorf 8 Pkt. - Timme (92) 1 - Frahm (92) 3 - Woch (93) 4; Schülerinnen W 10 - W 11: 1. Eckernförder MTV 12 Pkt. - Zalewski (91) 2 - Börsing (90) 4 - Heinemann (91) 6; Schüler M 7 - M 9: 1. MTV Gelting 11 Pkt. - von Hobe (93) 2 - Petersen (92) 3 - Johannsen (93) 6; Schüler M 10 - M 11: 1. LG Schleswig - Fahrdorf 10 Pkt. - Timme (90) 1 - Riebeling (91) 4 - Werth (90) 5; Schülerinnen W 12 - W 13: 1. SV BW Löwenstedt 9 Pkt. - Fenselau (89) 1 - Finke (89) 2 - Jensen (89) 6.

Ergänzungen zur Kaderliste der Startschussausgabe Oktober 2001:

1. Stefan Walther (Jg. ´83), Bramstedter TS, wird noch nicht für den D2-Kader nominiert, sondern kann bei einem Leistungsnachweis von 22,50 sec. über 200 m in der Halle im März nachnominiert werden.

2. Fernando Schmidt (Jg. ´86), LG Reinbek/ Ohe, hat doch den Sprung in den D/C-Kader des DLV in der Disziplin Weitsprung geschafft. Ihm und seinem Heimtrainer Gunnar Weitschat einen herzlichen Glückwunsch zu dieser Nominierung.

Folgender aktueller Stand des Kaders im SHLV ergibt sich daraus: 44 Athleten

EM (A)	B	Top-L	L	C	D/C	D2	D1
1	4	3	5	/	6	8	17

Hinrich Brockmann, Leitender Landestrainer

Fair geht vor

Aktionstag „Leichtathletik für Kinder"

In Zusammenarbeit mit dem DLV findet am Sonnabend, **20.04.2002**, von **10.00 – 16.00 Uhr,** im Sportforum der Uni-Kiel der **2. Aktionstag „Leichtathletik für Kinder"** statt. Dieser Aktionstag ist als Fortbildungsveranstaltung für Lehrer/innen und Übungsleiter/innen gedacht. Nähere Einzelheiten hierzu im nächsten „startschuß".

gez. Uwe Anderbrügge
Referent für Aus- und Weiterbildung

„Langnasen" treffen auf „Schlitzaugen"

Wir beide, das sind Steffen und Johann und noch weitere 17 Teilnehmer (ältere Sportler und Funktionäre), waren schon mal für Euch in Peking um die Stadt auf Ihre Olympiatauglichkeit zu prüfen. Ausserdem vertraten wir die Farben unseres Heimatlandes Schleswig-Holstein in Hangzhou beim International Zhejiang & Hangzhou Marathon 2001 über die 10 KM Distanz. Eingeladen wurden wir zu dieser vom SHLV, insbesondere von unserem Präsidenten Wolfgang Delfs, organisierten Sportreise aufgrund unserer bisherigen Leistungen (im Laufbereich) und mit dem Gedanken, dass die Erlebnisse ein Anreiz für weitere sportliche Entwicklungen sein kann. Dies sind sie auch!

Am 28.10. flogen wir von Hamburg über Frankfurt nach Peking. In dieser Stadt, die eigentlich Beijing heißt, hatten wir dann 4 Tage Kulturprogramm. Diese gigantische Weltmetropole war einfach umwerfend! Als Tourist besichtigt man natürlich die Verbotene Stadt, den Platz des himmlischen Friedens (mit lauter hübschen roten Fähnchen und einem riesigen Bild unseres großen Freundes Mao), den Himmelstempel, den Sommerpalast, die Ming Gräber und die nicht weit entfernte Chinesische Mauer. Alles sehens- und bestaunenswert. Und auch die Einkaufsstraße mit ihrem Marmorpflaster und den High-Tech-Glas-Gebäuden (Preise wie in deutschen Kaufhäusern) lädt zum Bestaunen ein.

Wenn man allerdings chinesische Preise haben wollte, so musste man in kleine Seitenstraßenläden gehen, in denen man zum Beispiel für recht original aussehende CD's, die auch qualitativ in Ordnung waren, etwa 2,5 –3 DM zahlte. Auch gab es auf einem Nachtmarkt Lekkereien wie Skorpione, Heuschrecken, Singvögel und Maden am Spieß gebraten (allerdings roch es an diesen Ständen für eine europäische Nase abscheulich).

Scorpione und Maden am Spieß

In unserem Hotel (ein 4 Sterne Hotel mit schwarzen Rändern um die Dusche und das Waschbecken herum) gab es aber hervorragendes Essen (wie überall, wo wir gegessen haben) und die paar wenigen Stunden, die wir auf unserem Zimmer, also in unseren Betten, verbrachten, ließen sich sehr gut mit Schlaf überbrücken.

Und natürlich haben wir auch versucht, jeden Tag zu trainieren (was bis auf 2 Tage unserer Reise auch funktioniert hat). Somit lernten wir auch die andere Seite Pekings kennen. Da man ja als Läufer erst einmal in eine Richtung losläuft und später versucht zum Ausgangspunkt zurückzukehren, läuft man dabei nicht nur durch Neubaugebiete mit netten Wohnanlagen und durch das Botschaftsviertel, sondern auch durch Barackensiedlungen, in denen die Leute auf der Straße kochen und es sehr streng riecht. Da unser Hotel an einem Fluss gelegen war und die ersten Kilometer des morgendlichen Trainings somit dort entlang führten, konnten wir auch älteren wie jüngeren Chinesen bei ihren Gymnastik-, Kampfsport- und Meditationsübungen zusehen, was für uns sehr beeindruckend war.

Ab ging die Post . . .

Schlussendlich war es, für uns natürlich viel zu kurz, ein gelungener Besuch in Peking, da auch das Wetter (strahlender Sonnenschein und tagsüber zwischen 10°C und 17°C) für und angenehm war.

Am 2.11. flogen wir dann von Peking aus nach Hangzhou. Die Sicherheitskontrolle konnten aber diesmal nicht alle beim ersten Anlauf passieren, da spitze Gegenstände, wie Taschenmesser, die ja bekanntlich nicht in das Handgepäck gehören, sofort ausfindig gemacht worden, und die Person sich erneut in die Warteschlange stellen musste, ohne ein Messer in der Tasche.

Herzlichkeit und Freundlichkeit

Aber schließlich sind wir doch gut in Hangzhou gelandet, wo uns Dauerregen, deutlich wärmere Temperaturen, unsere Betreuerin des Sportministeriums und ein reichhaltig gedeckter Tisch erwarteten. Während des Essens wurde uns das Programm der nächsten Tage, welches sich zunächst auf die Vorbereitung auf den Lauf konzentrierte, bekanntgegeben und wir merkten schon deutlich Herzlichkeit und Freundlichkeit, die uns während des ganzen Aufenthaltes entgegengebracht wurde.

Der Lauf verlief sehr erfolgreich für alle deutschen Teilnehmer, da auch das Umfeld, also die Organisation und die Stimmung, auch innerhalb des Teams, perfekt waren.

Nun war also endlich Zeit für Urlaub! Die Sehenswürdigkeiten und die Landschaft rund um Hangzhou zeigten uns, wie die Chinesen selbst sagen, das Paradies auf Erden. Und da das Programm meist den Abend frei ließ, konnte man angenehme Massagen, Nachtmärkte, den Besuch im Internet-Café oder das eher selbst kreierte Night-Life (um 24 Uhr wurden die Bürgersteige hochgeklappt) genießen.

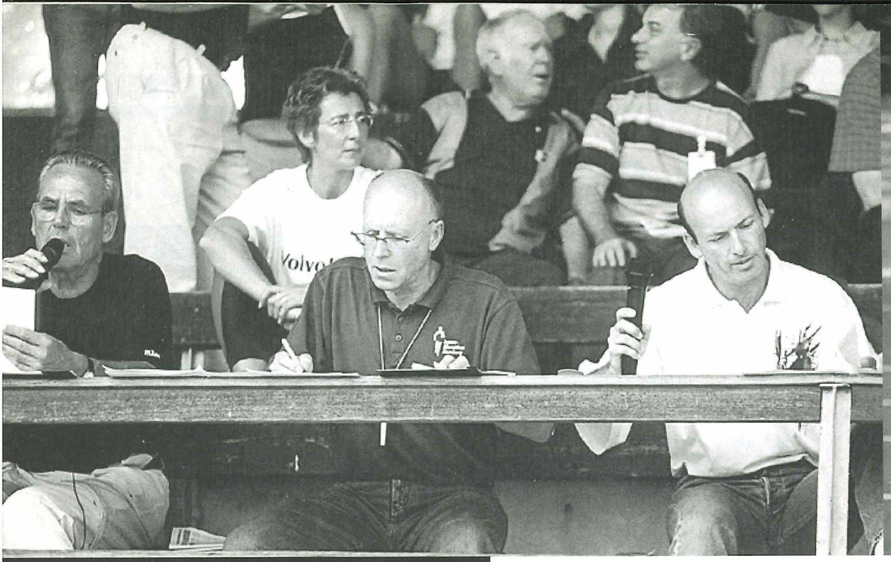
Johann Groth und Steffen Uliczka berichten

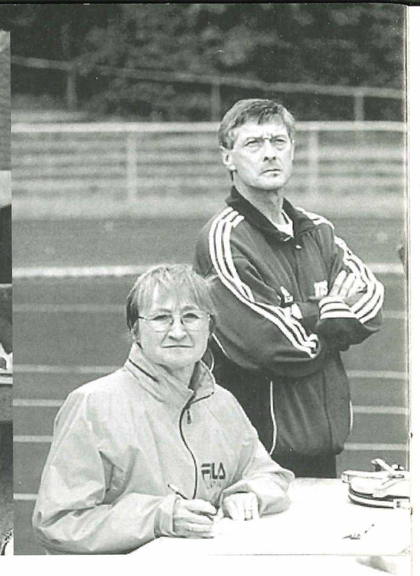
Der Aufenthalt in Hangzhou war, wie schon erwähnt, im ganzen einfach genial und sollte wir die Möglichkeit bekommen, eine derartige Reise noch einmal erleben zu dürfen, würden wir sofort zustimmen.

Am 8.11. hieß es dann Abschied nehmen und mit dem Wackelzug nach Schanghai zu fahren. Dort konnten wir noch, dank eines genialen Vorschlages eines Läufers, mit einer einstündigen Stadtrundfahrt überwältigende Eindrücke dieser Stadt sammeln, bevor es wieder gen Heimat ging.

Wir möchten dem SHLV noch einmal für die Einladung für diese eindrucksvolle Wettkampfreise danken. Xiè-xie!

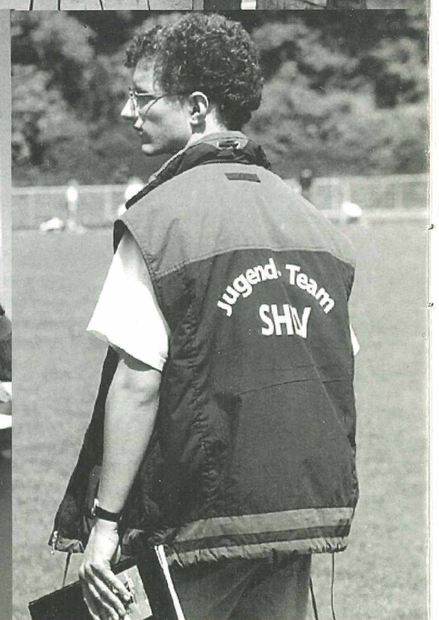
Das SHLV-Team





Danke für den Einsatz in 2001

Fotos: S. Konjack



starte doch mal in . . .

Unter dieser Rubrik veröffentlichen wir auch Ihre Ausschreibung. Pro Druckzeile kostet dieser Service nur 1,50 DM je Zeile. Mindestens jedoch 15,– DM. Mit einer Veröffentlichung an dieser Stelle erreichen Sie Ihre Zielgruppe zu besonders günstigen Bedingungen. Denken Sie doch nur einmal an die Portokosten! Senden Sie Ihren nächsten 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.

Ahrensburg

24. Lümmellauf mit Wandern am Sonntag, **20. 1. 2002.** Start: Dänenweg 13, Schule am Hagen.

Strecken und Startzeiten:

1 km	Schülerlauf (1992 u. j.)	9.50 Uhr
5,3 km	alle Altersklassen	10.00 Uhr
1,6 km	Schülerlauf (1987-1991)	10.05 Uhr
9,7 km	alle Altersklassen	10.15 Uhr
19,3 km	alle Altersklassen	10.40 Uhr

Wandern 5 u. 10 km ohne Zeitnahme 9.30 Uhr

Meldegeld: Erwachsene DM 14,-; Schüler/Jugendl. DM 6,-. MS: 30. 12. 2001 oder nach Erreichen der max. Teilnehmerzahl: Schüler je 100; übrige Läufe je 300. Keine Nach- und Ummeldungen am Veranstaltungstag.

Meldungen/Infos: Jürgen Krüger, Erikaweg 8 B, 22925 Ahrensburg, Tel. u. Fax 0 41 02 / 473 96 02; e-mail: www.luemmellauf.de.

Kiel

15. Kieler Hochbrückenlauf über 16,1 und 29,1 km; Termin: Sonntag, **24. 03. 2002,** 10. 00 Uhr; Kiel, Ernst-Barlach-Gymnasium, Charles-Roß-Ring 53.

Infos und Meldungen:
LG Albatros Kiel, Eckart Nicolaus, Ellerkrug 56, 24107 Kiel, Tel. 04 31 / 31 23 41, Fax: 319 72 11, Email: Enicolaus@t-online.de. Internet: www: lg-albatros-kiel.de oder www: zippels.de; Meldeschluss: 16. 03. 2003.

Oeversee

TriAs Flensburg veranstaltet am **30. 12. 2001** den 2. Oeverseer Silvesterlauf. Ein gelungener sportlicher Jahresausklang 2000 findet seine Fortsetzung.

Gelaufen wird am 30. 12. 2001 in Oeversee an der Eekboomhalle um

10.30 Uhr Kidslauf (bis Jhrg. 93)
11.00 Uhr Gemeinsamer Start Silvesterlauf 5,2 und 11,3 km

Meldeanschrift:

Sven Jakobsen, Am Goldregen 7, 24944 Flensburg, Fax 04 61 / 315 40 86. www: trias-flensburg.de.

Allen Sportlern/Innen einen guten Rutsch - das Silvesterlaufteam von TriAs Flensburg.

Kiel

Der **8. Kiel-Marathon** findet am **23. Februar 2002** statt.

Strecken: 10 km (Zippel's Cup 2002), Halbmarathon und Marathon.

Meldeschluß ist der 17. Februar 2002. Ausschreibungen und Information: Klaus Peters, Grabastr. 132, 24148 Kiel oder unter www: powerschnecken.de.

Bad Segeberg - Kreissporthalle

Für alle Veranstaltungen gilt:

a) Ausschreibung / Zeitplan bei Angabe Fax-Nr. in der Meldung oder Beilage eines frankierten Rückumschlags
b) Keine Entgegennahme von telefonischen Meldungen
c) Bei Meldung von 3 und mehr Aktiven Gestellung eines Kampfrichters
d) Urkunden für die ersten 3 jeder AK, Sachpreise gem. Sponsorenlage

03. 02. 2002, ab 10 Uhr
Landesoffene KM S / Si A und 8 - Einzel
Wettbewerbe: 50 m Hü/ZL (S/SiA), 50 m, Hoch, Weit, Kugel
Startgeld: 2 Euro pro Disziplin, Nachmeldung = doppeltes Startgeld. Meldung: Bis 31. 01. 02, 18 Uhr, an Susanne Bücher, An der Pinnau 28, 24558 Henstadt-Ulzburg schriftlich, 0 41 93 / 67 83 (Fax) oder e-mail: meldung@klv-segeberg.de.

09. 02. 2002, ab 14 Uhr
Landesoffene KM M / F/ Jugend A und B - Einzel
Wettbewerbe: 50 m Hü / ZL, 50 m, Hoch, Weit, Kugel.
Startgeld: 2,50 Euro pro Disziplin Jugend, 3 Euro pro Disziplin M / F, Nachmeldung = doppeltes Startgeld pro Disziplin. Meldung: Bis 07. 02. 02, 18 Uhr, an Jan Clausen , Feldstr, 15, 23795 Bad Segeberg schriftlich oder per e-mail: **JanClausen@t-ontine.de.**

10. 02. 2002, ab 10 Uhr
Landesoffene KM Senloren / -innen - Einzel
Wettbewerbe: 50 m, Hoch, Weit, Kugel.
Startgeld: 3 Euro pro Disziplin, Nachmeldung = doppeltes Startgeld pro Disziplin. Meldung: Bis 07. 02. 02, 18 Uhr, an Jan Clausen (s. 09. 02. 02).

17. 02. 2002, ab 10 Uhr - Spielfest der S / SiD
Spielerische Disziplinen Lauf, Wurf, Sprung in Riegen ohne Wettkampfwertung, Staffellauf.
Urkunden / Sachpreise für **alle Kinder**.
Startgeld: 2 Euro pro S / Si, 2 Euro pro Staffel, Nachmeldung = doppeltes Startgeld.
Meldung: Bis 14. 02. 02, 18 Uhr, an Reinhard Bialkowski, Graf-Stolberg-Str. 62 schriftlich oder per e-rnail: bialkowski@surfeu-de.

17. 02. 2002, ab 13.30 Uhr
Landesoffene KM S / Si B und C - Mehrkampf
Wettbewerbe: Dreikampf (50 m, Weit, Hoch), 4 x 1 Runde - Staffel.
Startgeld: 4,50 Euro für MK, 3 Euro pro Staffel, Nachmeldung = **doppeltes** Startgeld. Meldung: Bis 14. 02. 02, 18 Uhr, an Reinhard Bialkowki (siehe Angaben bei Spielfest 17. 02. 02).

Kiel

LTV Kiel-Ost. **28. Kieler Silvesterlauf**, am **31. 12. 2001** über 6 km. Kostümierung erwünscht. Start 15.00 Uhr, Ellerbeker Schule, Rohdehoffplatz.

Meldegeld 10,- DM, Teilnehmer ab 16 Jahre. Anmeldung schriftlich bei Gerhard Krumbeck, Rodenfelder Str. 4, 24148 Kiel. Info: Tel. 04 31/ 72 73 00.

Drelsdorf

Winter-Straßenlaufserie der LAV Husum und des TSV Drelsdorf/A/B

06. 01. 2002:	10 km M/F 5 km m/wJgd., S/Si.
20. 01. 2002:	15 km M/F 10 km m/wJgd. 5 km S/Si
03. 02. 2002:	21,1 km M/F 15 km m/wJgd. 5 km S/Si

Start/Ziel/Umkleide: 25853 Drelsdorf, Karkenweg; **Beginn**: Für alle Klassen um 10.00 Uhr am 03. 02. S/Si um 09.55 Uhr. **Meldegebühr**: **2,50 EUR**/Lauf S/Si u. m/wJgd; **5,00 EUR** M/F am 06. u. 20. 01. **7,50 EUR** M/F am 03. 02.

Meldungen: Bis 3 Tage vor dem Wettkampf an: Dagmar Knudsen, Nedderlund 16, 25866 Mildstedt, oder per e-mail: winterserie@foni.net.

Am 03. 02. 2002 sind keine Nachmeldungen möglich. Weitere Infos unter www.LAV-Husum.de.

Husum

30. Sparkasse Nordfriesland Wintermarathon am 02. März 2002. Veranstalter: LAV Husum. Start/Ziel: Husum, Jahnsportplatz am Erichsenweg, Start um 12.30 Uhr.

Ausschreibungen: LAV Husum, Kai-Uwe Schmidt, Birkenweg 7, 25860 Horstedt (Rückporto bitte beilegen) oder www.LAV-Husum.de

Ratzeburg

Hochsprung mit Musik für alle Altersklassen (männl./weibl. ab Jahrgang 1992 am **01. 02.02** und am **01. 03. 02**. - Beginn jeweils um 17.30 Uhr, in Ratzeburg, Sporthalle der Lauenburgischen Gelehrtenschule, Bahnhofsallee 22.

Meldungen bis 30. 01. 02 bzw. 27.02.02 an Klaus Nabel, Lübecker Str. 12, 23909 Ratzeburg, Tel. 0 45 41 / 38 49, Fax. 0 45 41 / 89 12 39.

Meldegebühren: Schüler 1,50 Euro, Jugendliche 2,00 Euro, Erwachsene 2,50 Euro. Nachmeldungen 1,50 Euro Aufschlag. Nachsendung Ergebnisliste 1,50 Euro.
(Internet: www.klvlauenburg.de).

Es wird auf mehreren Anlagen gesprungen (männl./weibl.). Die Anfangshöhe wird auf jeder Anlage nach dem Einspringen dem Leistungsvermögen entsprechend festgelegt. Es gibt kein separates Einspringen für die höheren Altersklassen. Die Sporthalle darf nur mit Turnschuhen mit hellen Sohlen betreten werden. Die Benutzung von Spikes ist nicht möglich. Die Pläzte 1 - 8 jeder Altersklasse erhalten Urkunden. Die Gesamtsieger aus beiden Veranstaltungen erhalten Sachpreise.

KEINE
Macht den
DROGEN

LM 21,1 km Männer,Frauen, Senioren, Seniorinnen

W 30

1. Becker, Inge 1968 Spiridon Schleswig e.V. 1:38:07
2. Block, Heike 1968 LG Albatros 1:39:50
3. Ruhland, Monika 1968 LTV Kiel-Ost 1:41:50
4. Sörensen, Marita 1967 LG RW Niebüll 1:48:06
5. Hamann, Daniela 1968 LG Neumünster 1:54:39
6. Strey, Ilka 1970 LG Neumünster 1:55:16

W 35

1. Nielsen, Gunda 1963 TSV Glücksburg 1:35:35
2. Erichsen, Levke Ose 1962 LTV Kiel-Ost 1:35:51
3. Arnold, Marion 1963 TuS Holtenau 1:37:17
4. Tidow, Katja 1963 Gut Heil Neumünster 1:39:13
5. Rogge, Brigitte 1962 LBV Phönix Lübeck 1:40:04
6. Möller, Regina 1962 LG Albatros 1:42:47
7. Gauger, Meike 1962 LG Albatros 1:44:00
8. Finzel, Elke 1963 TSV Glücksburg 1:44:40
9. Wieske, Birte 1963 TSV Zarpen e.V. 1:47:04
10. Grünberg, Birte 1963 MTV Leck 1:52:20
11. Clausen, Ulrike 1966 LAV Husum 1:52:24
12. Gonswa, Angela 1965 LAV Husum 1:58:37

W 40

1. Carstensen, Anita 1960 LG RW Niebüll 1:25:10
2. Schosnig, Dietlinde 1960 SV Großhansdorf 1:42:46
3. Wiese, Annett 1961 MTV Leck 1:45:17
4. Hansen, Karin 1959 LG Neumünster 1:46:49
5. Kaack, Heike 1958 Athletico Büdelsdorf 2:01:25
6. König, Elke 1958 LAV Husum 2:03:35

W 45

1. Hansen, Hannegret 1956 TSV Glücksburg 1:28:12
2. Thews-Gonnsen, Elke 1956 MTV Leck 1:46:05
3. Koslow, Heidi 1953 LAV Husum 1:52:20
4. Beringer, Elke 1956 Spiridon Oldesloe 1:55:24
5. Dreesbach-Liedtke, Susanne 1954 LG Glinde e.V. 1:59:40
6. Volz-Pfeifer, Christiane 1956 LBV Ph. Lübeck 2:02:54
7. Schüler, Karin 1952 LG Glinde e.V. 2:18:55

W 50

1. Schönborn, Gerda 1951 THW Kiel 1:37:28
2. Thomsen, Elke 1948 Spiridon Schleswig e.V. 1:50:03
3. Thomsen, Renate 1951 TSV Lindewitt 1:50:58
4. Dietrich, Traute 1948 Spiridon Oldesloe 1:51:56

W 55

1. Gutbrodt, Dietlinde 1942 MTV Leck 1:43:41
2. Fenske, Bertha 1945 MTV Heide 1:45:41
3. Schultz, Dr. Regine 1943 LG Albatros 1:56:12
4. Cociani, Senta 1942 LG Glinde e.V. 2:21:43

W 60

1. Hauke, Charlotte 1937 1. Flensburger Lauftreff 1:57:07
2. Rother, Irene 1937 LG Glinde e.V. 2:02:06
3. Sielaff, Waltraut 1937 LG Elmshorn 2:22:05

M 30

1. Kolmorgen, Marco 1971 LG Wedel-Pinneberg 1:12:15
2. Kühne, Michael 1968 LBV Phönix Lübeck 1:12:23
3. Molero, Miguel 1968 Spiridon Schleswig e.V. 1:14:52
4. Hinrichs, Hauke 1967 LAV Husum 1:17:30
5. Miske, Volker 1968 TSV Ratekau 1:21:51
6. Strote, Thorsten 1967 LG MTV/Gut Heil Itzehoe 1:22:56
7. Allali, Sliman 1967 LG Wedel-Pinneberg 1:27:03
8. Thomsen, Hauke 1967 Flensburg 1:30:04
9. Keogh, David 1967 LBV Phönix Lübeck 1:31:39
10. Jeschkeit, Markus 1967 Eckernförder MTV 1:32:45
11. Jurzyk, Alexander 1970 LTV Kiel-Ost 1:34:33
12. Brauer, Lars 1970 Borener SV 1:35:17
13. Stöppke, Torsten 1970 TSV Ratekau 1:36:07
14. Roggensack, Oliver 1968 LG Albatros 1:52:15
15. Michl, Holger 1968 SV Großhansdorf 1:54:57

M 35

1. Gauger, Jens 1965 LG Wedel-Pinneberg 1:13:24
2. Gluszczuk, Boglan 1962 TSV Neustadt 1:14:41
3. Moritz, Ulrich 1966 LG Wedel-Pinneberg 1:15:48
4. Dumstrei, Peter 1962 LAV Husum 1:19:40
5. Sommerfeldt, Carsten 1962 Athletico Büdelsdorf 1:25:32
6. Loock, Andreas 1965 LBV Phönix Lübeck 1:25:35
7. Janssen, Karsten 1963 LG Neumünster 1:27:16
8. Boller, Thomas 1965 TSV Neustadt 1:27:52
9. Katzke, Jörg 1966 LG Elmshorn 1:28:45
10. Rudies, Bernd 1963 Borener SV 1:29:08
11. Neitzel, Lorenz 1963 LG Elmshorn 1:30:40
12. Melchert, Torsten 1966 LG Neumünster 1:30:56
13. Scheele, Wilfried 1963 LG Neumünster 1:30:56
14. Gerull, Jens 1966 MTV Gelting 1:38:19
15. Linke, Stefan 1964 LG Albatros 1:40:44
16. Friedrichsen, Tom 1966 LG Albatros 1:41:52

M 40

1. Albrecht, Wladimir 1961 LG Wedel-Pinneberg 1:16:10
2. Sellmer, Lutz 1960 THW Kiel 1:19:27
3. Elsaßer, Ralf 1958 LG Elmshorn 1:21:01
4. Wiesner, Norbert 1960 LG Albatros 1:22:18
5. Strüning, Reinald 1960 LAV Husum 1:22:23
6. Steinhagen, Michael 1958 SUS Waldenau 1:22:46
7. Kuchinke, Matthias 1958 SV Friedrichsort 1:22:51
8. Leemhuis, Jens 1959 LTV Kiel-Ost 1:22:54
9. Ahrendt, Karsten 1959 LG Neumünster 1:26:18
10. Schweinert, Volker 1957 LG MTV/GH Itzehoe 1:27:06
11. Senkbeil, Peter 1957 TSV Ratekau 1:27:11
12. Reinking, Hans-Peter 1958 LG MTV/GH Itzehoe 1:27:44
13. Reher, Thomas 1961 Spiridon Oldesloe 1:28:29
14. Dabelstein, Lutz 1961 TSV Ratekau 1:31:44
15. Dabels, Dietrich 1959 TSV Ratekau 1:32:57
16. Lutkat, Günter 1958 LG Neumünster 1:35:39
17. Giese, Detlef 1959 SUS Waldenau 1:38:51
18. Schmidt, Kai-Uwe 1960 LAV Husum 1:49:57
19. Schmalfeldt, Jörg 1959 LG Albatros 1:59:56

M 45

1. Nagowizyn, Wladimir 1953 LAV Husum 1:19:23
2. Massny, Peter 1955 TSV Neustadt 1:19:29
3. Ratunde, Hans-Heinrich 1953 LG Elmshorn 1:22:58
4. Paulsen, Jürgen 1955 LG Dithmarschen 1:23:47
5. Roski, Siegfried 1952 LG Elmshorn 1:25:16
6. Brahmst, Klaus-Dieter 1952 TSV Flintbek 1:25:28
7. Lüders-Bahlmann, Uwe 1956 LG Elmshorn 1:26:37
8. Stoltenberg, Volker 1955 LG Dithmarschen 1:30:26
9. Brüggen, Wolfgang 1956 Gut Heil Neumünster 1:31:59
10. Wollesen, Jochen 1953 LG Dithmarschen 1:32:28
11. Möller, Wolfgang 1956 SUS Waldenau 1:34:10
12. Domke, Ulrich 1954 LG Albatros 1:35:15
13. Naumann, Rolf 1952 LG MTV/Gut Heil Itzehoe 1:35:29
14. Lohmeier, Dirk 1955 SV Großhansdorf 1:37:23
15. Schmidt, Norbert 1952 Gut Heil Neumünster 1:42:31
16. Thomas, Helmut 1955 Eckernförder MTV 1:45:25
17. Kornberg, Jens 1952 Gut Heil Neumünster 1:46:45
18. Werner, Rolf 1953 Gut Heil Neumünster 1:48:51
19. Leineweber, Uwe 1953 SV Friedrichsort 1:49:06

M 50

1. Olshausen, Robert 1948 LG Wedel-Pinneberg 1:18:38
2. Bernert, Holger 1951 TSV Ahrensburg 1:19:19
3. Wulff, Dirk 1948 SV Sülfeld 1:25:02
4. Dietrich, Fritz, Dr. 1947 Spiridon Oldesloe 1:27:17
5. Deus, Hans-Jürgen 1950 TSV Neustadt 1:28:51
6. Vanhöfen, Hans 1949 TSV Glücksburg 1:30:04
7. Ehlers, Jens 1948 TSV Ratekau 1:33:24
8. Gabriel, Herbert 1948 LTV Kiel-Ost 1:35:01
9. Wolter, Thomas 1951 TSV Ratekau 1:41:30
10. Chomatianos, Andreas 1949 LTV Kiel-Ost 1:42:36
11. Albrecht, Peter-Jürgen 1948 Spiridon Oldesloe 1:45:30
12. Kuschel, Rainer 1950 SV Großhansdorf 1:45:36
13. Timm, Jörg 1947 TSV Flintbek 1:47:56
14. Cohrt, Bernd 1947 TSV Flintbek 1:50:19

M 55

1. Wundram, Heimo 1945 TSV Lütjenburg 1:24:38
2. Augat, Peter 1945 TSV Lütjenburg 1:27:38
3. Klinke, Siegfried 1943 LG Glinde e.V. 1:28:28
4. Grimm, Michael 1942 SUS Waldenau 1:30:11
5. Müller, Gernot 1942 Möllner SV 1:31:46
6. Wagner, Renaldo 1942 USC Kiel e.V. 1:32:50
7. Gnasnick, Helmut 1942 LG Neumünster 1:34:18
8. Ehlert, Dietrich 1944 Spiridon Oldesloe 1:34:42
9. Schwarz, Jörg-Heiner 1945 LG Neumünster 1:40:10
10. Glagau, Rolf 1942 TSV Ratekau 1:42:41
11. Stoffers, Herbert 1944 LTV Kiel-Ost 2:07:36

M 60

1. Molero-Membrilla, José 1941 Spirid. Schleswig 1:22:15
2. Holst, Friedrich 1938 S.V. Rugenbergen 1:27:20
3. Westphal, Peter 1940 Spiridon Oldesloe 1:31:21
4. Ranta, Walter 1940 LG Dithmarschen 1:33:27
5. Aue, Herbert 1940 Möllner SV 1:33:37
6. Ranta, Jürgen 1940 LG Dithmarschen 1:34:13
7. Kadel, Wilfried 1941 LG Elmshorn 1:38:36
8. Dierks, Hans-Uwe 1938 LG Dithmarschen 1:39:05
9. Mattulat, Jürgen 1937 SV Großhansdorf 1:39:09
10. Albertsen, Uwe 1937 1. Flensburger Lauftreff 1:40:45
11. Himstedt, Helmut 1941 Spiridon Oldesloe 1:41:39
12. Tidow, Klaus 1938 Gut Heil Neumünster 1:45:44
13. Torkler, Gerhard 1937 Rendsburger TSV 1:47:02
14. Edeling, Peter 1941 SV Adelby 1:56:22
15. Rother, Klaus 1938 LG Glinde e.V. 1:59:41

M 65

1. Schippels, Alfred 1935 SV Friedrichsort 1:33:59
2. Pantke, Wolfgang 1932 TSV Lütjenburg 1:35:57
3. Immelmann, Rolf, Dr. 1935 Spiridon Oldesloe 1:38:15
4. Funke, H.-Joachim 1935 GH Neumünster 1:39:39
5. Lulies, Werner 1935 LAV Husum 1:40:25
6. Schaarschmidt, Wolfgang 1935 SV Großhansdorf 1:46:32
7. Joten, Thore 1935 Möllner SV 1:51:35
8. Garbs, Willi 1934 Gut Heil Neumünster 1:53:05
9. Engver, Günther 1936 Lübecker SC, Lauftreff 1:57:59
10. Gahren, Günter (1927,M70) 1932 LG Elmshorn 2:20:52

Mannschaftswertung Frauen 21,1 km

1. THW Kiel 4:31:37
   Becker, Verena 1:29:35 Frauen - Schuster, Christine 1:32:27 Frauen - Schönborn, Gerda 1:37:28 W 50
2. TSV Glücksburg 4:48:27
   60 Hansen, Hannegret 1:28:12 W 45 - Nielsen, Gunda 1:35:35 W 35 - Finzel, Elke 1:44:40 W35 1963
3. LBV Phönix Lübeck 4:52:20
   Greinert, Sabine 1:36:08 Frauen - Greinert, Sabine 1:36:08 - Rogge, Brigitte 1:40:04 W 35
4. LG Albatros 5:06:37
   Block, Heike 1:39:50 W 30 - 13 Möller, Regina 1:42:47 W35 - Gauger, Meike 1:44:00 W 35
5. MTV Leck 5:15:03
   Gutbrodt, Dietlinde 1:43:41 W 55 - Wiese, Annett 1:45:17 W 40 - Thews-Gonnsen, Elke 1:46:05 W 45
6. LG Neumünster 5:36:44
   Hansen, Karin 1:46:49 W 40 - Hamann, Daniela 1:54:39 W 30 - Strey, Ilka 1:55:16 W 30
7. LAV Husum 5:43:21
   Koslow, Heidi 1:52:20 W 45 - Clausen, Ulrike 1:52:24 W 35 - Gonswa, Angela 1:58:37 W 35
8. LG Glinde e.V. 6:20:41
   Dreesbach-Liedtke, Susanne 1:59:40 W 45 - Rother, Irene 2:02:06 W 60 - Schüler, Karin 2:18:55 W 45

Mannschaftswertung Männer

1. LG Wedel-Pinneberg I 3:40:30
   Kolmorgen, Marco 1:12:15 M 30 - Gauger, Jens 1:13:24 M 35 - Zopf, Michael 1:14:51 Männer
2. LG Wedel-Pinneberg II 3:46:49
   Olshausen,Robert 1:18:38 M 50 - Moritz, Ulrich 1:15:48 M 35 - Albrecht, Wladimir 1:16:10 M 40
3. LAV Husum I 3:56:33
   Hinrichs, Hauke 1:17:30 M 30 - Nagowizyn, Wladimir 1:19:23 M 45 - Dumstrei, Peter 1:19:40 M 35 1962
4. TSV Neustadt 4:02:02
   Gluszczuk, Boglan 1:14:41 M 35 - Massny, Peter 1:19:29 M 45 - Boller, Thomas 1:27:52 M 35
5. THW Kiel 4:08:16
   Becker, Christian 1:31:50 Männer - Lindner, Martin 1:31:50 Männer - Sellmer, Lutz 1:19:27 M 40
6. LG Elmshorn I 4:09:15
   Elsaßer, Ralf 1:21:01 M 40 - Ratunde, Hans-Heinrich 1:22:58 M 45 - Roski, Siegfried 1:25:16 M 45
7. LBV Phönix Lübeck 4:09:37
   Kühne, Michael 1:12:23 M 30 - Loock, Andreas 1:25:35 M 35 - Keogh, David 1:31:39 M 30
8. LG MTV/Gut Heil Itzehoe 4:17:46
   Strote, Thorsten 1:22:56 M 30 - Schweinert, Volker 1:27:06 M 40 - Reinking, Hans-Peter 1:27:44 M 40
9. TSV Ratekau I 4:20:46
   Miske, Volker 1:21:51 M 30 - Senkbeil, Peter 1:27:11 M 40 - Dabelstein, Lutz 1:31:44 M 40
10. LG Neumünster I 4:24:30
    Ahrendt, Karsten 1:26:18 M 40 - Janssen, Karsten 1:27:16 M 35- Melchert, Torsten 1:30:56 M 35
11. Rendsburger TSV 4:25:12
    Gallert, Jan 1:19:05 Männer - Gallert, Jan 1:19:05 Männer- Torkler, Gerhard 1:47:02 M 60
12. LG Elmshorn II 4:26:02
    Lüders-Bahlmann, Uwe 1:26:37 M 45 - Katzke, Jörg 1:28:45 M 35 - Neitzel, Lorenz 1:30:40 M 35
13. LG Dithmarschen I 4:26:41
    Paulsen, Jürgen 1:23:47 M 45 - Stoltenberg, Volker 1:30:26 M 45 - Wollesen, Jochen 1:32:28 M 45
14. Athletico Büdelsdorf 4:27:06
    Sommerfeldt, Carsten 1:25:32 M 35 - Misch, Roman 1:30:47 Männer - Misch, Roman 1:30:47 Männer
15. Spiridon Oldesloe I 4:27:07
    Dietrich, Fritz, Dr. 1:27:17 M 50 - Reher, Thomas 1:2 8:29 M 40 - Westphal, Peter 1:31:21 M 60
16. TSV Lütjenburg 4:28:13
    Wundram, Heimo 1:24:38 M 55 - Augat, Peter 1:27:38 M 55 - Pantke, Wolfgang 1:35:57 M 65
17. LG Albatros I 4:29:14
    Wiesner, Norbert 1:22:18 M 40 - Bastiansen, Arne 1:33:28 Männer - Bastiansen, Arne 1:33:28 Männer
18. LTV Kiel-Ost 4:32:28
    Leemhuis, Jens 1:22:54 M 40 - Jurzyk, Alexander 1:34:33 M 30 - Gabriel, Herbert 1:35:01 M 50
19. LG Neumünster II 4:40:53
    Scheele, Wilfried 1:30:56 M 35 - Gnasnick, Helmut 1:34:18 M 55 - Lutkat, Günter 1:35:39 M 40
20. TSV Ratekau II 4:42:28
    Dabels, Dietrich 1:32:57 M 40 - Ehlers, Jens 1:33:24 M 50 - Stöppke, Torsten 1:36:07 M 30
21. SV Friedrichsort 4:45:56
    Kuchinke, Matthias 1:22:51 M 40 - Schippels, Alfred 1:33:59 M 65 - Leineweber, Uwe 1:49:06 M 45
22. LG Dithmarschen II 4:46:45
    Ranta, Walter 1:33:27 M 60 - Ranta, Jürgen 1:34:13 M 60 - Dierks, Hans-Uwe 1:39:05 M 60
23. LAV Husum II 4:52:45
    Strüning, Reinald 1:22:23 M 40 1960 - Lulies, Werner 1:40:25 - Schmidt, Kai-Uwe 1:49:57 M 40
24. Gut Heil Neumünster I 4:54:09
    Brüggen, Wolfgang 1:31:59 M 45 - Funke, H.-Joachim 1:39:39 M 65 - Schmidt, Norbert 1:42:31 M 45

Mannschaftswertung Männer

25. Spiridon Oldesloe II 4:54:36
    Ehlert, Dietrich 1:34:42 M 55 - Immelmann, Rolf, Dr. 1:38:15 M 65 - Himstedt, Helmut 1:41:39 M 60
26. Möllner SV 4:56:58
    Müller, Gernot 1:31:46 M 55 - Aue, Herbert 1:33:37 M 60 - Joten, Thore 1:51:35 M 65
27. LG Albatros II 4:57:51
    Domke, Ulrich 1:35:15 M 45 - Linke, Stefan 1:40:44 M 35 1964 - Friedrichsen, Tom 1:41:52 M 35
28. SV Großhansdorf 5:02:08
    Lohmeier, Dirk 1:37:23 M 45 - Mattulat, Jürgen 1:39:09 M 60 - Kuschel, Rainer 1:45:36 M 50
29. TSV Flintbek 5:03:43
    Brahmst, Klaus-Dieter 1:25:28 M 45 - Timm, Jörg 1:47:56 M 50 - Cohrt, Bernd 1:50:19 M 50
30. Gut Heil Neumünster II 5:21:20
    Tidow, Klaus 1:45:44 M 60 - Kornberg, Jens 1:46:45 M 45 - Werner, Rolf 1:48:51 M 45

SH-Straßenlauf-Cup 2001

Stand nach dem 7. Lauf

Herren Hauptklasse

1. Nagowizyn, Wladimir 1953 LAV Husum 80 Pkt.; 2. Albrecht, Wladimir 1961 LG Wedel-Pinneberg 51 Pkt.; 3. Elsaßer, Ralf 1958 LG Elmshorn 46 Pkt.; 4. Hettmann, Jürgen 1956 Spiridon Oldesloe 43 Pkt.; 5. Molero-Eichwein, Miguel 1969 Spiridon Schleswig 41 Pkt.; 6. Massny, Peter 1955 TSV Neustadt 37 Pkt.; 7. Zellmer, Rainer 60 SG Athletico Büdelsdorf 34 Pkt.

Senioren

M 30: Molero-Eichwein, Miguel 1968 Spiridon Schleswig 31 Pkt. – **M 35:** 1. Janssen, Karsten 1963 LG Neurnünster 28Pkt.; 2. Scheele, Wilfried 1963 LG Neumünster 22 Pkt. – **M 40:** 1. Elsaßer, Ralf 1958 LG Elmshorn 38 Pkt.; 2. Albrecht, Wladimir 1961 LG Wedel-Pinneberg 31 Pkt.; 3. Ahrendt, Karsten 1959 LG Neumünster 28 Pkt. – **M 45:** 1. Nagowizyn, Wladimir 1953 LAV Husum 56 Pkt.; 2. Hettmann, Jürgen 1956 Spiridon Oldesloe 45 Pkt.; 3. Massny, Peter 1955 TSV Neustadt 32 Pkt.; 4. Wagner, Jens 56 LG Neumünster 24 Pkt. – **M 50:** 1. Wulff, Dirk 1948 SV Sülfeld 52 Pkt.; 2. Adam, Reinhold 1950 TSV Bornhöved 21 Pkt.; 3. Pohl, Horst 1950 LG Neumünster 17 Pkt.; 4. Schwenteck, Götz 1949 LG Neumünster 17 Pkt. – **M 55:** 1. Gnasnick, Helmut 1942 LG Neumünster 49 Pkt.; 2. Wundram, Heimo 1945 TSV Lütjenburg 27 Pkt.; 3. Kliss, Heinz 1943 LG Pauerschnecken Kiel 24 Pkt.; 4. Rowlin, Bernd 1945 Spirodon Oldesloe 18 Pkt.; 4. Glagau, Rolf 1942 TSV Ratekau 10 Pkt.; 5. Zemke, Manfred 1942 LG Neumünster 10 Pkt. – **M 60:** 1. Molero-Membrilla, José 1941 Spiridon Schleswig 55 Pkt.; 2. Dierks, Hans-Uwe 1938 TSV Linden 37 Pkt.; 3. Huuck, Hermann 1939 Spiridon Oldesloe 22 Pkt.; 4. May, Karl-August 1941 Möllner SV 21 Pkt.; 5. Riesenberg, Hans-Jürgen 1941 Gut Heil Neumünster 18 Pkt. – **M 65:** 1. Jung, Helmut 1935 Kaltenkirchener TS 34 Pkt.; 2. Immelmann, Rolf 1935 Spiridon Oldesloe 30 Pkt.; 3. Lulies, Werner 1935 LAV Husum 27 Pkt.; 4. Funke, Hans-Joachim 1935 Gut-Heil Neumünster 20 Pkt.; 5. Lange, Werner 1934 WSV Tangstedt 18 Pkt.; 6. Schaarstedt, Wolfgang 1935 SV Großhansdorf 14 Pkt. – **M 70:** 1. Bartram, Ove 1929 LG Neunmünster 55 Pkt.; 2. Kühne, Georg 1928 WSV Tanggedt 46 Pkt.; 3. Gahren, Günter 1927 LG Elmshorn 44 Pkt.

Frauen Hauptklasse

1. Krause, Ute 1959 ATSV Stockeldorf 94 Pkt.; 2. Gutbrodt Dietlinde 1942 MTV Leck 68 Pkt.; 3. Becker, Verena 1977 THW Kiel 57 Pkt.; 4. Thiel, Birgit 1983 LG Elmshorn 56 Pkt.; 5. Hansen, Helga 1960 SSV Henstedt 47 Pkt.; 6. Hansen, Karin 1959 LG Neumünster 43 Pkt.; 7. Brandts, Inge 1953 MTV Leck 37 Pkt.; 8. Marquardt, Britta 1978 LBV Phönix Lübeck 28 Pkt.; 9. Dr. Richter, Christiane 1964 Bramstedter TS 26 Pkt.; 10. Hamann, Daniela 1968 LG Neumünster 26 Pkt.; 11. Grünberg, Birte 1963 MTV Leck 24 Pkt.; 12. Wiese, Annett 1961 MTV Leck 21 Pkt.; 13. Preuß, Christa 1961 Lübecker SC 19 Pkt.

Seniorinnen

W 30: 1. Hamann, Daniela 1968 LG Neumünster 38 Pkt.; 2. Strey, Ilka 1970 LG Neumünster 25 Pkt. – **W 35:** 1. Grünberg, Birte 1963 MTV Leck 32 Pkt. – **W 40:** 1. Krause, Ute 1959 ATSV Stockelsdorf 54 Pkt.; 2. Hansen, Karin 1959 LG Neumünster 31 Pkt.; 3. Hansen, Helga 1960 SSV Henstedt 28 Pkt.; 4. Wiese, Annett 1961 MTV Leck 21 Pkt.; 5. Preuß, Christa 1961 Lübecker SC 20 Pkt. – **W 45:** 1. Hettmann, Gabriele 1955 Spiridon Oldesloe 34 Pkt.; 2. Brandts, Inge 1953 MTV Leck 21 Pkt.; 3. Behringer, Elke 1956 Spiridon Oldesloe 21 Pkt.; 4. Welzel, Gabi 1954 Lübecker SC 13 Pkt. – **W 50:** 1. Kreutz, Karin 1951 TSV Aukrug 40 Pkt. – **W 55:** 1. Gutbrodt, Dietlinde 1942 MTV Leck 58 Pkt. – **W 60:** 1. Lüdtke, Rita 1940 SV Sülfeld 49 Pkt.; 2. Sielaff, Waltraud 1937 LG Elmshorn 33 Pkt.; 3. Asmus, Antje 1941 Lübecker SC 31 Pkt.; 4. Mendorff, Ingeborg 1937 Lübecker SC 19 Pkt.

In eigener Sache:

Berichterstattung über Senioren bei Meisterschaften

Zunehmend sehen wir uns der Kritik ausgesetzt, dass Berichte von Senioren nicht vollständig sind oder gar nichts berichtet wird. Da die Redakteure des „Startschuss" nicht an diesen Meisterschaften teilnehmen, wird es für uns immer schwieriger, etwas von den Senioren „zu Papier zu bringen". Welcher aktive Senioren-Sportler wäre bereit, mitzuarbeiten und von derartigen Veranstaltungen zu berichten? Unsere ehrenamtliche Tätigkeit würde dadurch sehr erleichtert werden, Einzelheiten wären von Fall zu Fall abzusprechen. Bitte meldet Euch bei Siegfried Konjack, Tel.: 0 41 21 - 20 222. – Vielen Dank.

M 50-Team des ATSV holt bei DAMM in Gotha Bronze

Mit 10 Wettkämpfern und mit dem Coach Bernd Deters fuhr das M 50-Team des Ahrensburger TSV zum DAMM-Finale ins Volksparkstadion in Gotha unweit der Heimat von Nils Schumann.

Und mit guter Moral verbesserten die Ahrensburger ihr Vorkampfsresultat um 170 Punkte auf 8486 Punkte und erreichten damit Platz 3 hinter dem siegreichen Pulheimer SC (8726 Punkte) und der LG Bielefeld (8636) und fast 800 Punkte vor dem LG Radolfzell. Angesichts der sehr wechselhaften Wetterbedingungen ist das ein respektables Ergebnis. Sehr zu schaffen machte allen der unbeständige Wind begleitet von Regenschauern. Zeitweise blies er den Läufern auf der Gegengeraden mit max. 4,7m/sec. kräftig ins Gesicht, während er die Weitspringer geradezu in die Grube hineinschob. Man konnte beinahe auf den Gedanken kommen, dass man sich an der Waterkant und nicht in Thüringen befindet.

Unbeirrt vom Wetter schleuderte Helmut Preuß den Diskus auf 44,22 m und erzielte damit die beste Ahrensburger Einzelleistung mit 656 Punkten. Beim nächsten DAMM-Endkampf in Köngen/Wü wird er den ATSV-Oldies sehr fehlen, da er zur LG Alster Nord wechselt um dort als frischgebackener 60-er die M 60-er zu verstärken.

Aus der sonst homogenen Mannschaft sind besonders Rainer Winter über 800 m mit 2:15,46 min. und Holger Bernert über 3000 m in 10:18,87 min. zu erwähnen. Nach dem DAMM-Endkampf in Gotha beginnen die Planungen schon für das nächste Jahr. Aus gesundheitlichen Gründen hört Wilhelm Kraatz mit dem Seniorenleistungssport auf. Hier sei ihm für den langjährigen Einsatz gedankt. Unvergessen bleibt sein bravoröser 3000m-Lauf bei der DAMM im Jahr 2000 in Gütersloh, als er Techniker und Sprinter mehrere hundert Punkte für die Mannschaft rettete.

Um weiterhin bei der DAMM vorne mitzumischen, muß man Abgänge kompensieren und sich möglichst verstärken. Wenn man weiß, dass das siegreiche Team 18 z.T. hervorragende Oldies umfasst, und Nachschub aus dem M 40-Bereich bekommt, dann muß man bei der aktuellen Teamstärke von zehn Mann auf interne und externe Zugänge hoffen. Aus dem eigenen Nachwuchs rücken der Allrounder

Karl-Heinz Bock und Josef Muschinski, einer der besten deutschen M 45-er Sprinter, nach. Externe Zugänge wird es bei den M 50-ern des ATSV für die nächste Saison vermutlich nicht geben.

Rechnet man damit, dass pro Saison ein oder zwei aus irgendwelchen Gründen aufhören und niemand dazukommt, wäre bei aktuell 10 Mann nach 3 Jahren Schluss, da theoretisch minimal 5 Allrounder eine M 50-Mannschaft bilden könnten. Das führt zwangsläufig zum Bilden von Startgemeinschaften oder in einem Verein (wie z.B. dem ATSV) zu großen Anstrengungen, um den Qualitäts- und Quantitätstandard so hochzuhalten, um chancenreich zum DAMM-Finale zu fahren. Übrigens: Seit 1989 fahren jedes Jahr eine oder zwei ATSV-Seniorenmannschaften zur DAMM, und zweimal gelang 1993 und 1997 den M 40-ern der Titelgewinn.

Rainer Gabius

DAMM-Bronze für das Team M 50 des Ahrensburger TSV