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

Deutsche Post AG

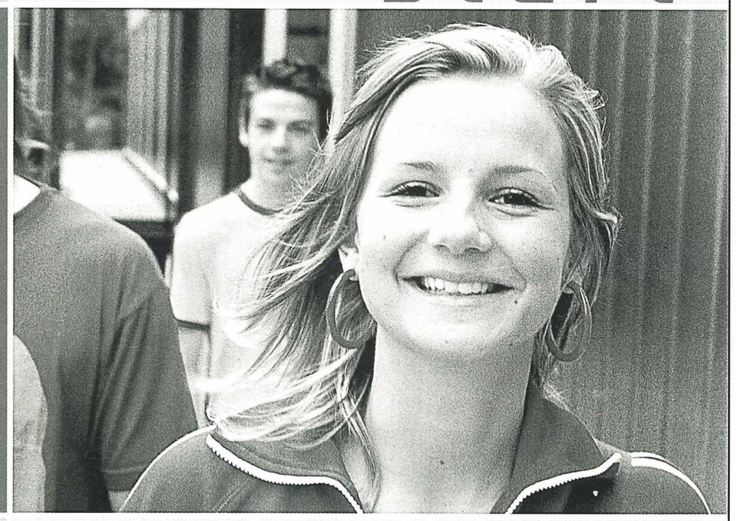
2001

Bernd Hausmann

Kopenhagener Allee 44
24109 Kiel

AOK Schleswig-Holstein

job start



Berufsstart leicht gemacht

- Individuelle Beratung
- Tipps zur Bewerbung
- Bewerbungstraining
- Infos zur Berufswahl
- Hilfe beim Papierkram

Schnell, zuverlässig und kompetent.

Infos gibt's bei deiner AOK
0180 32 32 32 6*
www.jobfit.de

AOK. Wir tun mehr.

AOK Die Gesundheitskasse.

*9 Ct./Min. aus dem Festnetz der Dt. Telekom

Zeitschrift des schleswig-holsteinischen Leichtathletik-Verbandes e.V.

www.shlv.de

C 1371 E

ISSN
0930 -1674

startschuß

Nr. 5 - 30. Jahrgang - 20. Mai 2008

ERGY **Ziel** CONERGY

Conergy Marathon Hamburg 2008

52. SHLV-Verbandstag in Lübeck: Wolfgang Delfs geht in sein 25. Jahr

Jugend-verbandstag

LM Straßenlauf in Eckernförde

23. Hamburg-Marathon

Saisonauftakt der Werfer

. . .und 10-mal starte doch mal in . . .

SCHLESWIG-HOLSTEINISCHER LEICHTATHLETIK-VERBAND e.V.

Redaktionsschluss

5.6.08

Das nächste Heft gestaltet Michael Ahnfeldt. Erscheinungstermin der Juni-Ausgabe ist der 20. Juni 2008. Bis zum 5.6.2008 müssen Ihre Beiträge und Anzeigenwünsche den Heftredakteur erreicht haben. Bitte senden Sie Ihre Beiträge per Mail an

startschuss@shlv.de
oder per Briefpost an

Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband e.V,, Referat Öffentlichkeitsarbeit, Redaktion „Startschuß", Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel. – Später eingehende Beiträge können für die Juni-Ausgabe nicht mehr berücksichtigt werden.

Das vorliegende Heft wurde von Niels-Peter Binder gestaltet.

Geburtstage

05.05.38 Horst Böttcher
20.05.32 Siegfried Zota
21.05.31 Gerd Drewniok
21.05.60 Lutz Sellmer
23.05.39 Horst Pape
29.05.51 Helmut Priebe
09.06.37 Gerhard Deckner
13.06.29 Jürgen Wehnke
13.06.42 Heike Schacht
13.06.50 Rüdiger Grube
15.06.39 Dietrich Pförtner
20.06.38. Wolfgang Sommer

Geburtsdaten bitte an den startschuß, SHLV-Geschäftsstelle

Referent für Öffentlichkeitsarbeit gesucht

Auf dem SHLV-Verbandstag konnte nach dem Ausscheiden von Jochen Flöthe das Amt des Referenten für Öffentlichkeitsarbeit nicht besetzt werden. Der SHLV sucht deshalb einen neuen Referenten, der als Präsidiumsmitglied die Öffentlichkeitsarbeit des Verbandes aktiv mitgestalten und koordinieren will.

Zum Aufgabenbereich gehören:

- die Abgabe von Stellungnahmen des Verbandes bei aktuellen Geschehnissen
- die Betreuung der Presse bei Verbandsveranstaltungen
- die Koordination bei der Erstellung des Startschusses und des Jahrbuches
- Mitarbeit bei der Internetpräsenz
- Kontaktpflege zu den Kreisen

Die Mitarbeiter im Referat sind alle erfahren und arbeiten in den Arbeitsgruppen (Startschuß, Statistik, Internet) selbstständig. Auch Jochen Flöthe wird weiter beim Internetauftritt des Verbandes mitarbeiten.

Der SHLV bittet deshalb alle Interessenten, sich bei der
SHLV-Geschäftstelle,
Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel
Tel: 04 31 / 64 86 122
Fax: 04 31 / 64 86 192
E-Mail: info@shlv.lsv-sh.de
zu melden, die auch gerne Fragen zu den Tätigkeiten beantwortet.

Ehrenamtliche Mitarbeiter im SHLV gesucht

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter sind das Rückgrat in unserem Verband. Der SHLV möchte deshalb mit diesem Aufruf junge Leute, selbstverständlich auch erfahrene Sportfreunde und Mitbürger, die Interesse an einer ehrenamtlichen Aufgabe im Sport zeigen, für eine Mitarbeit gewinnen.

In unserem Verband sind dabei vielfältige Aufgaben im Wettkampf- und Kampfrichterwesen, im Breiten- und Leistungssport, in der Aus- und Fortbildung, in der Öffentlichkeitsarbeit und in der Jugendarbeit wahrzunehmen. Einige Tätigkeitsfelder sind dabei exemplarisch zu nennen:

- Mitarbeit bei den Zeitmessanlagen oder der Weitenmessanlage
- Mitarbeit bei der Wettkampf-EDV
- Sprecher auf Wettkämpfen
- Redakteure oder Berichterstatter für den „startschuß"
- Kampfrichter

Eine Einarbeitung in die Tätigkeiten erfolgt durch langjährige Mitarbeiter. Alle neuen Mitarbeiter sind uns herzlich willkommen und können sich bei der SHLV-Geschäftstelle
Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel
Tel: 04 31 / 64 86 122
Fax: 04 31 / 64 86 192
E-Mail: info@shlv.lsv-sh.de
zu melden, die auch gerne Fragen zu den Tätigkeiten beantwortet.

Titelbild: Ein imposantes Bild boten die rund 20.000 Starter des 23. Conergy-Marathons nach dem Start auf der Reeperbahn.
Als schnellste Schleswig-Holsteinerin erreichte die Neumünsteranerin Tanja Wernicke das Ziel. Der 67-jährige José Molero-Membrilla gehört zu den unverzichtbaren Stammgästen des Marathons, auch wenn er zurzeit nicht um die Topplätze in seiner Altersklasse mitläuft. Fotos: Siegfried Konjack

Neuer 100-m-Landesrekord durch Stefan Schwab

Stefan Schwab gibt weiter Gas: beim Pfingstsportfest in Zeven sorgte der Schwarzenbeker mit 10,40 Sek (+0,7) für die Topleistung und verbesserte damit seinen eigenen Landesrekord um 5 Hundertstel auf 10,40 Sekunden. Eine weitere fantastische Leistung steuerte der 15-jährige Marcel Lienstädt (LG Tönning/St. Peter) bei. Mit 6,98 m gewann der A-Schüler die Weitsprungkonkurrenz der B-Jugend und verbesserte dabei den Schülerlandesrekord (M15) von Jan Nadziczny (6,89 m).

Impressum: Herausgeber: Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband e.V. (SHLV), Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel, Tel. (04 31) 64 86 122, Fax 648 61 92, eMail: info@shlv.lsv-sh.de. - Redaktion: SHLV-Pressewart n.n., email: presse@shlv.de, Fax 0 18 05 / 060 33 67 75 92. - Ständige Mitarbeiter: Ulrike Pollakowski-Geuther, Hans-Jürgen Krannig, Michael Ahnfeldt, Niels-Peter Binder, Stephan Lorenz, Michael Schulz, Anke Timme. - Produktion: Christian Ibarth, Fotosatz und Gestaltung, Gustav-Falke-Str. 13, 23562 Lübeck, Tel. (04 51) 59 75 18, Fax 59 72 55, email: christian.ibarth@arcor.de. - Erscheinungsweise: Elfmal im Jahr zum 20. des Monats. - Abonnements-Preis: € 30,00 pro Jahr, einschließlich Postgebühren und Mehrwertsteuer. - Die Abonnementsgebühren sind auf das Konto SHLV-startschuß, Kieler Volksbank, Nr. 90 178 700 (BLZ 210 900 07), zu überweisen. - Einzelverkaufspreis: € 3,- 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 2002. - Die Zeitschrift startschuß ist Pflichtblatt für alle Vereine in Schleswig-Holstein mit Leichtathletik-Abteilungen.

LM Straßenlauf im Rahmen des 20. Eckernförder Stadtlaufs:

Steffen Uliczka und Anke Tiedemann erneut vorn

Eckernförde, 20.04. - Mit einem gelungenen Lauffest feierte gestern der Eckernförder Stadtlauf seinen 20. Geburtstag. Die Sonne lachte zwar erst, als der Startschuss zum abschließenden 10-km-Volkslauf fiel, aber auch unter grauem Himmel herrschte bei den Straßenlauf-Landesmeisterschaften und bei den kürzeren Stadtlauf-Wettbewerben beste Stimmung unter den insgesamt knapp 750 Athleten, die im Ostseebad sportlich unterwegs waren.

Die zahlreichen Zuschauer zwischen Fußgängerzone, Strandpromenade und Hafen erlebten bei den schleswig-holsteinischen 10-km-Landesmeisterschaften, die traditionell im Rahmen des Stadtlaufs ausgetragen werden, einmal mehr Klasseleistungen und zwei herausragende Champions. Anke Tiedemann und Steffen Uliczka (beide SG Kronshagen-Kiel) verteidigten ihre Titel souverän und setzten die sportlichen Glanzlichter eines hochkarätigen Rennens.

Zwei Wochen nach dem Gewinn der Bronzemedaille bei den Deutschen Halbmarathon-Meisterschaften konnte Anke Tiedemann ungefährdet ihre Titelsammlung auf Landesebene weiter ausbauen. Da ihre Dauerkonkurrentin Karen Friedrichsen (Langenhorn) aus familiären Gründen passen musste, konnte die 32-jährige Kielerin ihre Kräfte dosiert einsetzen. „Ich musste zum Glück nicht am Limit laufen, denn ich muss Kräfte sparen. Nächste Woche wartet der Hamburg-Marathon", war Schleswig-Holsteins Titelhamsterin erleichtert, dass ihre locker gelaufene Zeit von 37:11 Minuten zum Sieg reichte. Ihre Kronshagener Vereinskameradin Verena Becker (39:12 Min.) und die Büdelsdorferin Ruth Pohlmann (39:31 Min.) folgten mit deutlichem Abstand auf den weiteren Medaillenplätzen.

Bei den Männern unterstrich Hindernisläufer Steffen Uliczka seine Ambitionen auf höhere sportliche Ziele. Der 24-jährige hat für 2008 ein ganz großes Ziel: Bei den Olympischen Spielen in Peking möchte der Agrarstudent in seiner Spezialdisziplin für Deutschland am Start stehen. Der Eckernförder Stadtlauf war für Uliczka Abschluss der Vorbereitung bei Cross- und Straßenwettkämpfen. „Jetzt steht hartes Bahntraining an und im Juni soll die Quali klappen", kündigte Uliczka an, nachdem er sich zuvor über 10 km weder von den kühlen Temperaturen noch vom scharfen Wind an der Ostsee hatte bremsen lassen. Bereits nach vier Kilometern löste er sich von seinem Vereinskameraden Sören Lindner, der wenig später mit Magenproblemen ausstieg, und rannte im Alleingang in pfeilschnellen 30:16 Minuten zum Sieg. Seitdem die Strecke amtlich vermessen ist, war noch kein anderer Sportler jemals so schnell die Stadtlaufrunde gerannt.

Einzig Premierensieger Holger „Blacky" Schwarz konnte 1989 eine Siegeszeit von unter 30 Minuten präsentieren. Die Laufllegende der 80er- und 90er-Jahre meldete sich nach jahrelanger Sportabstinenz just zum Stadtlauf-Geburtstag in der Laufszene zurück. Als Vizemeister der Senioren M 45 gab der Rönnauer in 37:17 Minuten ein gelungenes Comeback. „Er hat jahrelang gar keinen Sport gemacht und trainiert erst seit ein paar Monaten wieder. An seinem Gewicht muss er noch arbeiten, aber das war schon mal ein guter Anfang", freute sich sein früherer Trainingspartner Jost Rehberg, der jetzt das Laufteam des SC Rönnau betreut.

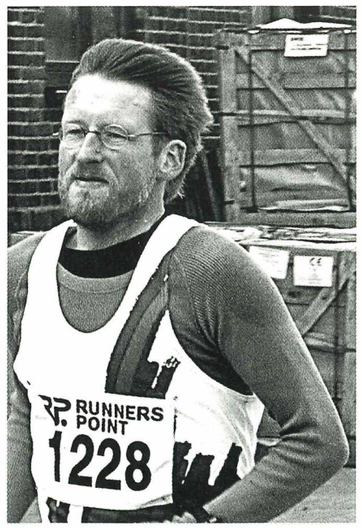
Oleg Rantzow (THW Kiel/ 31:33 Min.) und Sven Schardin (Phönix Lübeck/ 32:42 Min.) erkämpften gestern die weiteren Topplatzierungen bei den Landesmeisterschaften.

Während sich bei den Titelkämpfen die Asse des nördlichsten Bundeslandes in Szene setzten, herrschten beim offenen 10-km-Stadtlauf „hessische Verhältnisse". Als schnellster Mann erreichte der erst 17-jährige Marko Arthofer aus Darmstadt das Ziel nach 34:58 Minuten. Für den jungen Athleten aus Hessen war der Erfolg die Krönung seiner langjährigen Treue zum Eckernförder Stadtlauf, bei dem er bereits als Achtjähriger den Schnupperlauf mitgemacht hatte. „Wir sind mit dem Organisatorenpaar Antje und Jan Lührs verwandt und kommen regelmäßig", erklärte der Marko Arthofer die enge Bindung zum Klassiker an der Ostsee, zu dem ihn diesmal sein Vater und sein Vereinstrainer Heiko Schmitt begleiteten.

Mit Anine Hell vom SSC Hanau-Rodenbach, die in starken 39:09 Minuten siegt, trug auch die schnellste Frau das Trikot eines Klubs aus der Main-Region. Die 23-jährige, die derzeit in Tirol studiert, stammt allerdings aus Bordesholm und verknüpfte einen Familienbesuch mit einem Start in ihrer Geburtsstadt Eckernförde.

Ein Familienfest war es auch, das Frank Meier an diesem Wochenende in den Norden zurücklockte. Jetzt im Trikot seines neuen Klubs LG Olympia Dortmund startend gewann der 19-jährige Gettorfer in 16:45 Minuten den 5-km-Stadtlauf. Johanna Weirowski setzte sich hier in 21:27 Minuten in der Frauen-Gesamtwertung durch. (npb)

Gleich nach dem Startschuss stürmen die Favoriten an die Spitze: Oleg Rantzwoe (Startnummer 1121), Steffen Uliczka (1127) und rechts Sören Lindner. Fotos: Binder



Zurück auf der Piste: 19 Jahre nach seinem Sieg bei der Premiere des Eckernförder Stadtlaufs startete Holger „Blacky" Schwarz wieder bei den Straßenlaufmeisterschaften.

52. SHLV-Verbandstag am 20.04.08 in Lübeck

Präsident Wolfgang Delfs geht ins 25. Jahr

Zum 52. Verbandstag des SHLV kamen neben den Delegierten der Kreisverbände, den Kreisvorsitzenden, dem SHLV-Präsidium und einigen Referatsmitarbeitern auch viele hochrangige Ehrengäste aus Politik und Sport nach Lübeck. So waren der Innen- und Sportminister Schleswig-Holsteins Lothar Hay, der Stadtpräsident Lübecks Peter Sünnenwold, der Präsident des Landessportverbandes Ekkehard Wienholtz, der Präsident und Ehrenpräsident des DLV Dr. Clemens Prokop und Theo Rous, der 1. Vorsitzende des Turn- und Sportbundes Lübecks Herbert Burmeister sowie die Präsidenten der norddeutschen Nachbarverbände Rita Girschikofsky, Jürgen Flehr, Dr. Matthias Reick und Hans-G. Schulz zum Verbandstag erschienen und dokumentierten damit den Stellenwert der Leichtathletik in Schleswig-Holstein bzw. die Verbundenheit mit dem SHLV. Zudem erwiesen sie Wolfgang Delfs die Ehre, der in sein 25. Jahr als Präsident gewählt werden sollte. Die Räumlichkeiten im alt-ehrwürdigen Festsaal des Restaurant Heinrichs in den „Gemeinnützigen" zu Lübeck bildeten einen perfekten Rahmen für dieses Jubiläum und den Verbandstag.

In seiner Begrüßung machte Präsident Wolfgang Delfs einige Ausführungen zu den aktuellen Ereignissen im Vorfeld der olympischen Spiele und spricht sich gegen einen Boykott aus. Zudem unterstrich er die Rolle der Leichtathletik und des Sports allgemein als wichtige Kraft in der Gesellschaft und dankte abschließend allen ehrenamtlich Tätigen für das geleistete Engagement.

Innenminister Lothar Hay würdigte die Arbeit des Leichtathletik-Verbandes, die in die Breite der Gesellschaft hineinwirkt, die Menschen bewegt und Talente sucht und fördert. Leichtathletik sei eine Sportart für Menschen jeden Alters, die zudem häufig mit einfachen und wenigen Mitteln ausgeübt werden kann. Er verdeutlichte außerdem, dass das Land bei der Sanierung von Sportstätten hilft. Jedoch bleibt die Förderung auf Grund der Haushaltslage beschränkt.

Stadtpräsident Peter Sünnenwold teilte mit, dass Lübeck sich als Sportstadt verstehe und dass die Sanierung des Stadions Buniamshof zur Freiluftsaison abgeschlossen sein wird. Er stellte den Sport als wichtigen Faktor für junge Menschen heraus, da diese hierbei das Gewinnen und Verlieren sowie ihre Grenzen kennen lernen könnten. Jeder für die Förderung der Jugend ausgegebene Euro sei viermal besser als Prävention ausgegeben, als ein Euro für Resozialisierung.

DLV-Präsident Dr. Clemens Prokop würdigte die Arbeit von Wolfgang Delfs. In seinem Grußwort sprach er die scheinbar besonders ausgeprägte Krisendiskussion in der Leichtathletik an, die seit Langem regelmäßig geführt wird. Dabei entwickle sich die Leichtathletik in vielen Bereichen positiv, wie die positive Mitgliederentwicklung absolut und auch im kritischen Jugendbereich der Altersgruppe 8-18 Jahren zeige. Auch die Werbeeinnahmen und die Anzahl der Übungsleiter seien gestiegen. Daraus sei zu erkennen, dass die Leichtathletik weiterhin attraktiv ist. Die Leichtathletik vermittle Grundkompetenzen und stehe für das Leistungsprinzip, da Leistungen klar messbar und vergleichbar sowie Steigerungen planbar sind. Ein ethisch verantwortbares Training ohne Doping müsse dabei im Vordergrund stehen. Als Grundsportart sei die Leichtathletik für alle Menschen jeden Alters zu betreiben und bilde die Grundlage für fast alle Sportarten. Deshalb müsse der Leichtathletik im Schulsportunterricht mehr Gewicht gegeben werden. Dies müsse gegenüber der Politik vehementer eingefordert werden. Die Delegierten unterstrichen die Wichtigkeit dieser Forderung mit Applaus. Abschließend verwies Dr. Prokop auf die WM 2009 in Berlin, die als Katalysator genutzt werden müsse. Mit der medialen Aufmerksamkeit müsse die Leichtathletik in der Öffentlichkeit positiv dargestellt werden, um positive Effekte für die Zukunft der Leichtathletik erreichen zu können.

Dr. Ekkehard Wienholtz informierte über die Lübecker Erklärung der Landessportbünde, die am Vorabend veröffentlicht worden war, und die darin enthaltenen Forderungen. Darin wird sich für die Teilnahme an den Olympischen Spielen in Peking, für Kritik an den menschenunwürdigen Bedingungen in China und für die Meinungsfreiheit sowie freie Berichterstattung ausgesprochen. Ein Boykott würde nicht erfolgen, da ein „Wandel durch Annährung" erfolgen soll. Die Finanzierung des Sports werde zunehmend schwieriger, da die Aufgaben des Sports z.B. durch Sport im Kindergarten, Sport mit Senioren, Integration durch Sport und Sport in der Ganztagsschule vielfältiger geworden sind. Die Zukunftsfähigkeit der Vereine müsse gewährleistet bleiben und der Sport müsse deshalb als Partner der Politik begriffen werden. Ohne größere finanzielle Mittel könnten die vielfältigen Aufgaben des Sports für die Gesellschaft nicht mehr erbracht werden. Ein Anheben der bisher festgeschriebenen Mindestfördersumme für den Sport sei deshalb zwingend erforderlich. Zudem werde eine engere Verzahnung des Sports mit der Bildungspolitik, eine effektive Bekämpfung des Dopings, eine umfangreichere und umfassendere mediale Darstellung des Sports und eine Berücksichtigung des Sports in der Hartz-Gesetzgebung, damit Arbeitslose und sozial benachteiligte Menschen unter dem Gesichtspunkt der Chancengleichheit die Möglichkeit erhalten an den Angeboten des Sports teilzunehmen, gefordert.

Jan Berszuck

Das neue Präsidium des SHLV (v.l.n.r.): Peter Lentzsch, Ulrike Pollakowski, Astrid Föderler, Wolfgang Delfs, Ursel Ahnfeldt, Ralf Holtfreter, Jan Dreier und Joachim Uliczka. *Fotos: Götze*

SHLV im Netz:
www.shlv.de

„Goldener Rennschuh" für Udo Grützmacher

Im Ehrungsteil der Veranstaltung verlieh Wolfgang Delfs und bei den DLV-Ehrennadeln unterstützt von Dr. Clemens Prokop die Ehrennadeln in Silber und Gold des SHLV und des DLV an folgende verdiente Mitarbeiter:

Silberne SHLV-Ehrennadel: Joachim Uliczka (Preetzer TSV), Hans-Jürgen Eberhardt (LBV Phönix Lübeck), Jörg Köpke (TSV Fahrdorf)

Silberne DLV-Ehrennadel: Ursula Berger (FC Voran Ohe), Willi Brummund (TSV Doppeleiche Viöl), Robert Weber (TSV Klausdorf), Günter Roden (TSV Heiligenhafen), Jan-Hinnerk Dreier (LK Weiche)

Goldene SHLV-Ehrennadel: Dieter Paustian (TSV Lütjenburg), Manfred Hamann (SV Großhansdorf), Barbara Woop (MTSV Olympia Neumünster)

Goldene DLV-Ehrennadel: Bernd Hausmann (TuS H/M Kiel), Hans-Jürgen Krannig (TSV Kronshagen)

Nachträglich zum 75. Geburtstag von Konrad Schmidt übergab Wolfgang Delfs einen Blumenstrauß. Zudem wurde Helmut Lenz als ausgeschiedener Vorsitzender des Kreises Segeberg mit einem Präsent verabschiedet.

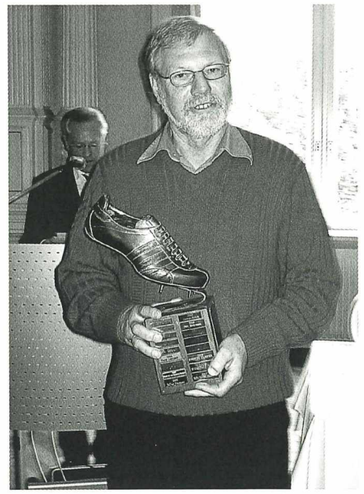
Überrascht wurde Udo Grützmacher, der die höchste Auszeichnung des SHLV, den „Goldenen Rennschuh", verliehen bekam. Sein Wirken für die Leichtathletik seit ca. 40 Jahren wurde damit gewürdigt. Mit 27 Jahren als 1. Vorsitzender des KLV Nordfriesland ist er sogar noch länger im Amt als Präsident Wolfgang Delfs.

Der Schleswig-Holsteinische Leichtathletik-Verband ehrt Udo Grützmacher mit der Verleihung des ‚Goldenen Rennschuh'.

Udo Grützmacher ist seit seinem 15. Lebensjahr aktiver Leichtathlet in Schleswig-Holstein. Bereits im Alter von 20 Jahren übernahm er die Abteilungsleitung des TSV Tönning und war zugleich als Trainer aktiv. In dieser Zeit gründete er die LG Tönning/St. Peter-Ording. Seit 1986 ist er Übungsleiter im Bredstedter TSV und unterstützt bis heute beim Training.

Die Tätigkeiten des Rektors einer Förderschule und Vater von 2 Kindern im KLV Nordfriesland sind vielfältig. Von 1968-1975 war Udo Grützmacher Schüler- und Jugendwart, von 1975-1981 Sportwart und 2. Vorsitzender. 1981 übernahm er das Amt des 1. Vorsitzenden des Kreisleichtathletikverbandes Nordfriesland, des mitgliederstärksten Kreises im SHLV, welchem er bis heute vorsteht.

Er organisiert Wettkämpfe auf Vereins-, Kreis- und Landesebene in vorbildlicher Weise und ist auch als Kampfrichter im Einsatz.



Verdiente Anerkennung für jahrzehntelanges Engagement: Udo Grützmacher erhielt den „Goldenen Rennschuh".

Auf seine über die Jahre gewonnenen Erfahrungen wird im ganzen Verbandsgebiet gerne zurückgegriffen. So wurde Udo Grützmacher in die Findungskommission zur Suche eines neuen Vorsitzenden des Kreis-Sportverbandes Nordfriesland berufen.

Das Engagement und Fachwissen mit dem sich Udo Grützmacher für die Belange der Leichtathletik einsetzt, wird vom Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verband hoch geschätzt. Nachdem er 1992 mit der Goldenen Ehrennadel, im Jahre 2000 mit der DLV Ehrennadel und 2005 mit der Sportverdienstnadel des Landes Schleswig-Holstein geehrt wurde, erhält Udo Grützmacher nunmehr die höchste Auszeichnung des Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verbandes, den Goldenen Rennschuh.

Der ‚Goldene Rennschuh' ist ein vom DLV- und SHLV-Mitbegründer Christian „Tischi" Martens ins Leben gerufener Wanderpreis, der jährlich im wechselnden Rhythmus verdienten Funktionären und herausragenden Athleten verliehen wird. Jan Berszuck

Wahlen beim Verbandstag

Ulrike Pollakowski neu im Präsidium

Nach dem Festteil des Verbandstages stand der Arbeitsteil auf dem Programm. So gab es die turnusmäßigen Wahlen. Wolfgang Delfs (Molfsee) wurde einstimmig als Präsident bestätigt und erhielt nach seiner Wahl unter dem Applaus der Delegierten ein Präsent von Peter Lentzsch seitens des SHLV und von Rita Girschikofsky seitens der Nachbarverbände für sein Jubiläum. Außerdem wurden Ursel Ahnfeldt (Malente) als Vizepräsidentin Sport, Peter Lentzsch (Kiel) als Vizepräsident Finanzen, Astrid Föderler (Rohlstorf/Warder) als Referentin Breitensport und Mitgliederbetreuung, Jan Hinnerk Dreier (Flensburg) als Referent Aus- und Weiterbildung und Joachim Uliczka (Preetz) als Referent Wettkampf- und Kampfrichterwesen einstimmig wiedergewählt. Neu ins Präsidium wurde Ulrike Pollakowski (Kiel) als Referentin Leistungssport gewählt, die Mike Lehmann, der nicht mehr kandidierte, ablöste.

Das Amt des Referenten Öffentlichkeitsarbeit konnte leider nicht neu besetzt werden, da bis zum Verbandstag kein Kandidat als Nachfolger für Jochen Flöthe gefunden werden konnte. Jochen Flöthe arbeitet aber im Bereich Internet weiterhin mit. Da die einzelnen Arbeitsgruppen des Referates für startschuß, Internet und Statistik selbständig arbeiten, erfolgte ein Appell an die Verbandstagsteilnehmer einen Kandidaten zu stellen, der die Koordination des Referates übernimmt. Leider blieb der Aufruf ohne Erfolg.

Der Verbandstag hatte zudem noch über zwei Anträge abzustimmen. Zum einen wurde eine Anti-Doping-Erklärung des Verbandes verabschiedet, zum anderen wurde der Möglichkeit zur Verwendung von Rücklagen für ein Marketing-Konzept zugestimmt.

Mit der Hoffnung auf eine gute Saison 2008 und erfolgreiche Olympische Spiele 2008 in Peking und Weltmeisterschaften 2009 in Berlin für die deutsche Leichtathletik beendet Wolfgang Delfs den harmonischen Verbandstag. Jan Berszuck

Neben Udo Grützmacher wurden noch zahlreiche weitere verdiente Leichathletik-Mitarbeiter im Rahmen des Verbandstages geehrt.

Erklärung des Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verbandes zum Anti-Doping-Kampf

Vor dem Hintergrund der aktuellen Dopingproblematik im Sport und den damit verbundenen negativen Auswirkungen auf den Sport in der öffentlichen Wahrnehmung will der Schleswig-Holsteinische Leichtathletik-Verband (SHLV) in Anlehnung an die gemeinsame Erklärung des Landessportverbandes und des Innenministeriums Schleswig-Holsteins den Kampf gegen Doping im Sport intensivieren.

Der Fair-Play-Gedanke ist eine tragende Säule des Sports. Um ihn zu stützen sieht der SHLV in der Bekämpfung des Dopings eine zentrale, gemeinsame Herausforderung für den organisierten Sport und insbesondere für die Zukunft des Spitzensports. Nur in einem engen Schulterschluss zwischen dem autonomen Sport und dem Staat kann eine effektive Dopingbekämpfung gelingen. Der Schwerpunkt soll hierbei im Bereich der Prävention und Aufklärung sowie in der Verankerung von Anti-Doping-Ausbildungsinhalten gesetzt werden.

Der SHLV arbeitet auf der Basis des Anti-Doping-Regelwerks der IAAF und des Deutschen Leichtathletikverbandes sowie des Anti-Doping-Codes der WADA und der NADA.

Einzelmaßnahmen

1. Das Präsidium des SHLV hat eine Anti-Doping-Beauftragte berufen, die die Präventionsmaßnahmen koordiniert und die Vereine in sportmedizinischen Fragen des Anti-Dopings berät.
2. Im Rahmen der Übungsleiter- bzw. Trainerausbildung werden durch den SHLV Lerneinheiten zur Aufklärung von Trainern, Eltern und Athleten durchgeführt, mit dem Ziel, die persönliche, kommunikative sowie die fachliche Kompetenz von Trainerinnen und Trainern zum Thema Anti-Doping zu stärken.
3. Voraussetzung für eine Förderung von Athleten und Vereinen durch den SHLV ist eine Anerkennung von verpflichtenden Maßnahmen:
   a. die Unterzeichnung von Anti-Doping-Verpflichtungserklärungen durch alle Kaderathletinnen und Kaderathleten.
   b. die Rückerstattung von Förderbeträgen, sofern innerhalb eines Jahres nach der Auszahlung ein positiver Dopingbefund vorliegt.

Meisterschafts- und Meldetermine 2008

Termin	Meisterschaft	Austragungsort
01.06.2008	NDM Marathon - MS: 20.05.2008	Potsdam
08.06.2008	LM Senioren/innen – Einzel – mit HLV, LVMV - MS: 27.05.2008	Schwerin
08.06.2008	DM Senioren-Berglaufmeisterschaften MS: 26.05.2008	Müllheim/Baden
14./15.06.2008	LM Männer, Frauen, B-Jugend MS: 03.06.2008	Büdelsdorf
21./22.06.2008	NDM Senioren/Seniorinnen MS: 10.06.2008	Verden
21./22.06.2008	NDM Männer, Frauen, Jugend B MS: 10.06.2008	Rostock
22.06.2008	LM Blockwettkämpfe Schüler/innen B MS: 10.06.2008	Itzehoe
27.-29.06.2008	DM Senioren I - MS: 16.06.2008	Kevelaer
28./29.06.2008	LM M/W Jugend A, Schüler/innen M/W 15/14 - MS: 17.06.2008	Büdelsdorf
05.07.2008	LM Männer, Frauen, Senioren/innen 10.000 m - MS: 24.06.2008	Lübeck
05./06.07.2008	LM Mehrkampf alle Klassen, mit HLV M, F und Talentsichtung Blockwettkampf Schüler - MS: 24.06.2008 ACHTUNG!!	Lübeck
05./06.07.2008	DM Männer, Frauen und Jugend-Staffelmeisterschaften - MS: 23.06.2008	Nürnberg

MS = Meldeschluss SHLV-Geschäftsstelle

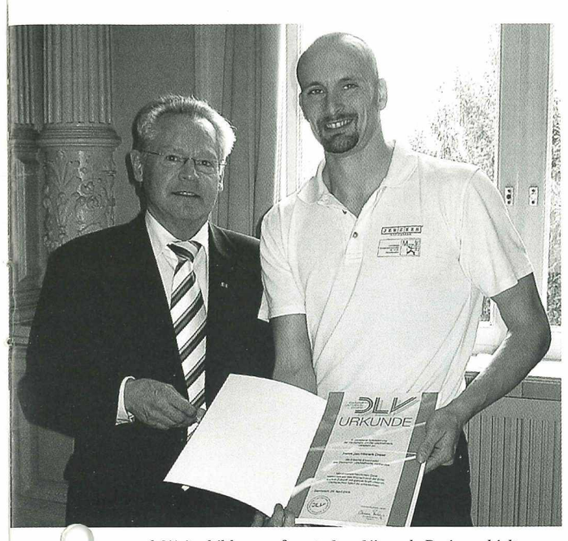
SHLV-Breitensport - Übersicht Termine 2008

21.06.2008	Nordic Walking Technikfortbildung - A. Föderler	SBZ Malente
05./06.09.2008	Fit und Gesund Betreuer - A. Föderler / V. Buhmann	SBZ Malente
06./07.09.2008	Lauftreff Leiter - J.P. Brückner / A. Beltz /V. Buhmann	SBZ Malente
06./07.09.2008	Lauf-Camp (Marathon) – A.Beltz/J.P.Brückner/ V.Buhmann	SBZ Malente
28.09.2008	Winterfitness für Ausdauersportler - A. Föderler	Kreissporthalle, Bad Segeberg
11./12.10.2008	Fit und Gesund Leiter - A. Föderler / n. n.	SBZ Malente
25./26.10.2008	Ein flacher Bauch . . . - A. Föderler / n. n.	SBZ Malente
25.10.2008	Vielfältiges Training mit dem Rollbrett - M. Zander	Kiel
02.11.2008	Laufen, Werfen, Springen spielerisch - M. Zander	Kiel
22.11.2008	Bauch-Intensiv - A. Föderler	SBZ Malente
05.- 07.12.2008	C-Trainer Breitensport - M. Zander / A. Föderler	SBZ Malente

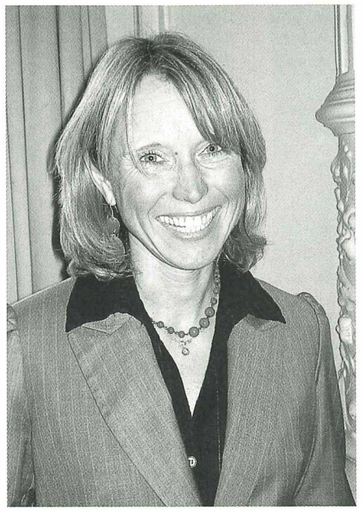
(Änderungen vorbehalten)

Nähere Informationen (die Ausschreibungen) finden Sie auf unserer Internetseite unter www.shlv.de - Ausbildungen.
Achtung – Anmeldeschluss ist grundsätzlich 8 Wochen vor dem Lehrgangsbeginn.
Anmeldungen bitte über die SHLV-Geschäftsstelle auf dem Anmeldeformular „Verbindliche Anmeldung" (befindet sich auf der Internetseite / www.shlv.de / Download / Materialien zur Trainerausbildung / Anmeldung zu einem Lehrgang). Rechtzeitiges Anmelden ist zur besseren Planung notwendig und sichert einen festen Teilnehmerplatz.

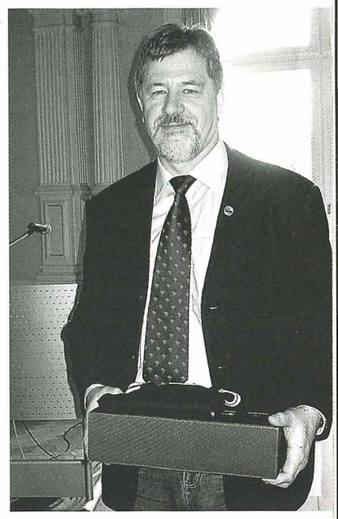
Gesichter des Verbandstages



…us- und Weiterbildungsreferent Jan Hinnerk Dreier erhielt die Silberne DLV-Ehrennadel.



Ulrike Pollakowski wurde zur neuen Referentin Leistungssport gewählt.



Helmut Lenz wurde von seinem Posten als Vorsitzender des KLV Segeberg verabschiedet.

Ausbildungen

Nordic Walking-Technikfortbildung

Verbesserung der eigenen Nordic Walking Technik, kreative und motivierende Vermittlungsmethoden sind die Schwerpunkte dieser Fortbildung. Mobilisations-, Koordinations- und Stretchingübungen ergänzen hervorragend das Seminar und bereichern Ihre Nordic Walking Stunde.

Zielgruppe: Walking-Betreuer / Leiter und Interessierte

Ort: SBZ Malente

Termin: Samstag, 21.06.2008 9.30 - 16.30 Uhr (7 UE) incl. Mittagessen

Kosten: 20,00 €

Referentin:
Astrid Föderler - Sporttherapeutin -

Anmeldung: SHLV-Geschäftsstelle, Kiel

Lauftreff-Leiter-Ausbildung

In der Lauftreff-Leiter-Ausbildung werden weiterführende Inhalte des Laufens in Theorie und Praxis vermittelt.

Schwerpunkt sind neben Sportmedizinischen Grundlagen und Ausgleichstraining auch Aufgaben und Führung eines Lauftreffs.

Die Lauftreff Leiter Ausbildung wird als Wahlmodul auf die Trainer-C-Lizenz Breitensport oder als Fortbildung mit 15 UE anerkannt.

Mit Erhalt des Zertifikats ist die Basis für die Leitung von Gruppen neben eines Übungsleiters geschaffen.

Termin: 06.09. - 07.09.2008

Samstag, 09.00 Uhr - Sonntag, 14.00 Uhr

Referenten:
Dr. Jan-Peter Brückner - Sportwissenschaftler - Dr. Volker Buhmann - Sportmediziner - Andrè Beltz - Sportlehrer -

Kosten: 75,00 € für SHLV – Verbandsmitglieder; 50% Aufschlag für Nicht-Verbandsmitglieder. Mit der Teilnahmebestätigung wird die Seminargebühr fällig.

Anmeldung: SHLV-Geschäftsstelle, Kiel

Winterfitness für Ausdauersportler

Das Kräftigungs- und Beweglichkeitstraining kommt bei den meisten Ausdauersportlern zu kurz! Im Mittelpunkt dieser Fortbildung stehen Übungen für die Rumpfmuskulatur und spezifische Übungen für (Nordic) Walker, Läufer und Radsportler, die auch für Sportler anderer Sportarten geeignet sind. Übungen zur Körperwahrnehmung und Entspannung runden das Seminar ab, das sich an Übungsleiter, Trainer und Interessierte wendet.

Inhalte:
- Theorie / Praxis
- Kräftigung
- Entspannung
- Koordination

Zielgruppe: Übungsleiter/innen und Interessierte

Ort: Kreissporthalle Bad Segeberg

Termin: Sonntag, 28.09.2008 (7 UE) 9.30 - 16.30 Uhr - ohne Mittagessen

Kosten: 15,00 €

Referentin:
Astrid Föderler - Sporttherapeutin -

Anmeldung: SHLV-Geschäftsstelle, Kiel

berlin 2009
August 15–23
IAAF ATHLETICS

AOK
Die Gesundheitskasse.

Sören Lindner DM-Sechster über 10.000 m

Menden, 3.5.08. - Sören Lindner (SG TSV Kronshagen/Kieler TB) war der einzige Schleswig-Holsteiner bei den Deutschen Meisterschaften über 10000 m. Sein Trainer Andreas Fuchs zeigt sich nach der Normerfüllung und den letzten Trainingseinheiten sehr zuversichtlich und hielt eine Platzierung unter den ersten Acht für möglich.

„Ziel erreicht, aber . . ." war das Fazit nach dem Rennen. Bei idealen äußeren Bedingungen erfüllte der Kieler die Prognose seines Trainers hinsichtlich der Platzierung und kam tatsächlich als Achter über die Ziellinie. Doch mit 30:26,78 Minuten war er langsamer als im Qualifikationsrennen und verfehlte sein zweites Ziel, eine Zeit unter 30 Minuten, deutlich.

Gewarnt durch seine schlechten Erfahrungen bei den Deutschen Crosslaufmeisterschaften im März, vermied es Sören Lindner, das Tempo der Spitzengruppe mitzugehen. Hinter den fünf Spitzenläufern fand er eine Verfolgergruppe, die 6000 m lang ein stabiles, gleichmäßiges Rennen lief. Als die Gruppe dann etwas an Tempo verlor, setzte sich Linder an die Spitze und versuchte vergeblich, zu forcieren. Als dritter der Verfolgergruppe überquerte er den Zielstrich und belegte damit den achten Platz des Rennens.

Verwirrung gab es bei der Ermittlung der Platzierungen. Männer und Junioren waren gemeinsam gestartet und erst nach Protesten wurden sie auch getrennt gewertet. So kam es, dass Zelalem Martel (LG Neckar-Enz) zwar mit 29:19,28 Min der Schnellste des Rennens war, er aber „nur" Deutscher Juniorenmeister wurde. Deutscher Meister der Männerklasse wurde der Zweite des Rennens, Sebastian Hallmann aus München. Sören Lindner rutschte durch diesen Umstand auf Platz sechs vor.

„Mit der Platzierung sind wir natürlich zufrieden" resümiert Andreas Fuchs, „aber ich bin ziemlich sicher, dass Sören schneller als 30 Minuten laufen kann. Es ist schade, dass es hier nicht gelungen ist, denn eine weitere Gelegenheit wird es zunächst nicht geben". Fuchs spielt auf den Wettkampfkalender an, auf dem jetzt kürzere Distanzen stehen. Am 21. Mai wird Sören Lindner beim Internationalen Meeting in Koblenz versuchen, die DM Norm über 5000m zu unterbieten. (jfl)

NDM 10-km-Straßenlauf

Vier Mal Silber für SHLV-Läufer

Lüchow, 13.04. – Schleswig-Holsteins Senioren waren bei den Norddeutschen Straßenlauf-Meisterschaften über 10 km im niedersächsischen Lüchow erneut Medaillengaranten.

Friedrich Holst (SV Rugenbergen) holte bei Senioren M 70 in starken 41:38 Minuten die Silbermedaille. In der M 65 rannte der unermüdliche José Molero-Membrilla (Spiridon Schleswig) in 42:32 Minuten auf den dritten Platz.

Für ein starkes Ergebnis sorgte auch Katharina Nüser vom Wellingdorfer TV. Die 20-jährige rannte bei den Frauen in 40:12 Minuten auf den neunten Platz des Gesamtklassements.

Schnellster Mann aus dem nördlichsten Bundesland war Sven Schardin (LBV Phönix Lübeck), der nach 32:40 Minuten als 15. aller Startet ins Ziel lief und damit den zweiten Platz der M 30 ergatterte.

Silber gab es auch für Leif Schröder-Groeneveld (Gut-Heil Neumünster). Das Jugend-Ass erkämpfte in schnellen 33:08 Minuten den zweiten Platz der Jugend A. Gemeinsam mit seinen Teamgefährten Marian Meseck (34:51 Min./ 9. Platz) und Sebastian Zwicker (39:23 Min./ 21. Platz) holte er auch in der Mannschaftswertung der Jugend die Silbermedaille. (npb)

DM Marathon in Mainz

Silber für Siegfried Klinke

Mainz, 04.05. – Der nach seinem Ausstieg beim Hamburg-Marathon erst spät ins Feld gestoßene Martin Beckmann (Leinfelden-Echterdingen) sicherte sich bei den Deutschen Marathon-Meisterschaften in Mainz souverän den DM-Titel in 2.18:30 h. Den Titel der Frauen gewann Susanne Hahn (Saarbrücken). Sie unterbot in 2:29:35 Stunden die Olympianorm deutlich.

Der SHLV war in der Gutenberg-Stadt lediglich mit zwei Startern vertreten, blieb aber dennoch nicht ohne Medaille.

Siegfried Klinke (LG Reinbek-Ohe) bewies einmal mehr, dass er zu den schnellsten Senioren Deutschlands zählt. In 3:06:47 Stunden gewann Klinke Silber bei den Senioren M 65. Wladimir Nagowyzin (LAV Husum) lief bei hochsommerlichen Temperaturen nach 3:15:24 Stunden als 27. der M 55 ins Ziel. (npb)

Eneut Gold für Regina Meinlschmidt

DM Straßengehen

Reichenbach, 20.4.2008. - Mit 8 Grad Celsius und bedecktem Himmel fanden die Geher der THW Kiel bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften im Straßengehen in Reichenbach (Sachsen) zwar nicht so gute Wetterbedingungen vor wie sie derzeit in Kiel herrschen aber das tat ihren Leistungen keinen Abbruch. Regina Meinlschmidt fügte ihrer umfangreichen Titelsammlung mit der Deutschen Meisterschaft über 5km der Alterklasse W55 eine weitere Goldmedaille hinzu und benötigte dafür 31:07 Min. Antje Kahr gewann in 58:10 Min Silber über 10km der Alterklasse W40. Bronze gab es für die Männermannschaft in der Alterklasse M60 mit Erhard Meinlschmidt, Klaus Andresen und Holger Ramlau. (jfl)

Hochspringerin Elfriede Kaun starb mit 93 Jahren

Letzte deutsche Medaillengewinnerin bei Olympia 1936 tot

2007 kehrte sie noch einmal an die Stätte ihres größten sportlichen Erfolges zurück – ins Berliner Olympiastadion anlässlich des Internationalen Stadion Abendsportfestes (ISTAF), bei dem sie Ehrengast war. 1936 hatte sie bei den Olympischen Spielen in Berlin im Hochsprung die Bronzemedaille gewonnen – mit gleicher Höhe (1,60 Meter) wie die beiden erstplazierten Athletinnen Ibolya Csák aus Ungarn und Dorothy Odam aus Großbritannien.

Elfriede Kaun startete für den Kieler TV. Ihre beste Leistung erzielte sie 1939 mit 1,63 Meter. Obwohl auch ihre sportlichen Leistungen vom Nazi-Regime für rassistische Propagandazwecke missbraucht wurden, ließ sich Elfriede Kaun nicht in ihrer Grundeinstellung anderen Menschen gegenüber beirren. Sie pflegte auch freundschaftliche Kontakte zu jüdischen Sportlerinnen und zeigte dadurch Zivilcourage. Nach Elfriede Kaun ist seit einigen Jahren ein Ehrenpreis des Ausschusses Frauen im Sport im LSV benannt. 2004 hatte Elfriede Kaun das letzte Mal persönlich bei der Preisverleihung dabei sein können. Am 5. März starb sie im Alter von 93 Jahren in Kiel. *LSV/wi*

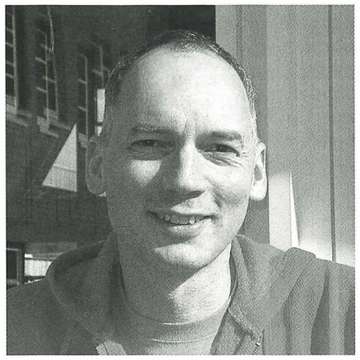
Jugendverbandstag

Ines Ernst neue Jugendwartin

Am 19. April trafen sich die Jugendsprecher und Jugendwarte der Kreise sowie das Jugendteam des SHLV beim Jugendverbandstag. Es waren insgesamt 17 Vertreter erschienen, dazu als Gäste Jan Berszuck als Geschäftsführer, Peter Lentzsch als Vizepräsident und Phillip Elias als FSJ'ler. Nachdem alle Anwesenden von Ralf Holfreter begrüßt worden sind, gab es noch ein Grußwort von Peter Lentzsch, der die Jugendarbeit lobte und ermutigte, so weiter zu machen.

Die anwesenden Mitglieder des Jugendreferates (v.l.n.r.): Phillip Elias, Ines Ernst, Ralf Holtfreter, Britta Vogler, Jan Hinnerk Dreier, Uta Götze, Stefan Kuschewitz. *Fotos: Götze*

Nach einigen Formalien kam es zur ersten Abstimmung. In dieser Abstimmung wurde das Protokoll des Jugendverbandstages 2006 genehmigt. Im Anschluss daran hielt Ralf einen Bericht über das Referat Jugend, in dem er alle Tätigkeiten des Jahres 2006 und 2007 anriss. Dabei zeigte er sich zufrieden mit der Jugendarbeit und der Arbeit der Kreis-Jugendsprecher. Arne Schulz beantragte die Entlastung des Referates Jugend, welches einstimmig entlastet wurde. Danach kam es zum spannenden Teil des Tages, den Wahlen. Da es immer nur einen Kandidaten gab, war auch dieser Teil sehr schnell abgeschlossen. Es gab 4 Änderungen im Referat, Ines Ernst wurde zur Jugendwartin gewählt, Christine Piegenschke zur Jugendlehrwartin und Chantalle Bartsch und Phillip Elias als Jugendsprecher.



Jugendwart Ralf Holtfreter zeigte sich zufrieden mit der Jugendarbeit im SHLV.

Phillip hielt danach noch einen Vortrag über das Freiwillige Soziale Jahr, was er seit dem 01.09.2007 beim SHLV macht. Er erklärte dort die Vorteile des FSJ und stellte die Arbeit in der Einsatzstelle beim SHLV vor.

Die Kreisvertreter wurden gebeten, Wünsche an das Referat Jugend zu stellen. Zum Schluss gab es noch Kaffee und Kuchen und die Vertreter hatten nun noch Zeit, sich untereinander auszutauschen.

Zusammensetzung Referat Jugend:

Jugendwart:	Ralf Holtfreter
Jugendwartin:	Ines Ernst
Schülerwartin:	Uta Götze
Jugendlehrwartin:	Christine Piegenschke
Jugendsprecher:	Phillip Elias
Jugendsprecherin:	Chantalle Bartsch

Berufene Mitarbeiter: Dirk Schulz, Britta Vogler, Jan-Hendrik Klüver, Kirsten Conrad, Stefan Kuschewitz, Jan Dreier.

Phillip Elias

Das Referat Jugend des SHLV bietet wieder an:

Trainingsfreizeit Herbstferien 2008

18.10. bis 25.10.2008 in Lalandia auf Lolland/DK

für Schüler/innen ab 10 Jahre und B/A-Jugendliche

Für Training und Betreuung sorgt das Referat Jugend. Für 220,00 € werden Unterkunft, Vollverpflegung, Rahmenprogramm und viel Spaß bei Training, Sport und Spiel geboten.
Diese Trainingsfreizeit soll die Trainings- und Jugendarbeit der Vereine unterstützen.
Auch die Teilnahme von Vereinsgruppen ist selbstverständlich möglich und erwünscht.
Zum Training stehen uns der Strand, Rasenflächen, eine Sporthalle und die Sportanlagen von Lalandia zur Verfügung.
Die Teilnehmerzahl ist auf 75 Plätze begrenzt, so dass die Plätze nach der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben werden. Wenn alle Plätze belegt sind, ist keine Anmeldung mehr möglich. Eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen. **Anmeldeschluss ist der 15.09.2008.**
Weitere Informationen bei Uta Götze, Parkstr. 5, 24306 Plön, Tel. 04522/4319 (abends), email: uta.goetze@shlv.de, oder in der SHLV-Geschäftsstelle in Kiel, Tel. 0431/6486122 bzw. Fax 0431/6486192, eMail: info@shlv.lsv-sh.de.
Anmeldevordrucke für diese Trainingsmaßnahme gibt es im Internet unter **www.shlv.de**, bei allen Landesmeisterschaften oder in der SHLV-Geschäftsstelle in Kiel.

Vorankündigung:

Aktiv- und Wellness-Wochenende im Ostseebad Damp

vom 12.-14.12.2008

Die Kosten für das Wochenende betragen:

€ 155,00 im DZ „Komfort" pro Person
€ 195,00 im DZ „Komfort" zur Alleinnutzung
€ 135,00 im DZ „Standard" pro Person
€ 135,00 im Bungalow pro Person (bei Vollbelegung)

Anmeldungen bitte über die SHLV-Geschäftsstelle auf dem Anmeldeformular „Verbindliche Anmeldung" (befindet sich auf der Internetseite / www.shlv.de / Download / Materialien zur Trainerausbildung / Anmeldung zu einem Lehrgang). Rechtzeitiges Anmelden ist zur besseren Planung notwendig und sichert einen festen Teilnehmerplatz.

23. Hamburg-Marathon; 27.04.'08:

Jens Hollmann schnellster SHLV-Athlet

Anke Tiedemann im Marathon-Pech: Aus nach 30 km

Der Lübecker Jens Hollmann absolvierte den Marathon in 2:37:35. Foto Binder

Bei herrlichem Frühlingswetter wurde der 23. Hamburg-Marathon einmal mehr zum riesengroßen Laufhappening, bei dem rund 700.000 Zuschauer mit den mehr als 20.000 Athleten das größte Straßenlaufspektakel des Nordens zelebrierten. Neue Bestzeiten auf der einen Seite, aber auch geplatzte Träume auf der anderen sorgten nach dem Rennen über 42,195 km wieder viele Emotionen bei den Spitzen- und auch bei den Breitensportlern. Deutschlands größter Frühlingsmarathon lockte wie immer auch zahlreiche Athleten aus Schleswig-Holstein in die Metropole an der Elbe. Auch bei den Athleten aus dem SHLV lagen Freude und Frust oft dicht beieinander. Die überraschend warmen Temperaturen machten einigen Langstrecklern gewaltig zu schaffen und ließen so manche Zeitplanungen unter der Sonne dahin schmelzen.

Gänzlich unbeirrt von den Frühlingstemperaturen zeigte sich allerdings der Lübecker Jens Hollmann. Der Mann von LBV Phönix spulte die 42,195 km in beeindruckender Gleichmäßigkeit ab und wurde am Ende mit der Klassezeit von 2:37:35 Stunden belohnt. Als 57. der Gesamtwertung war der Langstreckler aus der Marzipan-Stadt damit bester SHLV-Athlet des 23. Hamburg-Marathons. Der Glückstädter Thomas Ebel, der in den Vorjahren diesen inoffiziellen Titel einheimsen konnte, war in 2:36:52 Stunden zwar einen Tick schneller, streifte aber beim Hamburg-Marathon erstmals das Trikots des Hamburger Vereins TH Eilbeck über. Mit Holger Meihsner (TuS Holtenau) setzte sich ein Marathondauerbrenner in 2:43:19 Stunden als zweitschnellster Nordvertreter in Szene.

Als schnellste Frau aus dem nördlichsten Bundesland rannte überraschend die Neumünsteranerin Tanja Wernicke nach 3:18:11 Stunden als 54. der Frauen-Gesamtwertung über die Ziellinie am Heiligengeistfeld. Eigentlich hatten die meisten Zuschauer ein anderes bekanntes Gesicht der Laufszene als schnellstes weibliches Nordlicht erwartet. Nach einem harten Vorbereitungsprogramm und vielen starken Wettkämpfen in den letzten Monaten schickte sich die Kielerin Anke Tiedemann an, in Hamburg eine neue persönliche Marathonbestmarke zu setzen. Zunächst schien für die 32-jährige alles nach Plan zu laufen, als sie leichtfüßig über den Hamburger Asphalt lief und nach dem Ausstieg von Europameisterin Ulrike Maisch kurzzeitig sogar als beste Deutsche im Rennen lag. Bei Kilometer 30 zerplatzte dann allerdings der Traum von einer neuen Bestmarke. „Ich hatte stechende Knieschmerzen. Mein Kopf wollte eigentlich noch weiterkämpfen, aber mein Körper machte einfach nicht mehr mit", beschrieb die letztjährige Marathon-Landesmeisterin ihr Befinden, das sie zum Abbruch des Marathons zwang.

Neben den schnellen Cracks imponierten auch wieder die unerschütterlichen Oldies aus dem Norden. Mit Friedrich Holst (SV Rugenbergen), der nach eindrucksvollen 3:17:44 Stunden ins Ziel lief, und Elviera Kröning (Lindewitt) sowie Dietrich Hohmann landeten drei SHLV-Athleten Siege in ihren Altersklassen.

Nicht nur auf der Strecke, sondern auch schon im Vorfeld wurde Dietrich Hohmann von Zuschauern und Mitläufern bestaunt und bejubelt. Der Oldie vom Borener SV erntete kurz vor seinem 82. Geburtstag als ältester Teilnehmer des Hamburg-Marathons Respekt von allen Seiten. Auch wenn er nun alljährlich etwas länger braucht, meisterte der unermüdliche Läufer aus Brodersby-Geel auch seinen 20. Hamburg-Marathon souverän. Nach 4:53:24 Stunden erreichte Hohmann das Ziel als 11428. der Männer-Gesamtwertung. Mehr als 1000 jüngere Konkurrenten kamen erst nach dem Sieger der M 80 ins Ziel, der auch seinen zwei Jahre jüngeren, einzigen Altersklassenkonkurrenten 14 Minuten hinter sich ließ. „Das Training ist anstrengend, aber der Marathon muss Spaß machen", erläuterte Hohmann seine Devise zur immer wieder neuen Herausforderung der legendären Distanz. (npb)

Die schnellsten SHLV-Männer:
57. Jens Hollmann (LBV Phönix Lübeck) 2:37:35
92. Holger Meihsner (TuS Holtenau Kiel) 2:43:19
104. Thomas Clauß (LG Reinbek-Ohe) 2:44:10

Die schnellsten SHLV-Frauen:
54. Tanja Wernicke (Neumünster) 3:18:11
67. Urszula Martens (LG Uni Lübeck) 3:20:17
111. Gabriele Luther (TSV Nord Harrislee) 3:27:46
121. Cornelia Cappus (SV Großhansdorf) 3:30:00

SHLV-Senioren auf Medaillenplätzen
W 60: 1. Elviera Kröning (TSV Lindewitt) 3:41:14
W 55: 2. Cornelia Cappus (SV Großhansdorf) 3:30:00
M 80: 1. Dietrich Hohmann (Borener SV) 4:53:24
M 70: 1. Friedrich Holst (SV Rugenbergen) 3:17:44
M 65: 2. Jens Peters (Eckernförder MTV) 3:21:02
M 45: 3. Holger Meihsner (TuS Holtenau) 2:43:19

Junge Schleswig-Holsteiner beim „Hamburger Zehntel" ganz groß *26.04.08*

Als zartes Pflänzchen wurde das „Zehntel" (4,2195 km) vor 12 Jahren einen Tag vor dem Hamburg-Marathon gesetzt, nun hat es sich im Laufe der Jahre großartig entwickelt.

In diesem Jahr übertraf die „Ouvertüre" des Conergy-Marathons mit 5.052 Meldungen (Vorjahr 3.000) alle Erwartungen.

Diese Veranstaltung wurde für Teilnehmer im Alter von 8–17 Jahren aus Schulen und Vereinen konzipiert. Die Hanse Merkur und die DAK hatten € 3.000,– für die Besten ausgelobt. 15.000 Zuschauer – Eltern, Großeltern, Lehrer und Betreuer – feuerten die jungen Aktiven an der Strecke um die Glacischaussee an. Bereits hier zeigte sich, dass der neue Start-/Zielbereich um das Heiligengeistfeld enorme Vorteile bietet. Die Moderatoren von NDR 90,3 taten ihr Bestes, um die Stimmung anzuheizen.

Wie schon im Vorjahr konnte die Mannschaft der LG Wedel-Pinneberg um **Charly Bongarts** nach 13:54 Min. Sieg einen überragenden Erfolg feiern.

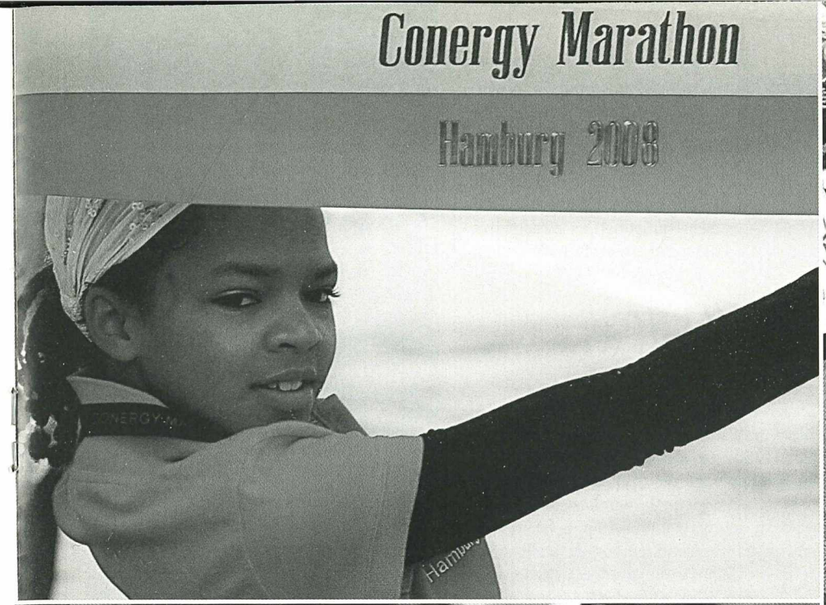
Wenn die Schleswig-Holsteiner zahlenmäßig auch nicht ins Gewicht fielen, so waren es jedoch vor allem die jungen Läuferinnen, die mit hervorragenden Leistungen überzeugten.

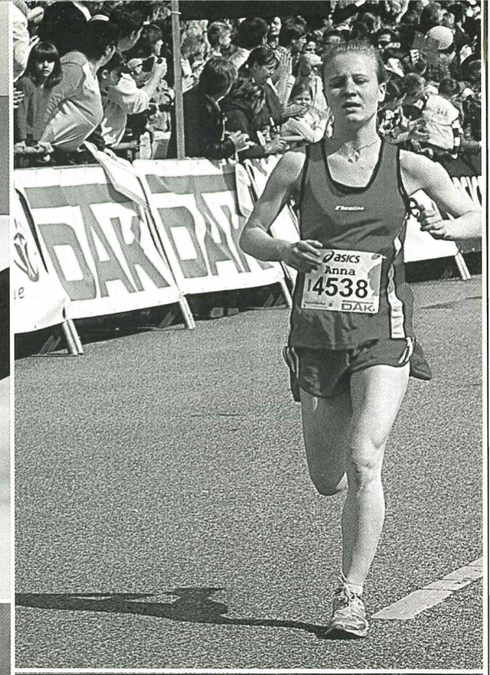
Allen voran die 17-jährige **Anna Prieske** (amtierende SHLV-5-km-Meisterin) vom Club Spiridon Bad Oldesloe, die als Tagesschnellste in 15:46 Min. das Feld von 1.500 Läuferinnen dominierte. Ihr folgte souverän Straßenlaufmeisterin **Nadja Lekic** (TSV Trittau) nach 16:28 Min. als Siegerin in der AK W 15. Die 12-jährige **Ariane Ballner** (LG Elmshorn) - u.a. mehrfache Siegerin des Minimarathons auf Helgoland, - lieferte auf dem Hamburger Asphalt um das Hamburger Messegelände in 17:03 Min. ebenfalls eine reife Leistung ab. Als Jüngste der SH-Läufergruppe war die 11-jährige **Jana Marie Thiede** (LG Glinde) nicht nur läuferisch in 18:18 Min. topp, sondern zeigte sich im Interview mit den NDR-Moderaten auf der 90,3 Bühne wie alle „Nordlichter" sehr pfiffig.

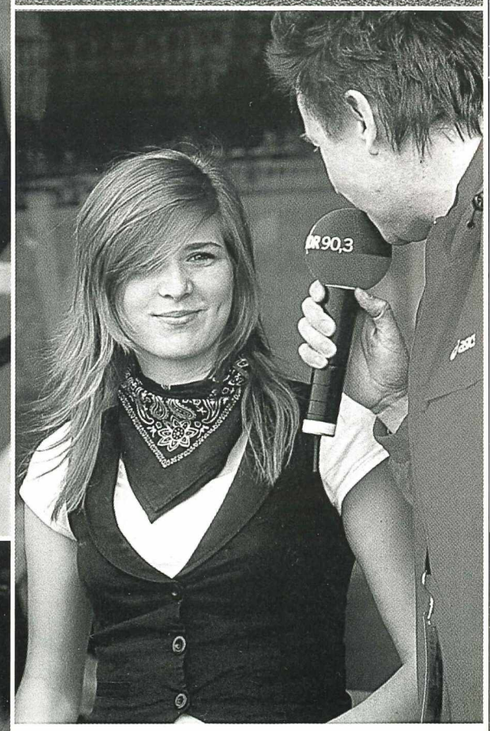
Schade, dass die anderen Medaillenränge bei der Einzel-Siegerehrung unter den Tisch fielen, dieses betraf u.a. **Bente Harder** (Spiridon Club Bad Oldesloe) mit dem Bronzerang in der AK W 16 in 16:58 Minuten.

Der neue Rahmen der Siegerehrung war lebhaft und durchaus nachwuchsgerecht. „Ich habe den feierlichen Rahmen der letzten Jahre vermisst, man hätte zumindest die ersten drei Aktiven aufrufen sollen, so wie es bei jeder Leichtathletikveranstaltung üblich ist", bemerkte eine Mutter, die schon in den Vorjahren dabei war.

Ansonsten war es eine Superveranstaltung mit steigende Tendenz, die sicher noch mehr junge Schleswig-Holsteiner Leichtathleten/innen anlocken wird. SiKo







Das „Zehntel"

Die Siegerinnen aus Schleswig-Holstein:

oben rechts: Anna Prieske, W 17 (Spiridon Club Bad Oldesloe) 15:46 Min.

Mitte links: Ariane Ballner, W 12 (LG Elmshorn) 17:03 Min.

Mitte rechts: Nadja Lekic, W15 (TSV Trittau) 16:28 Min.

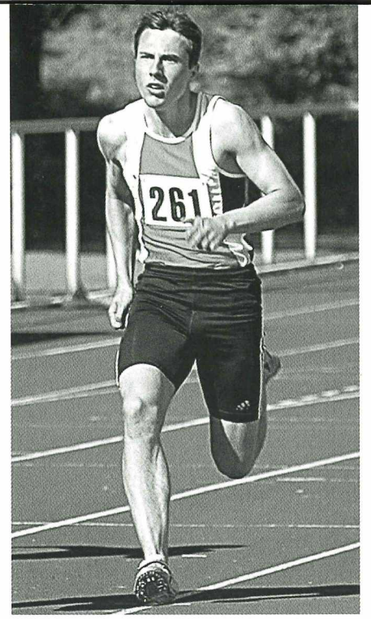
unten links: Jana Marie Tiede, W11 (LG Glinde, 18:18 Min. im Interview mit Jörg Lauenroth und Lou Richter auf der NDR-Bühne.

Fotos: S. Konjack

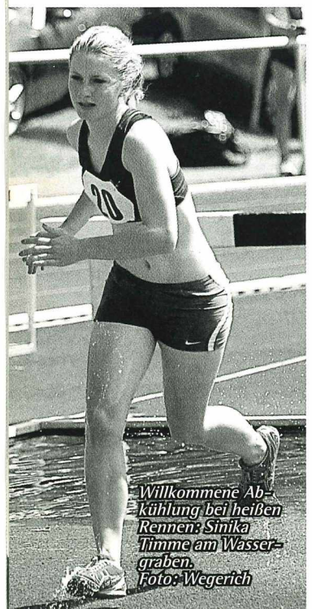
Stefan Schwab bleibt dem SHLV treu

Schleswig-Holsteins Leichtathletikszene darf sich freuen. Mit dem Schulendorfer Sprinter Stefan Schwab, der bereits im März bei den deutschen Hallenmeisterschaften in Sindelfingen über die 60 Meter mit einer Zeit von 6,69 Sekunden einen hervorragenden 4. Platz belegte, bleibt dem Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verband (SHLV) ein Topathlet erhalten. „Ja das stimmt, ich hatte von dem TV Wattenscheid und dem SCC Berlin Angebote von zwei deutschen Topvereinen erhalten. Aber für mich war ein Wechsel nie ein Thema. Der TSV Schwarzenbek ist mein Heimatverein und für den will ich weiter an den Start gehen". Ein weiterer Grund ist der hervorragende Zusammenhalt unter den Athleten und die angenehme Athmosphäre auf den SHLV-Kaderlehrgängen, die nicht in allen Landesverbänden anzutreffen ist. „In Nordrhein-Westfalen gibt es an die 300 Kaderathleten, die kennen sich noch nicht einmal alle. Und in einigen neuen Ländern habe ich es erlebt, dass die Trainer gesiezt werden müssen. Das würde mir so nicht gefallen, da ist dann einfach eine zu große Distanz zum Trainer", so Schwab. Mit frischem Elan startet Stefan Schwab nun in die neue Freiluftsaison. Die Grundlagen dafür wurden in einem zweiwöchigen Trainingslager bei optimalen äußeren Bedingungen im spanischen Benidorm geschaffen, wo die kleine Trainingsgruppe unter der Leitung von Landessprinttrainer Dirk Richter intensiv Tempoläufe und Beschleunigung übte.

Selbst der einzige freie Tag wurde für eine achtstündige Bergwanderung genutzt, bei der 23 Kilometer zurückgelegt wurden. Zur Zeit paukt der stets gut gelaunte Lauenburger an der Bordesholmer Verwaltungsschule für seine Abschlussprüfung zur Beamtenlaufbahn, die Anfang Juni stattfindet. Das Training wird daher nach Vorgabe von Vater Hans-Jürgen unter der Leitung vom Bordesholmer Vereinstrainer Marco Neumann durchgeführt. Die Zusammenarbeit mit dem Vater als Trainer läuft schon seit der Kindheit sehr gut, doch es dauerte bis zum Ausbruch der Pubertät, bis Stefan selbst für sich erkannte, dass er im Sprint durchaus Talent hat. „Ich erinnere mich noch ganz genau, 2002 bei den Landesmeisterschaften der Schüler über die 100 Meter siegte ich in 11,64 Sekunden. Da wurde mein Ehrgeiz geweckt, und wir haben fortan mehr und intensiver trainiert und ich konnte auch ständig meine Zeiten verbessern". Inzwischen hat Stefan seine Bestzeit auf 10,45 Sekunden gesteigert und gehört damit zur nationalen Spitze. „Mit Tobias Unger, Marius Brüning und Ronny Oswald gibt es drei Läufer, die im Moment auch aufgrund ihres deutlich höheren Trainingsumfanges noch vor mir liegen. Danach gibt es eine Gruppe von fünf etwa gleich starken Läufern, zu denen ich mich auch zähle", so Schwab. Erstmalig in dieser Saison wird Stefan am 3. Mai beim Sportfest der LG Reinbek-Ohe an den Start gehen, weitere Saisonhöhepunkte sind die internationalen Sportfeste in Cuxhaven, Königswusterhausen und in Regensburg sowie ein U-23-Länderkampf in Rostock gegen Polen. Ganz nebenbei hat Stefan auch die Hoffnung auf eine Olympiateilnahme in Peking noch nicht aufgegeben. Am 7. Juli, dem Tag nach den deutschen Meisterschaften in Nürnberg, wird der Bundesausschuss Leistungssport die deutschen Teilnehmer benennen. Stefan hofft in den Endlauf bei der DM zu kommen und sich unter den ersten sechs zu platzieren. Für den Sprintbereich werden Bundestrainer Ronald Stein



und Teammanager Klaus Jacobs dem Ausschuss entsprechende Vorschläge unterbreiten. „Wenn alles gut läuft und ich eine tiefe 10,30-Zeit schaffe, mache ich mir zumindest Hoffnungen, als einer der sechs Läufer für die 4 x 100-Meter-Staffel benannt zu werden. Ich werde zumindest alles versuchen". Wenn es mit Peking nicht klappen sollte, ist dann aber die Weltmeisterschaft 2009 im Berliner Olympiastadion das erklärte Ziel für Stefan Schwab. „Das wäre der absolute Traum für mich, in Berlin zu starten, vor dem eigenen Publikum, so eine Chance wird es so schnell nicht wieder geben. Ich hoffe, nach meiner Abschlussprüfung meinen Trainingsumfang steigern zu können, um noch einen weiteren Leistungssprung zu schaffen". Eigentlich sollte das für den bekennenden Formel-Eins-, Michael-Schuhmacher- und Ferrari-Fan kein Problem sein. „Mich faszinieren schnelle Sachen", so Schwab, der nur allzu oft ganz in Anlehnung an sein Idol seine Gegner abhängt. Olaf Wegerich



Willkommene Abkühlung bei heißen Rennen: Sinika Timme am Wassergraben. Foto: Wegerich

LM Hindernis: Sommer, Sonne, Wasser und wenig Teilnehmer

Zeven, 11.05.2008. - Organisatorisch und zeitplanmäßig optimal in das zweitägige Pfingstsportfest in Zeven (Niedersachsen) waren die Landesmeisterschaften Hindernis eingebunden. Warum sich nicht mehr schleswig-holsteinische Läufer(innen) auf diese alternative Laufdisziplin wagen, bleibt angesichts des damit zusammenhängenden Spaßes und der Publikumswirksamkeit dieses spannenden und vor Überraschungen nie sicheren Wettbewerbs unverständlich.

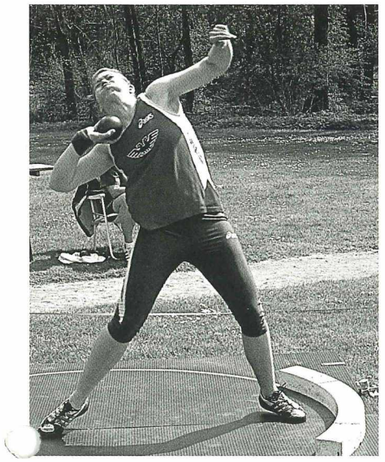
So zeigte sich gerade bei der weiblichen Jugend B mit der Neueinsteigerin Sinika Timme (LG Schleswig-Fahrdorf), die in 5:31,64 Min. auf den 2. Gesamtplatz lief, dass die 12 Hindernisse und 3 Wassergräben zu bewältigen sind. Nach Aussage der jungen Athletin wird sie im Laufe der Saison versuchen, weitere Hindernis-Wettbewerbe zu laufen, da ihr nur 1,64 Sek. für die „Quali" zur Deutschen Jugendmeisterschaft in Berlin und zum Meisterschaftsstandard fehlten. Leider war sie die einzige Läuferin aus SH in ihrer Altersklasse, die das Ziel erreichte, da Julia Riedemann (LBV Phönix Lübeck) bereits am 1. Wassergraben „verweigerte" und das Rennen aufgeben müsste.

Ein weiterer SH-Teilnehmer war Leif Schröder-Groeneveld (SC Gut-Heil Neumünster), der sich an diesem schönen Pfingstsonntag noch zu viel vorgenommen hatte. Ziel war die Unterbietung der DLV-Norm für die Junioren-WM in Bydgoszcz/Polen von 9:10 Min. – allerdings in der Männer-AK. Daher ging sein Vereinskamerad Hanno Bötel extrem schnell an und stieg nach 1 km aus. Doch es war Leif von Anfang an nicht möglich, den richtigen Schritt und seinen Rhythmus zu finden. Der Bamberger Felix Hentschel (Erster der Bundesbestenliste Junioren 2007 mit 8:57,72 Min.) lief ab 2000 m davon. Letztendlich stand eine Zeit von 9:40,05 Min. für Leif auf dem Timeboard. Auch er wird es sicher weiter versuchen.

Viele tolle Einzelergebnisse, Bestleistungen und DM-Qualifikationen wurden bei diesem Pfingstsportfest erzielt, bei dem auch das Wetter „mitspielte". Näheres unter lav-zeven.de. ati

Viel Sonne und gute Leistungen beim Meeting an der Ölmühle in Plön *27.04.08*

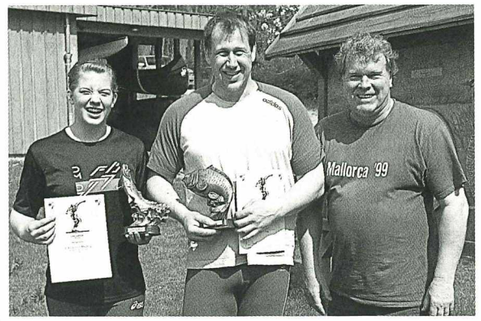
Fast schien es so, als wollte Petrus die Teilnehmer für das schlechte Wetter der letztjährigen dritten Auflage des Kugelstoßmeetings entschädigen. Oder hatte Veranstalter Wolf-Rüdiger Boyens einfach einen besonders guten Draht zum Wettergott? Jedenfalls trafen sich mehr als ein Dutzend Kugelstoßer/-innen auf der Wiese vor der Räucherei an der Ölmühle in Plön bei schönstem Wetter, um ihre Arbeitsgeräte in den blauen Himmel zu schicken. Aufgrund der Schwerkraft fielen natürlich auch bei dieser Gelegenheit alle Eisengeräte wieder zu Boden, bei einigen Teilnehmern aber erst nach einer weiteren Strecke als je zuvor. So stießen sowohl die Siegerin bei den Frauen, Claudia Kohnke, als auch deren Vereinskameradin Lisa Cosmus als Erstplatzierte bei der weiblichen Jugend A mit 13,65 m bzw. 12,90 m persönliche Bestleistungen. Claudia, die nur um 15 Zentimeter die Qualifikationsnorm für die Deutschen Meisterschaften in Nürnberg verfehlte, erhielt für ihre Leistung den Preis für die beste Weite aller weiblichen Starter, Lisa für ihre sehr gute Serie den Wanderpokal für die beste Gesamtweite aller Versuche im weiblichen Bereich. Zweite bei den Frauen wurde mit Jahresbestweite Mareike Becker (Phönix Lübeck) mit 11,02 m.



Verbesserungsfähige Technik, dennoch Bestleistung: Lisa Cosmus

Beide Preise für den männlichen Starterbereich heimste M35-Athlet Oliver Rohwer ein. Mit 15,19 m erzielte der Adlerträger die größte Tagesweite aller Teilnehmer und auch die Gesamtsumme aller Versuche erbrachte das höchste Tagesresultat.

Leider gab es keine jugendlichen Starter, so dass die Senioren die größte Startergruppe stellten. Helmut Smarsch erholte sich hier an der Schwentine nach dem anstrengenden Vortag, als er sowohl als Helfer als auch als Starter beim bestens besuchten Werfertag seines Vereins TSC Concordia Schönkirchen im Einsatz war. Mit 12,73 m war er dennoch nicht ganz zufrieden, hatte er sich doch eine Weite über 13 Meter vorgenommen. In der M65 sorgte Manfred Madsen (TSV Lensahn) mit 11,60 m für ein ansprechendes Resultat. Die M70 beherrschte Gerhard Deckner (Holsatia Kiel) mit 10,42 m.



Die Wanderpreisgewinner Lisa Cosmus und Oliver Rohwer freuen sich gemeinsam mit Veranstalter „Bo" Boyens.

In einer ganz ausgefallenen Wertung kam das Ehepaar Ingrid und Hans Holzknecht in einen besonderen Genuss. Für die größten Weiten der zusammen gerechneten Zentimeter nach dem Komma war ein Fischessen vor Ort bei Heino Bollow, dem Pächter der Räucherei, ausgelobt. Im männlichen Bereich war zwar Helmut Smarsch der Gewinner, er verzichtete aber, so dass Hans Holzknecht nachrückte. Bei den Frauen gewann dessen Frau Ingrid die Wertung und beide ließen sich die gereichten Köstlichkeiten schmecken.

Es bleibt die Hoffnung, dass die nächste Auflage dieses sehr liebevoll und mit großem Aufwand durchgeführten Meetings einen besseren Besuch erfährt. Verdient hat das die kleine Crew um den rührigen „Bo" Boyens jedenfalls. Vorgesehen sind der 1. Juni und der 13. Juli als Ölmühlenmeetings Nummer fünf und sechs.

Alle Ergebnisse sind zu finden unter: www.bos-fotoseite.de/kugel.htm UM

Rege Beteiligung in Schönkirchen

Die Leichtathletikabteilung der TSG Concordia Schönkirchen unter der Regie von Uwe Conrad hatte zum 1. Werfertag auf der neuen Anlage eingeladen. Viele Sportlerinnen und Sportler waren dem Aufruf an diesem schönen Sonnentag gefolgt und konnten den Veranstalter wegen der großen Resonanz positiv überraschen. 24 Vereine von Bergedorf bis Medelby, von Lübeck, Segeberg, Rendsburg oder aus dem Hamburger Raum hatten ca. 170 Meldungen abgegeben, so dass starke Teilnehmerfelder in den einzelnen Wurfdisziplinen zu verzeichnen waren. Aufgrund der hervorragenden Bedingungen konnten überwiegend sehr gute Ergebnisse von den Jugendlichen bis zum Seniorenbereich erzielt werden.

Nachfolgend auszugsweise Resultate aus der umfangreichen Ergebnisliste: Hammerwurf Christoph Teller, WTV, Männer 47,26 m; Manfred Hilpert, LG Rendsburg/Büdelsdorf, M 60 42,22 m; Horst Rosehr, TuS Lübeck, M 65 44,79 m; Heinz Brandt, TSV Klausdorf, M 75, 31,09 m; Mareike Becker bei den Frauen, LBV Phönix, 34,18 m; Claudia Kohnke, LBV Phönix, konnte sich bei den Frauen im Kugelstoßen mit 13,06 m und im Diskuswurf mit 44,13 m durchsetzen.

Das Kugelstoßen der Männer gewann Jens Pankuweit, TSG mit 12,60 m vor seinem Vereinskollegen Philipp Conrad Oliver Rohwer, LBV Phönix, M 35, siegte im Kugelstoßen mit 13,89 m und im Diskuswurf mit 39,01 m; Sarah Teller, WTV, wJB, wurde Siegerin im Hammerwurf mit 32,31 m und im Diskuswurf mit 22,44 m.

Bei der mJB gewann Fabian Poltrock, Kronshagen/KTB, mit 43,40 m Bei den Männern siegte Jens Pankuweit, TSG, mit 57,53 m vor seinen Vereinskollegen Philipp Conrad und Andy Bargholz Roy Brusenbauer, SV Friedrichsgabe, M40, 45,27 m. Im Diskuswettbewerb der Männer siegte Jens Pankuweit mit 39,97 m vor seinen Vereinskollegen Philipp, Lars und Andy Udo Speck, TSV Altenholz, M65, 37,41 m Edzard Siemens, TSV Medelby, M70, 35,62 m.

Im Werferfünfkampf konnte sich Helmut Smarsch vom Gastgeber als Sieger behaupten.

Mit beeindruckenden Leistungen konnte sich die W 15 Schülerin Tara Rohlfing von der LG Elmshorn präsentieren. Sie gewann den Diskuswurf mit 30,95 m, den Hammerwurf mit 34,44 m das Kugelstoßen mit 11,22 m sowie den Speerwurf mit 28,35 m. Damit avancierte Sie zur erfolgreichsten Teilnehmerin des Werfertages. Alles in allem war es eine gelungene Veranstaltung mit vielen tollen Leistungen. Die Beteiligten waren von der Anlage und von der Bewirtung angetan.

Aufgrund der vielen Teilnehmer in den einzelnen Gruppen wird bei künftigen Veranstaltungen das Hammerwerfen auf dem Friesenplatz stattfinden, um den Zeitplan entspannter gestalten zu können.

Der Veranstalter bedankt sich bei allen Sportlerinnen und Sportlern sowie bei den Betreuern, Trainern und Kampfrichtern, die durch ihre Unterstützung zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben. U. Peters

Begeisterung beim 30. Travelauf:

Laufklassiker feiert runden Geburtstag

Oldesloe, 13.04.08 - Es war ein wenig bezeichnend für die Traditionsveranstaltung, was Mohamed Chahed vom Laufwerk Hamburg, Zweiter des 21-Kilometer-Laufs, gegenüber den Organisatoren des 30. Oldesloer Travelaufs erklärte. Seinen Worten nach habe er vor genau fünf Jahren, nämlich am 13. April 2003, in Bad Oldesloe erstmals in seinem Leben an einem Langstreckenlauf teilgenommen und sei in den folgenden Jahren begeisterter Teilnehmer bei allen Traveläufen des Spiridon-Club Bad Oldesloe gewesen. Sehr gerne komme er wieder, so wie auch der älteste Teilnehmer in diesem Jahr, der 80jährige Herbert Buchwald von der LG Alsternord, der die zehn Kilometer scheinbar leicht bewältigte und im Ziel nach 1:08:48 Stunden noch sehr jugendlich wirkte.

Es gab eigentlich nur fröhliche Gesichter, trotz der bewältigten Anstrengungen bei den rund 300 Läuferinnen und Läufer, wie auch bei den gut 30 Kindern und Jugendlichen, die die Meilenstrecke absolvierten.

Die ersten Plätze beim 10-km-Lauf belegten die Bargteheider Stephan Bergmann in 33:18 Minuten vor Patrick Raabe in 34:40 Minuten. Bei den Frauen wurde Christin Liedtke aus Klein-Nordende in 38:26 Minuten Erste vor Nadja Willenborg vom SC Rönnau in 42:46 Minuten.

Auf der 21,1-Kilometer-Strecke, die gleichzeitig als Stormarner Kreismeisterschaft für die Halbmarathon-Distanz gewertet wurde, holten sich bei den Männern Daniel Pacher von der LTAF Ahrensburg mit 1:18:17 Stunden und bei den Frauen Dietlinde Schosnig von der SV Großhansdorf mit 1:34:40 Std. die Siegertitel des Jahres 2008.

Insgesamt waren rund 330 Teilnehmer gemeldet. Auch Petrus spielte mit und sorgte für einen sonnigen Ablauf bei moderaten Temperaturen und nur wenigen stärkeren Windböen. Alles in allem war es wieder eine tolle Laufveranstaltung, wozu ganz wesentlich die vielen Helferinnen und Helfer um Traute Dieterich, die im vergangenen Jahr die Organisation von Peter Baade übernommen hatte, beigetragen haben. Spiridon-Vorsitzender Dietrich Ehlers, der selbst die Halbmarathon-Strecke absolviert hatte, war rundum zufrieden mit der Veranstaltung.

Garrit Leemreijze

Auftakt der Werfer

Pinneberg, 01.05. - Beim traditionellen Himmelfahrtssportfest in Pinneberg verfehlte Claudia Kohnke (LBV Phönix Lübeck) ihre erst wenige Tage alte Bestmarke (44,13 m, aufgestellt in Schönkirchen) mit dem Diskus nur knapp. Bei den Frauen erzielte sie mit 44,08 m einen überlegenen Sieg. Beim Kugelstoßsieg reichten ihr 13,12 m zum Sieg, wobei Sie keinen Stoß richtig traf. Clubkameradin Lisa Cosmus ließ es nach einem Trainingsunfall noch recht vorsichtig angehen und erzielte mit Diskus und Kugel dennoch annehmbare Weiten von 37,05 m und 12,26 m. U.M.

Stade, 04.05. - Das gut besuchte Bahneröffnungssportfest in Stade brachte erneut einige herausragende Ergebnisse der Lübekker Werferinnen.

Im Diskuswerfen der Frauen musste sich Claudia Kohnke dabei mit 43,97 m zu 44,46 m der Alfelderin Katharina Mangels geschlagen geben. Dabei konnte Claudia erneut die im Einwerfen erzielten Weiten noch nicht im Wettkampf bestätigen, deutete aber ihr wahres Potenzial zumindest an.

Im Kugelstoßen drehte sie allerdings den Spieß um, als ihr mit 13,66 m innerhalb einer sehr guten Serie sogar eine Verbesserung der persönlichen Bestleistung um einen Zentimeter gelang. Ein 14-m-Stoß in Runde fünf war dieses Mal noch leider knapp ungültig. Dritte wurde mit ebenfalls neuer persönlicher Bestleistung Neu-Phönixerin Mareike Becker. Die Referendarin am Kieler Max-Planck-Gymnasium verbesserte sich mit der Kugel auf 11,12 m, nachdem ihr mit dem Diskus zuvor eine Saisonverbesserung auf 36,41 m geglückt war.

Die A-Jugendliche Malina Michalscheck vom TSV Altenholz verfehlte bei ihrem Sieg im Diskuswurf ihre Bestleistung mit 31,90 m noch knapp, entschädigte sich dafür aber mit dem ersten 10-m-Stoß als Zweite im Kugelstoßen (10,10 m). U.M.

3. Tarper Lauf in den Mai: 150 Langstreckler in Treenetal

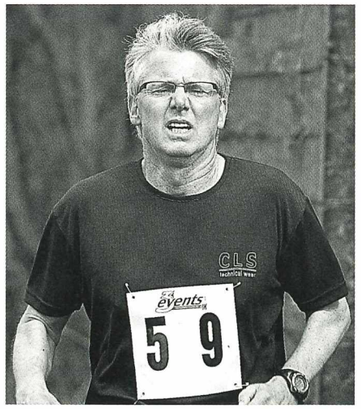
Marathonmüdigkeit aus den Beinen geschüttelt

Tarp, 01.05.08

Auf sportliche Weise begrüßten am Maifeiertag in Tarp die Langstreckenläufer den Wonnemonat Mai. - Bei der dritten Auflage des Laufes in den Mai genossen 150 Läuferinnen und Läufer die Frühlingsstimmung im Treenetal.

Während der Lauf am 1. Mai für viele Breitensportler erst den Saisonstart markierte, hatten einige andere Starter schon einen wichtigen Saisonhöhepunkt in den Beinen. Nur vier Tage nach dem Hamburg-Marathon wollten einige Marathonfreaks von Müdigkeit nichts wissen und standen in Tarp bereits wieder an der Startlinie. Die unermüdlichen Lauffans schüttelten sich den restlichen Muskelkater einfach beim Lauf durch das idyllische Treenetal-Ambiente aus den Beinen. Gleich mehrere Sportler, die am Sonntag noch 42,195 km durch Hamburg gerannt waren, konnten sich in Tarp bereits wieder im Spitzenfeld des Mailaufes platzieren.

Monika Schulze vom Handewitter SV zeigte sich sogar ausgeruht genug, um den Halbmarathon an der Treene zu gewinnen. In 1:41:48 Stunden ließ sie Sabine Bach (1:44:08 Std.) und Monika Olesen (1:49:38 Std.) sowie den Rest der weiblichen Konkurrenz hinter sich. Bei den Männern setzte sich mit dem Kieler Olaf Struck ebenfalls ein souveräner Sieger durch. Nach 1:19:43 Stunden überquerte der schnelle Mann aus der Landeshauptstadt den Zielstrich am Tarper Sportzentrum. Struck konnte seine Klassezeit allerdings mit weitaus relaxteren Beinen laufen, da sein letztes Rennen über die doppelte Distanz bereits im Februar bei seinem Sieg beim Kiel-Marathon stattgefunden hatte. Hinter dem Kieler kämpften mit deutlichem Abstand zum Führenden zwei Athleten um den zweiten Platz. Hier hatt am Ende der Elmshorner Maikel Rohwedder in 1:23:40 Stunden die Nase knapp vor Pascal Ribac (Rendsburger TSV/ 1:23:49 Std.).



Mit Arno Eckeberg-Fischer meldete sich auch in Tarp eine Laufgröße früherer Jahre nach langer Pause wieder zurück ins Geschehen. Foto: Kiefer

Ungewohnte Vereinsnamen erklangen bei der Siegerehrung des 10-km-Hauptlaufes, wo es durch Christian Schättiger und Farina König einen Doppelsieg für die LG Uni Konstanz zu beobachten gab. Für den männlichen Sieger war der Törn vom Bodensee in den Norden allerdings eine Reise in heimatliche Gefilde. Der 25-jährige Student besuchte seine ebenfalls laufbegeisterte Familie in Flensburg und gestaltete den Vatertag als Familienlauftag in Tarp, wo seine Eltern Anke und Eggert den Halbmarathon mitliefen. Mit dem unverhofften Sieg in 38:24 Minuten feierte Christian Schättiger seinen bislang größten Lauferfolg im Norden. Das Glück perfektionierte seine Freundin Farina König, die von der Schweizer Grenze mit in die nördliche Grenzregion gekommen war und sich bei den Frauen in 45:59 Minuten durchsetzte. Ergebnisse online unter www.mailauf-tarp.de. (npb)

Dithmarscher Kampfrichter gut gerüstet

Die ausgebildeten Kampfrichter mit den Lehrreferenten Kirsten Conrad und Helmut Lenz (links)

St. Michaelisdonn (spi) - Ohne Kampfrichter kann keine leichtathletische Veranstaltung stattfinden. Deshalb ist es für den Kreisleichtathletikverband immer ein dringendes Bedürfnis immer neue Kampfrichter auszubilden.

In St. Michaelisdonn wurden 19 neue Kampfrichter aus Dithmarscher Vereinen mit dem Regelwerk vertraut gemacht. Ausgebildet wurden die Teilnehmer von den lizenzierten Lehrreferenten Helmut Lenz und Kirsten Conrad. Sie sind Mitarbeiter des Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verbandes (SHLV).

In 21 Unterrichtseinheiten, zwei volle Tage, wurde den neuen Kampfrichter in Theorie und Praxis alles vermittelt, was sie für ihre neue Aufgabe benötigen. Dazu zählte die Regelkunde im Lauf-, Sprung- und Stoßwettkampfbereich sowie die Wettkampforganisation. „Wir haben auch Tipps zur Durchführung von Wettkämpfen gegeben", sagt Helmut Lenz. Die neuen Kampfrichter wurde in der St. Michler Realschule im theoretischen Bereich unterrichtet, die Praxis fand auf dem benachbarten Sportplatz statt. Hans-Günter und Traute Schoof hatten vor Ort alles gut organisiert. Helmut Lenz bemängelte lediglich die Qualität der Sportanlagen. „Da sollte die Gemeinde dringend etwas machen", rät der Experte. Die neuen Kampfrichter mussten sich zum Abschluss auch noch einer Prüfung unterziehen, die aber alle Dithmarscher bestanden. Sie dürfen jetzt nicht nur auf Kreisebene als Kampfrichter aktiv werden, sondern auch auf Landes- und Bundesebene. „Wir haben ja ein einheitliches Regelwerk", erklärte der Lehrwart. Der KLV verfügt jetzt über ein gutes Potenzial an Kampfrichtern. A. Spill

starte doch mal in . . .

Unter dieser Rubrik veröffentlichen wir auch Ihre Ausschreibung. Pro Druckzeile kostet dieser Service nur 0,80 € je Zeile. Mindestens jedoch 8,- €. 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 per email an:
startschuss@shlv.de oder per Briefpost an den SHLV, Redaktion „startschuß", Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel.
Die Abrechnung erfolgt über den SHLV. Für alle Ausschreibungen gilt der Hinweis, dass Ausrichter und Veranstalter keine Haftung für Schäden jeder Art übernehmen.

Stocksee

15. Abendlauf des TSV Stocksee am **31. Mai 2008.**

Strecken:
5,5 km Schnupperlauf – eben, Asphalt/Sand
10,2 km rund um den Stocksee – anspruchsvoll
21,1 km Halbmarathon, 2 x um den Stocksee, die Strecke ist vom SHLV vermessen und genehmigt.

Startzeiten:
5,5 km um 17.00 Uhr Laufen u. Walking
10,2 km um 17.10 Uhr Laufen
21,1 km um 17.30 Uhr Laufen

START und ZIEL: Dorfplatz in Stocksee (Ortsmitte).
Startgeld: 5,5 km – 5,- Euro / 10,2 km – 6,- Euro / 21,1 km – 9,- Euro; (5,5 und 10,2 km für Jugendliche bis 15 Jahre 3,- Euro).

Meldeschluss:
Mittwoch 28. Mai 2008, (Nachmeldungen am Veranstaltungstag sind bis 16.00 Uhr möglich), Nachmeldegebühr 3,- Euro.

Die drei Sieger/innen eines jeden Laufes erhalten Pokale. - Die ersten Drei jeder Altersklasse werden auf dem Dorfplatz geehrt. - Die ersten drei Walker erhalten Pokale, (ohne Altersklassenwertung). - Jeder Teilnehmer erhält eine Erinnerungsplakette.

Meldeanschrift und weitere Informationen: Doris Luttermann, Dorfstrasse 26, 24326 Stocksee, Tel. 0 45 26 / 12 92; Email: lauftreff-stocksee@gmx.de; Homepage : www.lauftreff-stocksee.de.

Heiligenhafen

20. Mitternachtslauf, Freitag, **25. Juli 2008,** 23.00 Uhr. Amtlich vermessene 10-km-Strecke durch die Stadt Heiligenhafen und rund um den Binnensee. Startgeld: 7,- EUR, Jugendliche 5,- EUR. Meldeschluß: 11. Juli 2008, Teilnehmerzahl: max. 1250, keine Nachmeldungen. Die Anmeldungen werden erst nach Eingang der Startgebühr bearbeitet. Auszeichnung: Pokale für die Sieger, Präsent für jeden Teilnehmer. Prämien für Streckenrekorde. Buntes Rahmenprogramm von ca. 20.00 Uhr bis 01.30 Uhr. Volksfeststimmung entlang der Strecke. Transponderzeitnahme der Fa. STGK. Anmeldungen: www.Mitternachtslauf.de oder Frank Meier, Seestrasse 3, 23774 Heiligenhafen.

Plön

5. Kugelstoß-Meeting an der Plöner Ölmühle, **01.06.2008:**

Der TSV Plön lädt ein zu einem weiteren Kugelstoß-Meeting. Das traumhafte Ambiente an der Schwentine beflügelt zu guten Ergebnissen. Teilnahme ab AK W/M 14 bis Senioren / Seniorinnen (Beginn: 11 Uhr). Nach einer Pause (ca. 90 min.), die durch ein Mittagessen mit Heino Bollows Räucherfisch verkürzt werden kann, besteht die Möglichkeit, einen zweiten Wettkampf durchzuführen, wenn die Teilnehmerzahl es zulässt (Heinos Fische schmecken am gernsten).

Aktuelle Auskünfte verrät die Homepage www.bos-fotoseite.de. Anfahrt aus Richtung Eutin: Ortseinfahrt Plön vor dem Hochhaus rechts (Räucherei), aus Richtung Kiel entsprechend Ortsausfahrt Plön (links).

Meldegebühren: Schüler 2,- € - Jugend 2,50 € - Sen. 3,- €.

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise und viel Erfolg

Schönkirchen

Einweihungssportfest der Sportanlagen in Schönkirchen. Am Samstag den **7. Juni 2008** auf dem Sportplatz Augustental von 12.00 Uhr bis 16.00 Uhr.

Wettbewerbe:
Vierkampf für W 10 - W 13
Vierkampf für M 10 - M 13
Dreikampf für W 8 und W 9
Dreikampf für M 8 und M 9
Dreikampf für Minis ab 5 Jahre

800 m alle Altersklassen:
E-Lauf über 3:00 Min.
D-Lauf zwischen 2:40 Min. und 3:00 Min.
C-Lauf zwischen 2:20 Min. und 2:40 Min.
B-Lauf zwischen 2:10 Min. und 2:20 Min.
A-Lauf unter 2:10 Min.

Kugelstoßen ab M30 bis M80
Kugelstoßen ab W30 bis W80

Einladungswettkampf Fünfkampf der Männer. Interessierte Sportler melden sich bitte frühzeitig unter uwe.concordia@yahoo.de.

Meldegebühren: Dreikampf 5 Euro; Vierkampf 6 Euro; Einzeldisziplinen 2 Euro. – Meldeschluss: 1. Juni 2008.

Zeitplan und weitere Info´s unter www.Leichtathletik-Schönkirchen.de.

Meldungen an Uwe Conrad, uwe.concordia@yahoo.de und in Einzelfällen Tel.: 04 31 / 72 48 15. Auszeichnungen: Urkunden, Medaillen und attraktive Preise in allen Altersklassen und Wettbewerben.

Trittau

Offene Kreismeisterschaften des KLV Stormarn für ältere Senioren (M/W 50 u. älter) am Sa., **05.07.2008** in Trittau, Sportplatz Großenseer Str., ab 14.30 Uhr.

Disziplinen: 100, 400, 1500, Weit, Hoch, Kugel, Diskus, Speer
Startgeb. € 2,50 pro Disz. (Nachm. + € 2,–)
Meldungen bis 02.07.2008 an H.G.Both, Tulpenweg 5, 22946 Trittau.

Rendsburger Laufwochenende

am 12. und 13. Juli 2008

Jetzt anmelden unter:

www.rd-lauf.de

www.rd-marathon.de

RD-LAUF

rd-marathon

5. Rendsburger Stadtlauf am 12. Juli 2008
ab 15.00 Uhr vom Schiffbrückenplatz mit Kinderschnupperlauf, FUN-Staffel, 5.000 m und 10.000 m

4. RD-Marathon am 13. Juli 2008
Start um 9.00 Uhr vom Schiffbrückenplatz mit Marathon, Halb- und Staffelmarathon

Stadtwerke Rendsburg
die NetzWerkstatt®
Volksbank-Raiffeisenbank im Kreis Rendsburg eG

Veranstalter: Arbeitsgemeinschaft Rendsburger Laufwochenende, RTSV, T.u.S. Rotenhof, BTSV

Brunsbüttel

Der 8. City-Lauf des VfB Brunsbüttel findet am Freitag, **20. Juni 2008** statt. Start u. Ziel ist auf dem Marktplatz an der Koogstraße. Ein amtl. vermessener Rundkurs von 5 km durch das Stadtgebiet ist ein-, bzw. zweimal zu durchlaufen.

Wettbewerbe u. Startfolge:
17.30: 5 km-Lauf für Schulen
18.15: 5 km-Jedermann-Lauf mit Wertung für die Schüler/innen-Klassen A –C
18.20: Race for Kids - ca. 500 m für Kinder bis Jahrgang 1997
19.00: 10 km-Lauf für alle Klassen

Zeitmessung erfolgt über Transponder, die mit den Startunterlagen ausgegeben werden. – Für die 3 Erstplatzierten weibl. oder männl. TN am 10 km-Lauf sind Geldpreise von jeweils 150,-, 100,- und 50,- Euro ausgesetzt. Klassensieger erhalten Pokale, alle TN Erinnerungsmedaillen.

Nähere Infos über www.citylauf-brunsbuettel.de www.citylauf-brunsbuettel.de. Anmeldungen über www.stgk.de.

Kiel-Holtenau

Freitag, 05.09.2008
15. e@syCredit Straßenlauf
6. Lauf zum Zippel's Kiel Cup

Veranstalter: TuS Holtenau von 1909 e. V., Nixenweg 4, 24159 Kiel, www.tus-holtenau.de.

Strecke: Einzigartige 5-km-Wendepunktstrecke vom Stadion, an den Hochbrücken vorbei, am Nord-Ostsee-Kanal entlang, zur Kieler Förde und um den Holtenauer Leuchtturm herum.

Wettbewerbe / Startzeit:

17:50 Uhr - Kurzstrecke 5 km - Zippel`s Schüler Cup

18:00 Uhr - **Hauptlauf 10 km**

Anmeldung unter: www.davengo.com und www.zippels.de. **Meldeschluss:** 25. August 2008. Teilnehmerbegrenzung von 750 Läuferlnnen.

Boren

18. Borener Meile - Straßenläufe über 1609,34 m - **Freitag, 11. Juli `08.**

Zeitplan:

19.00 Uhr	Lauf der Schüler C und D
19.15 Uhr	Lauf der Schülerinnen
19.30 Uhr	Lauf der Schüler A und B
19.40 Uhr	B-Lauf der Männer/ Senioren
19.50 Uhr	Frauen-Hauptlauf/ Jugend
20.00 Uhr	Männer-Hauptlauf/ Jugend

Start/Ziel: Schulstraße Boren, beim Sportplatz.
Strecke: Leicht wellige, gerade Wendepunktstrecke zwischen Boren und Klein Boren.

Startgeld: 3,- Euro Erwachsene / 2,- Eur Jugendliche. Nachmeldungen: Bis 1 Stunde vor Start gegen 2,- Euro Zuschlag.

Anmeldungen: bis 30.08. formlos oder mit Meldebogen an Borener SV, Niels-Peter Binder, Wagersrottstr. 17, 24392 Wagersrott, info@schleilauf.de, Tel.: 04 31 – 80 25 10. Weitere Infos unter www.schleilauf.de.

Anschriftenänderung

TuS Holtenau Kiel
Monika Drews-Soltau
Köhlstraße 6, 24159 Kiel
Tel.: 04 31/364 98 33
eMail: monika.drews@arcor.de

Mach' mit!
Leichtathletik macht Spaß!

LM Straßenlauf
20.04.2008 - Eckernförde

5-km-Lauf

Schülerinnen W15

1. Lekic, Nadja 1993 TSV Trittau	20:17
2. Markwardt, Milena 1993 Spiridon Bad Oldesloe	21:33
3. Falk, Hannah 1993 SG TSV Kronshagen/KTB	22:22
4. Scheibe, Lena 1993 LBV Phönix Lübeck	22:40

Schülerinnen W14

1. Rehberg, Maya 1994 SC Rönnau 74	19:20
2. von Brehm, Lena 1994 MTV Gelting 08	19:51
3. Schulz, Johanna 1994 LG Neumünster	19:56
4. Albertsen , Mareike 1994 TSV Doppeleiche Viöl	20:02
5. Behrens, Jessi 1994 SC GH Neumünster	22:08
6. Pippert, Melina 1994 TSV Klausdorf	22:13
7. Markwardt, Odilia 1995 Spiridon Bad Oldesloe	22:29
8. Ardelt, Desiré 1994 SG TSV Kronshagen/KTB	22:32
9. Kossen, Cara 1994 SC Rönnau 74	23:08
10. Kaiser, Nadine 1994 TSV Klausdorf	24:36
11. Vollertsen, Jule 1994 TSV Klausdorf	24:46
12. Bambas, Alina 1995 SC Rönnau 74	25:47

Schülerinnen A - Mannschaftswertung (5 km)

1. SC Rönnau 74	1:08:15
Rehberg, Maya (1994) 19:20 - Kossen, Cara (1994) 23:08 - Bambas, Alina (1995) 25:47	
2. TSV Klausdorf	1:11:35
Pippert, Melina (1994) 22:13 - Kaiser, Nadine (1994) 24:36 - Vollertsen, Jule (1994) 24:46	

Schüler M15

1. Beil, Svend-Bjarne 1993 SC GH Neumünster	17:53
2. Bittner, Rainer 1993 LG Tönning/St. Peter	17:54
3. Sönksen, Henrik 1993 LG MTV/GH Itzehoe	18:06
4. Ückert, Jascha 1993 Spiridon Bad Oldesloe	18:46
5. Meier, Gerwin 1993 SG TSV Kronshagen/KTB	18:52
6. Jarck, Mathias 1993 LG Rendsburg/Büdelsdorf	19:03
7. Bostelmann-Arp, Hendrik 1993 SC Rönnau 74	19:11
8. Peters, Gunde 1993 LG Tönning/St. Peter	19:33
9. Rathjens, Melf 1993 LG Tönning/St. Peter	19:34
10. Witte, Fabio 1993 LG Tönning/St. Peter	19:40
11. Rostock, Felix 1993 TSV Trittau	19:49
12. Lange, Moritz 1993 USC Kiel	19:50
13. Kayser, Arved 1993 TSV Trittau	20:33
14. Mohr, Maik 1993 LG Elmshorn	20:37

Schüler M14

1. Beckmann, Björn 1994 SC Rönnau 74	18:33
2. Stölting, Tim Lukas 1994 LG MTV/GH Itzehoe	18:51
3. Flägel, René 1995 SC Rönnau 74	19:22
4. Fritzke, Marcel 1995 LG Weiche-Adelby	19:38
5. Apitz, Jannick 1994 Eckernförder MTV	19:38
6. Friese, Felix 1994 LG Rendsburg/Büdelsdorf	19:44
7. Hamann, Ole 1994 LG Rendsburg/Büdelsdorf	19:48
8. Roggenkamp, Christian 1994 LG Dithm. Westküste	19:49
9. Carl, David 1994 MTV Horst	19:58
10. Albrecht, Julius 1994 SC Rönnau 74	20:42
11. Weinrich, Paul 1995 TSV Zarpen	20:44
12. Pawlowski, York 1994 SC Rönnau 74	20:48
13. Peters, Kai 1994 LG Dithm. Westküste	21:09
14. Wenck, Simon 1995 TuS Aumühle Wohltorf	21:31
15. Meyer, Drees 1995 TSV Zarpen	22:32
16. Schwartz, Thomas 1994 LG Dithm. Westküste	22:38
17. Bärschneider, Arian 1995 SC Rönnau 74 aufg.	

Schüler A - Mannschaftswertung (5 km)

1. LG Tönning/St. Peter	57:01
Bittner, Rainer (1993) 17:54 - Peters, Gunde (1993) 19:33 - Rathjens, Melf (1993) 19:34	
2. SC Rönnau 74	57:06
Beckmann, Björn (1994) 18:33 - Bostelmann-Arp, Hendrik (1993) 19:11 - Flägel, René (1995) 19:22	
3. LG Rendsburg/Büdelsdorf 58:35	
Jarck, Mathias (1993) 19:03 - Friese, Felix (1994) 19:44 - Hamann, Ole (1994) 19:48	
4. LG Dithm. Westküste 1:03:36	
Roggenkamp, Christian (1994) 19:49 - Peters, Kai (1994) 21:09 - Schwartz, Thomas (1994) 22:38	

10-km-Lauf
Weibliche Jugend A

1. Oelerich, Imke 1989 TSV Mildstedt	42:20
(keine Landesmeisterin, da Standard nicht erreicht)	
2. Schneider, Nadine 1989 LG Dithm. Westküste	46:41

Weibliche Jugend B

1. Prieske, Anna 1991 Spiridon Bad Oldesloe	40:18
2. Albrecht, Philine 1992 SC Rönnau 74	43:02
3. Burtchen, Emely 1991 MTV Gelting 08	43:34
4. Baade, Lena 1991 Spiridon Bad Oldesloe	44:08
5. Fritzke, Nathalie 1992 LG Weiche-Adelby	45:24
6. Harder, Bente 1992 Spiridon Bad Oldesloe	46:35
7. Unnold, Viviane 1992 TSV Nordmark Satrup	48:14

10-km-Lauf-Mannschaftswertung
Weibliche Jugend

1. Spiridon Bad Oldesloe 2:11:01	
Prieske, Anna (1991) 40:18 - Baade, Lena (1991) 44:08 - Harder, Bente (1992) 46:35	

männliche Jugend A

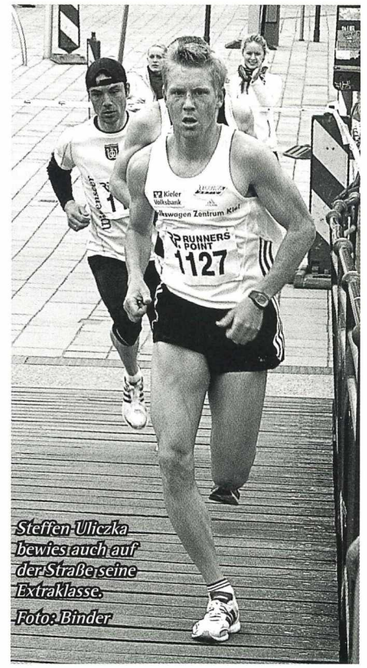
1. Meseck, Marian 1990 SC GH Neumünster	34:52
2. Nowigk, Tobias 1990 Halstenbeker TS	35:26
3. Wegers, Jonas 1989 MTV Heide	36:35
4. Scholties, Kevin 1990 SG TSV Kronshagen/KTB	36:55
5. Kleinpödszus, Tobias 1990 LG Elmshorn	39:15
6. Preußer, Timo 1990 SG Athletico Büdelsdorf	40:21
7. Schöning, Justus 1989 Spiridon Bad Oldesloe	43:31

männliche Jugend B

1. Rehberg, Kim 1991 SC Rönnau 74	34:41
2. Meier, Karsten 1991 SG TSV Kronshagen/KTB	35:07
3. Kampfenger, Philipp 1991 Spiridon Bad Oldesloe	37:46
4. Rehberg, Stig 1992 SC Rönnau 74	37:49
5. Nothbaar, Jan Hendrik 1991 LAV Husum	39:05
6. Konopka, Kevin 1992 TSV Dreldorf A/B	42:11
7. Borchardt, Bastian 1992 TSV Travemünde	42:59
8. Plewka, Mirco 1991 SC Rönnau 74	44:00
9. Schulz, Marc 1992 LG Neumünster	44:57

10-km-Lauf Mannschaftswertung
männliche Jugend

1. SC Rönnau 74	1:56:30
Rehberg, Kim (1991) 34:41 - Rehberg, Stig (1992) 37:49 - Plewka, Mirco (1991) 44:00	



Steffen Uliczka bewies auch auf der Straße seine Extraklasse. Foto: Binder

10-km-Lauf
Männer

1. Uliczka, Steffen 1984 SG TSV Kronshagen/KTB	30:16
2. Rantzow, Oleg 1977 THW Kiel	31:33
3. Schardin, Sven 1976 LBV Phönix Lübeck	32:42
4. Goineau, Volker 1987 SG TSV Kronshagen/KTB	32:53
5. Wessel, Maximilian 1985 SG TSV Kronsh./KTB	33:01
6. Henningsen, Dirk 1971 THW Kiel	33:10
7. Pohst, Jan-Philipp 1987 SG TSV Kronsh./KTB	34:00
8. Struck, Olaf 1968 LG Albatros Kiel	34:28
9. Hollmann, Jens 1968 LBV Phönix Lübeck	34:32
10. Wenck, Thomas 1961 TuS Aumühle-Wohltorf	34:44
11. Krüger, Carsten 1984 LG Märkisch-Oderland	34:48
12. Hoffmann, Christian 1970 SG Tantalus Kiel	35:05
13. Elias, Phillip 1988 SG TSV Kronshagen/KTB	35:32
14. Apitz, Lars 1968 MTV Gelting 08	35:34
15. Greschner, Ronny 1974 Borener SV	36:13
16. Rogalla, Roger 1964 Möllner SV	36:21
17. Bucholtz, Reinhard 1970 LBV Phönix Lübeck	36:31
18. Kühne, Michael 1968 Möllner SV	36:47
19. Massny, Peter 1955 TSV Neustadt	36:49
20. Ehlers, Stefan 1968 MTV Heide	36:50
21. Domnick, Klaus 1952 LG Neumünster	36:55
22. Petendorf, Matthias 1969 Möllner SV	36:59
23. Lechniak, Hubert 1986 SG TSV Kronsh./KTB	37:06
24. Pohlmann, Thies 1971 SG Athletico Büdelsdorf	37:07
25. Boldt, Lars 1968 MTV Heide	37:08
26. Hansen, Arne 1971 Spiridon Schleswig	37:09
27. da Silva, Adao Norte 1968 TSV Nahe	37:12
28. Sass, Stefan 1968 Borener SV	37:14
29. Pfingst, Michael 1968 MTV Heide	37:16
30. Schwarz, Holger 1960 SC Rönnau 74	37:17
31. Friedrichsen, Volker 1971 SV Enge-Sande	37:21
32. Gosch, Uwe 1954 LAV Husum	37:23
33. Gräper, Michael 1961 Möllner SV	37:24
34. Elsaßer, Ralf 1958 LG Elmshorn	37:27
35. Pirschel, Matthias 1978 LBV Phönix Lübeck	37:28
36. Dabrowski, Konrad 1973 SC Rönnau 74	37:30
37. Keppler, Bernd 1964 Möllner SV	37:36
38. Hassa, Dominik 1988 LBV Phönix Lübeck	37:43
39. Wendt, Mario 1973 LBV Phönix Lübeck	37:52
40. Graage, Jörg 1969 SV Enge-Sande	37:54
41. Wittfoht, Rüdiger 1964 Möllner SV	37:59
42. Bromberg, Norman 1968 Borener SV	38:15
43. Hülse, Günter 1968 MTV Heide	38:17
44. Blöcher, Martin 1963 LG Elmshorn	38:19
45. Paulsen, Jürgen 1955 MTV Heide	38:25
46. Grundmann, Jörg 1968 LBV Phönix Lübeck	38:40
47. Westphal, Jochen 1966 LG Elmshorn	38:46
48. Viersbach, Frank 1972 LG Albatros Kiel	38:51
49. Münch, Bernd 1964 Borener SV	38:59
50. Helbig, Thomas 1975 Borener SV	39:02
51. Demmel, Detlef 1970 SG Tantalus Kiel	39:09
52. Gaasch, Bernd 1962 Borener SV	39:16
53. Schiesewitz, Christoph 1982 SG TSV Kr'sh./KTB	39:26
54. Buhrke, Nils 1964 SG Tantalus Kiel	39:33
55. Nahnsen, Björn 1977 SV Enge-Sande	39:35
56. Knappe, Dietmar 1956 TSV Lütjenburg	39:36
57. Wundram, Heimo 1945 TSV Lütjenburg	39:46
58. Strube, Andreas 1950 TSB Flensburg	39:57
59. Hettmann, Jürgen 1956 SV Meddewade	39:58
60. Kühle, Oliver 1970 LTV Kiel-Ost	40:00
61. Ollmann, Martin 1971 Möllner SV	40:06
62. Quade, Jörg 1965 LBV Phönix Lübeck	40:12
63. Stähr, Andreas 1968 TSV Trittau	40:14
64. Gieb, Willi 1952 LG Neumünster	40:15
65. Wrage, Walter 1956 ALG-VfL Bokel	40:17
66. Nienhaus, Horst 1965 LAV Husum	40:19
67. Trapp, Michael 1970 LG Power-Schnecken-Kiel	40:34
68. Friedrich, Ralf 1963 TSV Lütjenburg	40:36
69. Wind, Jochen 1957 MTV Heide	40:46
70. Conrad, Stefan 1965 SG Tantalus Kiel	40:57
71. Rudies, Bernd 1963 Borener SV	41:10
72. Behrens, Florian 1986 ALG-VfL Bokel	41:26
73. Hansen, Ernst-Günter 1954 LG Elmshorn	41:39
74. Gremmel, Karl-Heinz 1947 TUS Holtenau Kiel	41:49
75. Rudolf, Werner 1958 SG Athletico Büdelsdorf	41:52
76. Wulf, Dirk 1948 SV Sülfeld	42:01
77. Müller, Matthias 1962 SG Athletico Büdelsdorf	42:04
78. Schmidt, Henning 1958 SV Großhansdorf	42:10
79. Behrens, Claus-Dieter 1959 ALG-VfL Bokel	42:11
80. Holst, Friedrich 1938 SV Rugenbergen	42:12
81. Beitat, Dr. Harald 1959 THW Kiel	42:24
82. Lehmann, Klaus 1976 LBV Phönix Lübeck	42:34
83. Sarembe, Andreas 1974 LG Weiche-Adelby	42:40
84. Schneider, Harry 1955 LG Dithm. Westküste	42:41
85. Carstensen, Tim 1967 LG Schleswig-Fahrdorf	42:43
86. Bausch, Thomas 1956 MTV Heide	42:46
87. Lehmann, Hendrik 1957 ALG-VfL Bokel	42:50
88. Portukat, Horst 1944 LG Rendsburg/Büdelsdorf	42:54
89. Sachtler, Michael 1974 Borener SV	43:03
90. Westphal, Peter 1940 TSV Travemünde	43:05
91. Nagowizyn, Wladimir 1953 LAV Husum	43:12
92. Schuster, Peter 1943 SV Friedrichsort	43:18
93. Molero-Membrilla, José 1941 Spirid. Schleswig	43:21
94. Koch, Sven 1956 LAV Husum	44:03
95. Peters, Jörg 1971 Spiridon Schleswig	44:25
96. Sals, Alwin 1947 MTV Heide	44:55
97. Philipp, Udo 1946 TSV Travemünde	44:58
98. Otte, Horst 1949 LG Weiche-Adelby	45:12
99. Best, Hans-Jörg 1963 LG Schleswig-Fahrdorf	45:40
100. Hansen, Uwe 1941 Spiridon Schleswig	45:41
101. Neitzel, Lorenz 1963 LG Elmshorn	45:49
102. Wachsmuth, Gerd 1938 Borener SV	45:52
103. Bolz, Stefan 1965 LAV Husum	45:53
104. Kurschus, Gerd 1948 LG Albatros Kiel	46:03
105. Johnsen, Uwe 1951 TSV Mildstedt	46:05
106. Urlaub, Harald 1936 TSV Dreldorf A/B	46:49
107. Schenck, Otto 1946 MTV Heide	46:58
108. Möller , Peter 1947 LG Rendsburg/Büdelsdorf	47:10
109. Falke, Hermann 1955 Borener SV	47:17
110. Schippels, Alfred 1935 TUS Holtenau Kiel	47:20
111. Freese, Carsten 1968 Borener SV	47:55
112. Huuck, Hermann 1939 Spiridon Bad Oldesloe	48:05
113. Beyer, Hartmut 1939 MTV Heide	48:29
114. Damerow, Bernd 1950 LG Neumünster	48:50
115. Torkler, Gerhard 1937 LG Rendsburg/Büdelsd.	50:49
116. Sump, Sigurd 1940 LG Neumünster	51:57
117. Albert , Dieter 1945 TSV Mildstedt	52:02
118. Bruhn , Ernst 1935 LG Rendsburg/Büdelsdorf	52:56
119. Thömimg, Johannes 1936 LG Rendsb./Büdelsd.	52:59
120. Schroeder, Norbert 1952 ALG-VfL Bokel	53:05

121. Sachtleben, Richard 1938 TUS Holtenau Kiel 53:35
122. Jacobs, Dieter 1938 TSV Travemünde 54:26
123. Wagner, Wolfgang 1946 LG Rendsb./Büdelsd. 54:56
124. Schaarschmidt, Wolfgang1935 SV Großhansd. 57:49

Männer M30

1. Rantzow, Oleg 1977 THW Kiel 31:33
2. Schardin, Sven 1976 LBV Phönix Lübeck 32:42
3. Greschner, Ronny 1974 Borener SV 36:13
4. Pirschel, Matthias 1978 LBV Phönix Lübeck 37:28
5. Helbig, Thomas 1975 Borener SV 39:02
6. Nahnsen, Björn 1977 SV Enge-Sande 39:35
7. Lehmann, Klaus 1976 LBV Phönix Lübeck 42:34
8. Sarembe, Andreas 1974 LG Weiche-Adelby 42:40
9. Sachtler, Michael 1974 Borener SV 43:03

Männer M35

1. Henningsen, Dirk 1971 THW Kiel 33:10
2. Hoffmann, Christian 1970 SG Tantalus Kiel 35:05
3. Bucholtz, Reinhard 1970 LBV Phönix Lübeck 36:31
4. Kühne, Michael 1968 Möllner SV 36:47
5. Petendorf, Matthias 1969 Möllner SV 36:59
6. Pohlmann, Thies 1971 SG Athletico Büdelsdorf 37:07
7. Hansen, Arne 1971 Spiridon Schleswig 37:09
8. Friedrichsen, Volker 1971 SV Enge-Sande 37:21
9. Dabrowski, Konrad 1973 SC Rönnau 74 37:30
10. Wendt, Mario 1973 LBV Phönix Lübeck 37:52
11. Graage, Jörg 1969 SV Enge-Sande 37:54
12. Viersbach, Frank 1972 LG Albatros Kiel 38:51
13. Demmel, Detlef 1970 SG Tantalus Kiel 39:09
14. Kühle, Oliver 1970 LTV Kiel-Ost 40:00
15. Ollmann, Martin 1971 Möllner SV 40:06
16. Trapp, Michael 1970 LG Power-Schnecken-Kiel 40:34
17. Peters, Jörg 1971 Spiridon Schleswig 44:25

Mannschaften M30/35

1. LBV Phönix Lübeck 1:46:41
   Schardin, Sven (1976) 32:42 - Bucholtz, Reinhard (1970) 36:31 - Pirschel, Matthias (1978) 37:28
2. Möllner SV 1:53:52
   Kühne, Michael (1968) 36:47 - Petendorf, Matthias (1969) 36:59 - Ollmann, Martin (1971) 40:06
3. SV Enge-Sande 1:54:50
   Friedrichsen, Volker (1971) 37:21 - Graage, Jörg (1969) 37:54 - Nahnsen, Björn (1977) 39:35
4. Borener SV 1:58:18
   Greschner, Ronny (1974) 36:13 - Helbig, Thomas (1975) 39:02 - Sachtler, Michael (1974) 43:03

Männer M40

1. Struck, Olaf 1968 LG Albatros Kiel 34:28
2. Hollmann, Jens 1968 LBV Phönix Lübeck 34:32
3. Apitz, Lars 1968 MTV Gelting 08 35:34
4. Rogalla, Roger 1964 Möllner SV 36:21
5. Ehlers, Stefan 1968 MTV Heide 36:50
6. Boldt, Lars 1968 MTV Heide 37:08
7. da Silva, Adao Norte 1968 TSV Nahe 37:12
8. Sass, Stefan 1968 Borener SV 37:14
9. Pfingst, Michael 1968 MTV Heide 37:16
10. Keppler, Bernd 1964 Möllner SV 37:36
11. Wittfoht, Rüdiger 1964 Möllner SV 37:59
12. Bromberg, Norman 1968 Borener SV 38:15
13. Hülse, Günter 1968 MTV Heide 38:17
14. Grundmann, Jörg 1968 LBV Phönix Lübeck 38:40
15. Westphal, Jochen 1966 LG Elmshorn 38:46
16. Münch, Bernd 1964 Borener SV 38:59
17. Buhrke, Nils 1964 SG Tantalus Kiel 39:33
18. Quade, Jörg 1965 LBV Phönix Lübeck 40:12
19. Stähr, Andreas 1968 TSV Trittau 40:14
20. Nienhaus, Horst 1965 LAV Husum 40:19
21. Conrad, Stefan 1965 SG Tantalus Kiel 40:57
22. Carstensen, Tim 1967 LG Schleswig-Fahrdorf 42:43
23. Bolz, Stefan 1965 LAV Husum 45:53
24. Freese, Carsten 1968 Borener SV 47:55

Männer M45

1. Wenck, Thomas 1961 TUS AUMÜHLE WOHLTORF 34:44
2. Schwarz, Holger 1960 SC Rönnau 74 37:17
3. Gräper, Michael 1961 Möllner SV 37:24
4. Blöcher, Martin 1963 LG Elmshorn 38:19
5. Gaasch, Bernd 1962 Borener SV 39:16
6. Friedrich, Ralf 1963 TSV Lütjenburg 40:36
7. Rudies, Bernd 1963 Borener SV 41:10
8. Müller, Matthias 1962 SG Athletico Büdelsdorf 42:04
9. Behrens, Claus-Dieter 1959 ALG-VfL Bokel 42:11
10. Beitat, Dr. Harald 1959 THW Kiel 42:24
11. Best, Hans-Jörg 1963 LG Schleswig-Fahrdorf 45:40
12. Neitzel, Lorenz 1963 LG Elmshorn 45:49

Mannschaften M40/45

1. MTV Heide 1:51:14
   Ehlers, Stefan (1968) 36:50 - Boldt, Lars (1968) 37:08 - Pfingst, Michael (1968) 37:16
2. Möllner SV 1:51:21
   Rogalla, Roger (1964) 36:21 - Gräper, Michael (1961) 37:24 - Keppler, Bernd (1964) 37:36
3. LBV Phönix Lübeck 1:53:24
   Hollmann, Jens (1968) 34:32 - Grundmann, Jörg (1968) 38:40 - Quade, Jörg (1965) 40:12
4. Borener SV I 1:54:28
   Sass, Stefan (1968) 37:14 - Bromberg, Norman (1968) 38:15 - Münch, Bernd (1964) 38:59
5. LG Elmshorn 2:02:54
   Blöcher, Martin (1963) 38:19 - Westphal, Jochen (1966) 38:46 - Neitzel, Lorenz (1963) 45:49
6. Borener SV II 2:08:21
   Gaasch, Bernd (1962) 39:16 - Rudies, Bernd (1963) 41:10 - Freese, Carsten (1968) 47:55

Männer M50

1. Massny, Peter 1955 TSV Neustadt 36:49
2. Gosch, Uwe 1954 LAV Husum 37:23
3. Elsaßer, Ralf 1958 LG Elmshorn 37:27
4. Paulsen, Jürgen 1955 MTV Heide 38:25
5. Knappe, Dietmar 1956 TSV Lütjenburg 39:36
6. Hettmann, Jürgen 1956 SV Meddewade 39:58
7. Wrage, Walter 1956 ALG-VfL Bokel 40:17
8. Wind, Jochen 1957 MTV Heide 40:46
9. Hansen, Ernst-Günter 1954 LG Elmshorn 41:39
10. Rudolf, Werner 1958 SG Athletico Büdelsdorf 41:52
11. Schmidt, Henning 1958 SV Großhansdorf 42:10
12. Schneider, Harry 1955 LG Dithm. Westküste 42:41
13. Bausch, Thomas 1956 MTV Heide 42:46
14. Lehmann, Hendrik 1957 ALG-VfL Bokel 42:50
15. Koch, Sven 1956 LAV Husum 44:03
16. Falke, Hermann 1955 Borener SV 47:17

Männer M55

1. Domnick, Klaus 1952 LG Neumünster 36:55
2. Strube, Andreas 1950 TSB Flensburg 39:57
3. Gieb, Willi 1952 LG Neumünster 40:15
4. Nagowizyn, Wladimir 1953 LAV Husum 43:12
5. Otte, Horst 1949 LG Weiche-Adelby 45:12
6. Johnsen, Uwe 1951 TSV Mildstedt 46:05
7. Damerow, Bernd 1950 LG Neumünster 48:50
8. Schroeder, Norbert 1952 ALG-VfL Bokel 53:05

Mannschaften M50/55

1. MTV Heide 2:01:57
   Paulsen, Jürgen (1955) 38:25 - Wind, Jochen (1957) 40:46 - Bausch, Thomas (1956) 42:46
2. LAV Husum 2:04:38
   Gosch, Uwe (1954) 37:23 - Nagowizyn, Wladimir (1953) 43:12 - Koch, Sven (1956) 44:03
3. LG Neumünster 2:06:00
   Domnick, Klaus (1952) 36:55 - Gieb, Willi (1952) 40:15 - Damerow, Bernd (1950) 48:50
4. ALG-VfL Bokel 2:16:12
   Wrage, Walter (1956) 40:17 - Lehmann, Hendrik (1957) 42:50 - Schroeder, Norbert (1952) 53:05

Männer M60

1. Wundram, Heimo 1945 TSV Lütjenburg 39:46
2. Gremmel, Karl-Heinz 1947 TUS Holtenau Kiel 41:49
3. Wulf, Dirk 1948 SV Sülfeld 42:01
4. Portukat, Horst 1944 LG Rendsburg/Büdelsdorf 42:54
5. Sals, Alwin 1947 MTV Heide 44:55
6. Philipp, Udo 1946 TSV Travemünde 44:58
7. Kurschus, Gerd 1948 LG Albatros Kiel 46:03
8. Schenck, Otto 1946 MTV Heide 46:58
9. Möller , Peter 1947 LG Rendsburg/Büdelsdorf 47:10
10. Albert , Dieter 1945 TSV Mildstedt 52:02
11. Wagner, Wolfgang 1946 LG Rendsburg/Büdelsdorf 54:56

Männer M65

1. Westphal, Peter 1940 TSV Travemünde 43:05
2. Schuster, Peter 1943 SV Friedrichsort 43:18
3. Molero-Membrilla, José 1941 Spiridon Schleswig 43:21
4. Hansen, Uwe 1941 Spiridon Schleswig 45:41
5. Huuck, Hermann 1939 Spiridon Bad Oldesloe 48:05
6. Beyer, Hartmut 1939 MTV Heide 48:29
7. Sump, Sigurd 1940 LG Neumünster 51:57

Männer M70

1. Holst, Friedrich 1938 SV Rugenbergen 42:12
2. Wachsmuth, Gerd 1938 Borener SV 45:52
3. Urlaub, Harald 1936 TSV Drelsdorf A/B 46:49
4. Schippels, Alfred 1935 TUS Holtenau Kiel 47:20
5. Torkler, Gerhard 1937 LG Rendsburg/Büdelsdorf 50:49
6. Bruhn , Ernst 1935 LG Rendsburg/Büdelsdorf 52:56
7. Thömimg, Johannes 1936 LG Rendsb./Büdelsdorf 52:59
8. Sachtleben, Richard 1938 TUS Holtenau Kiel 53:35
9. Jacobs, Dieter 1938 TSV Travemünde 54:26
10. Schaarschmidt, Wolfgang1935 SV Großhansdorf 57:49

Mannschaften M60und älter

1. MTV Heide 2:20:22
   Sals, Alwin (1947) 44:55 - Schenck, Otto (1946) 46:58 - Beyer, Hartmut (1939) 48:29
2. LG Rendsburg/Büdelsdorf1 2:20:53
   Portukat, Horst (1944) 42:54 - Möller , Peter (1947) 47:10 - Torkler, Gerhard (1937) 50:49
3. TSV Travemünde 2:22:29
   Westphal, Peter (1940) 43:05 - Philipp, Udo (1946) 44:58 - Jacobs, Dieter (1938) 54:26
4. TUS Holtenau Kiel 2:22:44
   Gremmel, Karl-Heinz (1947) 41:49 - Schippels, Alfred (1935) 47:20 - Sachtleben, Richard (1938) 53:35
5. LG Rendsburg/Büdelsdorf2 2:40:51
   Bruhn , Ernst (1935) 52:56 - Thömimg, Johannes (1936) 52:59 - Wagner, Wolfgang (1946) 54:56

10-km-Lauf Mannschaftswertung

Männer

1. SG TSV Kronshagen/KTB I 1:36:10
   Uliczka, Steffen (1984) 30:16 - Goineau, Volker (1987) 32:53 - Wessel, Maximilian (1985) 33:01
2. LBV Phönix Lübeck I 1:43:45
   Schardin, Sven (1976) 32:42 - Hollmann, Jens (1968) 34:32 - Bucholtz, Reinhard (1970) 36:31
3. SG TSV Kronshagen/KTB II 1:46:38
   Pohst, Jan-Philipp (1987) 34:00 - Elias, Phillip (1988) 35:32 - Lechniak, Hubert (1986) 37:06
4. THW Kiel 1:47:07
   Rantzow, Oleg (1977) 31:33 - Henningsen, Dirk (1971) 33:10 - Beitat, Dr. Harald (1959) 42:24
5. Möllner SV I 1:50:07
   Rogalla, Roger (1964) 36:21 - Kühne, Michael (1968) 36:47 - Petendorf, Matthias (1969) 36:59
6. MTV Heide I 1:51:14
   Ehlers, Stefan (1968) 36:50 - Boldt, Lars (1968) 37:08 - Pfingst, Michael (1968) 37:16
7. Borener SV I 1:51:42
   Greschner, Ronny (1974) 36:13 - Sass, Stefan (1968) 37:14 - Bromberg, Norman (1968) 38:15
8. Möllner SV II 1:52:59
   Gräper, Michael (1961) 37:24 - Keppler, Bernd (1964) 37:36 - Wittfoht, Rüdiger (1964) 37:59
9. LBV Phönix Lübeck II 1:53:03
   Pirschel, Matthias (1978) 37:28 - Hassa, Dominik (1988) 37:43 - Wendt, Mario (1973) 37:52
10. SG Tantalus Kiel 1:53:47
    Hoffmann, Christian (1970) 35:05 - Demmel, Detlef (1970) 39:09 - Buhrke, Nils (1964) 39:33
11. LG Elmshorn 1:54:32
    Elsaßer, Ralf (1958) 37:27 - Blöcher, Martin (1963) 38:19 - Westphal, Jochen (1966) 38:46
12. SV Enge-Sande 1:54:50
    Friedrichsen, Volker (1971) 37:21 - Graage, Jörg (1969) 37:54 - Nahnsen, Björn (1977) 39:35
13. Borener SV II 1:57:17
    Münch, Bernd (1964) 38:59 - Helbig, Thomas (1975) 39:02 - Gaasch, Bernd (1962) 39:16
14. MTV Heide II 1:57:28
    Hülse, Günter (1968) 38:17 - Paulsen, Jürgen (1955) 38:25 - Wind, Jochen (1957) 40:46
15. LG Albatros Kiel 1:59:22
    Struck, Olaf (1968) 34:28 - Viersbach, Frank (1972) 38:51 - Kurschus, Gerd (1948) 46:03
16. TSV Lütjenburg 1:59:58
    Knappe, Dietmar (1956) 39:36 - Wundram, Heimo (1945) 39:46 - Friedrich, Ralf (1963) 40:36
17. LAV Husum 2:00:54
    Gosch, Uwe (1954) 37:23 - Nienhaus, Horst (1965) 40:19 - Nagowizyn, Wladimir (1953) 43:12
18. SG Athletico Büdelsdorf 2:01:03
    Pohlmann, Thies (1971) 37:07 - Rudolf, Werner (1958) 41:52 - Müller, Matthias (1962) 42:04
19. LBV Phönix Lübeck III 2:01:2[illegible]
    Grundmann, Jörg (1968) 38:40 - Quade, Jörg (1965) 40:1[illegible] - Lehmann, Klaus (1976) 42:34
20. ALG-VfL Bokel 2:03:54
    Wrage, Walter (1956) 40:17 - Behrens, Florian (1986) 41:26 - Behrens, Claus-Dieter (1959) 42:11
21. Spiridon Schleswig 2:04:55
    Hansen, Arne (1971) 37:09 - Molero-Membrilla, José (1941) 43:21 - Peters, Jörg (1971) 44:25
22. LG Neumünster 2:06:00
    Domnick, Klaus (1952) 36:55 - Gieb, Willi (1952) 40:15 - Damerow, Bernd (1950) 48:50
23. Borener SV III 2:10:05
    Rudies, Bernd (1963) 41:10 - Sachtler, Michael (1974) 43:03 - Wachsmuth, Gerd (1938) 45:52
24. MTV Heide III 2:14:39
    Bausch, Thomas (1956) 42:46 - Sals, Alwin (1947) 44:55 - Schenck, Otto (1946) 46:58
25. LG Rendsburg/Büdelsdorf1 2:20:53
    Portukat, Horst (1944) 42:54 - Möller , Peter (1947) 47:10 - Torkler, Gerhard (1937) 50:49
26. TSV Travemünde 2:22:29
    Westphal, Peter (1940) 43:05 - Philipp, Udo (1946) 44:58 - Jacobs, Dieter (1938) 54:26
27. TUS Holtenau Kiel 2:22:44
    Gremmel, Karl-Heinz (1947) 41:49 - Schippels, Alfred (1935) 47:20 - Sachtleben, Richard (1938) 53:35
28. LG Rendsburg/Büdelsdorf II 2:40:51
    Bruhn , Ernst (1935) 52:56 - Thömimg, Johannes (1936) 52:59 - Wagner, Wolfgang (1946) 54:56

Frauen

1. Tiedemann, Anke 1975 SG TSV Kronshagen/KTB 37:11
2. Becker, Verena 1977 SG TSV Kronshagen/KTB 39:12
3. Pohlmann, Ruth 1977 SG Athletico Büdelsdorf 39:31
4. Nüser, Katharina 1987 Wellingdorfer TV 40:50
5. Nielsen, Gunda 1963 TSV Glücksburg 09 41:12
6. Koch, Trixi 1976 LG Power-Schnecken-Kiel 41:24
7. Carstensen, Angelika 1961 MTV Heide 41:39
8. Flecken, Margarete 1960 TSV Lütjenburg 41:51
9. Peters, Gesine 1971 LBV Phönix Lübeck 41:53
10. Rogge, Brigitte 1962 LBV Phönix Lübeck 42:00
11. Huckfeldt, Katja 1979 LG Elmshorn 42:18
12. Bartsch, Nicole 1988 SG Athletico Büdelsdorf 42:26
13. Dörschner, Christine 1975 SG TSV Kronsh./KTB 42:53
14. Dahl, Regina 1978 Borener SV 43:32
15. Reinke, Birgit 1958 LTV Kiel-Ost 43:38
16. Kaack, Heike 1958 SG Athletico Büdelsdorf 43:56
17. Warming, Anita 1956 MTV Leck 44:09
18. Erichsen, Levke Ose 1962 LTV Kiel-Ost 44:31
19. Thiel, Birgit 1983 LG Elmshorn 44:40
20. Berg, Maren 1971 LG Schleswig-Fahrdorf 45:01
21. Scheibe, Susanne 1958 LBV Phönix Lübeck 45:29
22. Cappus, Cornelia 1953 SV Großhansdorf 45:32
23. Arnold, Marion 1963 TUS Holtenau Kiel 45:44
24. Peter, Imke 1969 MTV Heide 46:20
25. Hoppe, Caroline 1968 LTV Kiel-Ost 46:52
26. Dilba, Heike 1945 TUS Holtenau Kiel 46:54
27. Sellmer, Kirsten 1968 LG Weiche-Adelby 46:59
28. Daniels, Birte 1967 MTV Heide 47:07
29. Wermke-Roggenkamp, Sabine1963MTV Heide 47:08
30. Riechmann, Mareike 1969 MTV Heide 47:52
31. Thomsen, Elke 1948 Spiridon Schleswig 48:27
32. Kollmeyer, Kathrin 1973 ALG-VfL Bokel 49:26
33. Clausen, Ulrike 1966 LAV Husum 49:30
34. Thomsen, Sandra 1967 TSV Drelsdorf A/B 50:56
35. Jeromin-Tegen, Sabine 1958 SG Athl. Büdelsdorf 51:03
36. Liborius, Doris 1957 SV Großhansdorf 51:05
37. Becker , Waldtraut 1949 LG Albatros Kiel 51:05
38. Heinrich, Sabine 1951 SV Großhansdorf 51:19
39. Horst, Renate 1942 Eckernförder MTV 51:51
40. Bolz, Manuela 1964 LAV Husum 51:54
41. Jung, Gertrud 1957 MTV Heide 53:09
42. Timme, Anke 1954 LG Schleswig-Fahrdorf 57:04
43. Peters, Tanja 1974 LG Schleswig-Fahrdorf 1:01:59
44. Kales, Helga 1944 TSV Lütjenburg 1:07:35

Frauen W30

1. Tiedemann, Anke 1975 SG TSV Kronshagen/KTB 37:11
2. Becker, Verena 1977 SG TSV Kronshagen/KTB 39:12
3. Pohlmann, Ruth 1977 SG Athletico Büdelsdorf 39:31
4. Koch, Trixi 1976 LG Power-Schnecken-Kiel 41:24
5. Dörschner, Christine 1975 SG TSV Kronshagen/KTB 42:53
6. Dahl, Regina 1978 Borener SV 43:32
7. Peters, Tanja 1974 LG Schleswig-Fahrdorf 1:01:59

Frauen W35

1. Peters, Gesine 1971 LBV Phönix Lübeck 41:53
2. Berg, Maren 1971 LG Schleswig-Fahrdorf 45:01
3. Peter, Imke 1969 MTV Heide 46:20
4. Riechmann, Mareike 1969 MTV Heide 47:52
5. Kollmeyer, Kathrin 1973 ALG-VfL Bokel 49:26

Frauen W40

1. Hoppe, Caroline 1968 LTV Kiel-Ost 46:52
2. Sellmer, Kirsten 1968 LG Weiche-Adelby 46:59
3. Daniels, Birte 1967 MTV Heide 47:07
4. Clausen, Ulrike 1966 LAV Husum 49:30
5. Thomsen, Sandra 1967 TSV Drelsdorf A/B 50:56
6. Bolz, Manuela 1964 LAV Husum 51:54

Frauen W45

1. Nielsen, Gunda 1963 TSV Glücksburg 09 41:12
2. Carstensen, Angelika 1961 MTV Heide 41:39
3. Flecken, Margarete 1960 TSV Lütjenburg 41:51
4. Rogge, Brigitte 1962 LBV Phönix Lübeck 42:00
5. Erichsen, Levke Ose 1962 LTV Kiel-Ost 44:31
6. Arnold, Marion 1963 TUS Holtenau Kiel 45:44
7. Wermke-Roggenkamp, Sabine1963 MTV Heide 47:08

Mannschften W30-W45

Frauen W50

1. Reinke, Birgit 1958 LTV Kiel-Ost 43:38
2. Bartsch, Magrit 1954 SG Athletico Büdelsdorf 43:39
3. Kaack, Heike 1958 SG Athletico Büdelsdorf 43:56
4. Warming, Anita 1956 MTV Leck 44:09
5. Scheibe, Susanne 1958 LBV Phönix Lübeck 45:29
6. Jeromin-Tegen, Sabine 1958 SG Athl. Büdelsdorf 51:03
7. Liborius, Doris 1957 SV Großhansdorf 51:05
8. Jung, Gertrud 1957 MTV Heide 53:09
9. Timme, Anke 1954 LG Schleswig-Fahrdorf 57:04

Frauen W55

1. Cappus, Cornelia 1953 SV Großhansdorf 45:32
2. Becker , Waldtraut 1949 LG Albatros Kiel 51:05
3. Heinrich, Sabine 1951 SV Großhansdorf 51:19

Frauen W60

1. Dilba, Heike 1945 TUS Holtenau Kiel 46:54
2. Thomsen, Elke 1948 Spiridon Schleswig 48:27
3. Kales, Helga 1944 TSV Lütjenburg 1:07:35

Frauen W65

1. Horst, Renate 1942 Eckernförder MTV 51:51
(Landesmeisterin, Standard erreicht)

Mannschaften W50 und älter

1. SG Athletico Büdelsdorf 2:18:38
   Bartsch, Magrit (1954) 43:39 - Kaack, Heike (1958) 43:56 - Jeromin-Tegen, Sabine (1958) 51:03
2. SV Großhansdorf 2:27:56
   Cappus, Cornelia (1953) 45:32 - Liborius, Doris (1957) 51:05 - Heinrich, Sabine (1951) 51:19

10-km-Lauf Mannschaftswertung Frauen

1. SG TSV Kronshagen/KTB 1:59:16
   Tiedemann, Anke (1975) 37:11 - Becker, Verena (1977) 39:12 - Dörschner, Christine (1975) 42:53
2. SG Athletico Büdelsdorf 2:05:36
   Pohlmann, Ruth (1977) 39:31 - Bartsch, Nicole (1988) 42:26 - Bartsch, Magrit (1954) 43:39
3. LBV Phönix Lübeck 2:09:22
   Peters, Gesine (1971) 41:53 - Rogge, Brigitte (1962) 42:00 - Scheibe, Susanne (1958) 45:29
4. LTV Kiel-Ost 2:15:01
   Reinke, Birgit (1958) 43:38 - Erichsen, Levke Ose (1962) 44:31 - Hoppe, Caroline (1968) 46:52
5. MTV Heide 2:15:06
   Carstensen, Angelika (1961) 41:39 - Peter, Imke (1969) 46:20 - Daniels, Birte (1967) 47:07
6. SV Großhansdorf 2:27:56
   Cappus, Cornelia (1953) 45:32 - Liborius, Doris (1957) 51:05 - Heinrich, Sabine (1951) 51:19
7. MTV Heide 2:28:09
   Wermke-Roggenkamp, Sabine (1963) 47:08 - Riechmann, Mareike (1969) 47:52 - Jung, Gertrud (1957) 53:09
8. LG Schleswig-Fahrdorf 2:44:04
   Berg, Maren (1971) 45:01 - Timme, Anke (1954) 57:04 - Peters, Tanja (1974) 1:01:59

LM Gehen
05.04.2008 - Kiel

Männer M65

5000 m Gehen Endlauf

1. Heinz Rudolf 43 SV Friedrichsgabe 34:29,62 Min.
2. Holger Ramlau 43 THW Kiel 38:49.09 Min.

Männer M70

5000 m Gehen Endlauf

1.UweGatermann 38 LBV Phönix Lübeck 33:01,16 Min.
2.Klaus Andresen 38 THW Kiel 37:11,28 Min.

Frauen W40

5000 m Gehen Endlauf

1. Antje Kahr 66 THW Kiel 27:33,64 Min.

20. Senioren-Jahres-mehrkampfwettbewerb 2007

M 35

1. Stefan Lück, SV Großhansdorf 3.690
2. Stefan Moczkuhn, LG Dithmarscher Westküste 2.723

M 40

1. Stefan Bolz, LAV Husum 2.756
2. Rüdiger Heerde, LG Dithmarscher Westküste 2.578
3. Hans- Jürgen Dethmann, LG Dithm. Westküste 2.289

M 45

1. Willi Studt, Spiridon Club Bad Oldesloe 3.584
2. Carsten Massau, Gettorfer TV 3.315
3. Andreas Drahotta, LG Schönberg -W-S-K 3.121
4. Peter Alexnat, LG Dithmarscher Westküste 2.909
5. Karsten Beeck, LG Dithmarscher Westküste 2.638
6. Matthias Jakob, SV Großhansdorf 2.468
7. Harald Mohr, LG Dithmarscher Westküste 2.250
8. Horst- Dieter Ahrens, LG Dithmarscher Westküste 2.199
9. Volkhard Hemke, LG Dithmarscher Westküste 2.157

M 50

1. Holger Kriedel, Ahrensburger TSV 3.661
2. Harry Schneider, LG Dithmarscher Westküste 2.836
3. Peter Geisler, Preetzer TSV 2.709
4. Horst Friedrichs, LG Dithmarscher Westküste 2.328
5. Bernd- Günther Nageler, SV Großhansdorf 1.843
6. Dietmar Brückner, LG Ditmarscher Westküste 1.725

M 55

1. Lothar Zander, Halstenbeker Turnerschaft 2.777
2. Michael Kummer, Ahrensburger TSV 2.723
3. Hubert Peikert, LG Dithmarscher Westküste 2.679
4. Manfred Hamann, SV Großhansdorf 2.610
5. Hans- Joachim Becker, Halstenbeker TS 2.490
6. Norbert, Jochimsen, LG Dithmarscher Westküste 2.392
7. Jürgen Klinger, Halstenbeker Turnerschaft 2.339
8. Peter Gnau, LG Dithmarscher Westküste 2.305
9. Dietmar Grigutsch, LG Dithmarscher Westküste 2.287
10. Klaus- Jürgen Paulsen, LG Dithmarscher Westk. 2.096

M 60

1. Manfred von Lojewski., TSV Westerland 3.451
2. Willi Heindl, SV Großhansdorf 3.235
3. Siegmar Schweda, SV Großhansdorf 2.653
4. Reimer Peters, LG Dithmarscher Westküste 2.523
5. Dieter Albert, TSV Mildstedt 2.355
6. Wolfgang Dörbandt, LG Dithmarscher Westküste 2.272
7. Horst Winkler, Ahrensburger TSV 2.020
8. Bernd Claußen, LG Dithmarscher Westküste 1.986

M 65

1. Udo Speck, TSV Altenholz 3.532
2. Walter Fraemke, Wyker Turnerbund 2.921
3. Uwe Peterson, LG Dithmarscher Westküste 2.638
4. Friedhelm Hollmann, Wittenseer SV 2.314
5. Jens Nielsen, Halstenbeker Turnerschaft 2.280
6. Heinz Studier, Halstenbeker Turnerschaft 2.205
7. Reinhard Brock, Ahrensburger TSV 2.199
8. Hans- Dirk Nürnberger, Halstenbeker TS 1.956
9. Horst Dangeleit, LG Dithmarscher Westküste 1.192

M 70

1. Gerhard Deckner, NDTSV Holsatia Kiel 3.378
2. Wilhelm Hassler, LG Schönberg -W-S-K 3.038
3. Carlo Hagge, Preetzer TSV 2.589
4. Horst C. Koeppen, Ahrensburger TSV 2.416
5. Jürgen Netz, LG Schönberg-W-S-K 2.371
6. Uwe Schmidt-Grimm, SV Großhansdorf 2.290
7. Wolfgang Schaarschmidt, SV Großhansdorf 2.102
8. Boje von der Heide, LG Dithmarscher Westküste 2.061
9. Gerhard Schauer, Ahrensburger TSV 2.047
10. Klaus Hadenfeldt, Halstenbeker Turnerschaft 2.014
11. Hans- Jürgen Biel, LG Dithmarscher Westküste 1.826

M 75

1. Horst-Friedrich Schliffke, TSV Medelby 2.708
2. Helmut Schaller, Halstenbeker Turnerschaft 2.246
3. Robert Schmidt, Halstenbeker Turnerschaft 2.036

M 80

1. Werner Plöger, Ahrensburger TSV 2.039
2. Karl- Heinz Kliefoth, Halstenbeker Turnerschaft 1.815

W 35

1. Viola Bornemann, Halstenbeker Turnerschaft 3.024

W 40

1. Tamara Rogge, Ahrensburger TSV 2.879
2. Manuela Bolz, LAV Husum 2.703
3. Monika Moczkuhn, LG Dithmarscher Westküste 2.465
4. Birge Wagner, LG Dithmarscher Westküste 2.456
5. Katrin Prüss, Halstenbeker Turnerschaft 2.369
6. Karin Rau, LG Dithmarscher Westküste 2.357
7. Ursula Lewke, LG Dithmarscher Westküste 2.295
8. Karen Bojens, LG Dithmarscher Westküste 2.213
9. Martina Arndt, LG Dithmarscher Westküste 2.107
10. Martina Woreschke, Halstenbeker Turnerschaft 2.082

W 45

1. Katja Berend, SV Großhansdorf 3.441
2. Ute Staack, LG Dithmarscher Westküste 2.456
3. Birgit Peters, LG Dithmarscher Westküste 2.374

W 50

1. Heike Kulda, LG Dithmarscher Westküste 2.521
2. Rosemarie Röntgen, LG Schönberg-W-S-K 2.399
3. Elke Hamann, SV Großhansdorf 2.337
4. Barbara Schmidt, Halstenbeker Turnerschaft 2.218
5. Maren Jansen, LG Dithmarscher Westküste 1.857

W 55

1. Ingrid Schadewald, LG Schönberg -W-S-K 2.569
2. Inge Wegers, LG Dithmarscher Westküste 2.311
3. Edith Martens, LG Dithmarscher Westküste 2.098
4. Ursula Thießen, LG Dithmarscher Westküste 1.925
5. Karin Harder, Halstenbeker Turnerschaft 1.882
6. Telse, Meinert, LG Dithmarscher Westküste 1.705

W 65

1. Antje Kaufmann, Halstenbeker Turnerschaft 2.075
2. Hildburg Rahlff- Wüst, Halstenbeker TS 1.971
3. Heidi Studier, Halstenbeker Turnerschaft 1.901
4. Ursula Peterson, LG Dithmarscher Westküste 1.702
5. Anneliese Hoyer, Halstenbeker Turnerschaft 1.663
6. Doris Eggers, SV Großhansdorf 1.645

W 70

1. Christa Eschenbach, SV Großhansdorf 1.939
2. Erika Jech, LG Dithmarscher Westküste 1.597
3. Elsbeth Höfs, Halstenbeker Turnerschaft 1.548
4. Hilde Busch, LG Dithmarscher Westküste 1.502

W 75

1. Lore Tiedemann, LG Alte Salzstrasse 2.086
2. Ilse Kliefoth, Halstenbeker Turnerschaft 1.203

W 80

1. Ilse Küchler, Halstenbeker Turnerschaft 1.254
2. Berta Schmidt, Halstenbeker Turnerschaft 1.217