

Inhalt	Seite
Vorwort	2
Jahreshauptversammlung	3
Der neue Vorstand	4
Förderverein	6
Ovag	7
Trainingslager Aktive	8
Trainingslager Jugend	10
Wintertrainingslager zwischen den Jahren	12
Zirkusfreizeit	13
Stadioncross	16
Interview mit Dana und Bernd	20
Hallensaison Aktive & Jugend	22
Hallensaison Kids	29
Skifreizeit Team Holger	33
Skifreizeit der Brettl-Fans	34
Putztag	36
Erste-Hilfe-Kurs	37
Sportabzeichen	37
Termine 2. Halbjahr 2024	37
Fitness-Party	38
Neues Gesicht – Chrissi Ziche	39
Kursspezial – Wohlfühgewicht	39
Erfolge 2023/2024 des TSV und der LG ovag	40
Hallenbestenliste 2023/2024 der LG ovag	42
Hallenbestenliste 2023/2024 des TSV	44

Impressum

Herausgeber:

TSV 1885 Friedberg-Fauerbach e.V. Am Runden Garten 17 • 61169 Friedberg Telefon: 0 60 31 / 62300 • Fax: 0 60 31 / 67 27 60 3 tsvff@gmx.de • www.tsv-friedberg-fauerbach.net

Redaktion:

Julia Nestle, Michael Wiener, Hans Moder **Redaktionelle Beträge an:** julia.nestle@gmx.de

Sprint gesponsort von:

Wetterauer Druckerei Am Kindergarten 1 • 61169 Friedberg-Fauerbach info@wdfb.de



Die Sprint ist klimaneutral produziert und auf umweltfreundlichem FSC-Papier gedruckt!

>> Vorwort

Hallo und herzlich willkommen zur neuesten Ausgabe unserer Vereinszeitung!
Sie ist vollgepackt mit Geschichten, Bildern und Neuigkeiten aus unserem Vereinsleben. Mach' es Dir gemütlich und tauche ein in die bunte Welt unseres Vereins!

So ein Vorwort für unsere "Sprint" zu formulieren ist immer eine besondere Sache. Worum soll es diesmal thematisch gehen? Ich werde nicht müde, daran zu appellieren, Dich ehrenamtlich in Deinem Verein zu engagieren.

Dieses Engagement kann sehr vielfältig sein. Zum Beispiel benötigen wir Hilfe von Grafikdesignern oder wenigstens einer/ einem, der bei der Erstellung einer Präsentation des TSV für die aktuelle Sponsorensuche helfen kann. Außerdem benötigen



wir dringend Unterstützung im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit. Es wäre von unschätzbarem Wert, wenn Du Dich angesprochen fühlst, unser Vereinsgeschehen für Presse und weitere Medien aufzuarbeiten. Wir suchen immer fleißige helfende Hände für unsere Sportveranstaltungen auf dem Burgfeld.

Du siehst Dein Wirken mehr administrativ? Dann unterstütze uns gern bei der Arbeit im Vorstand.

Und keine Angst, alle bringen so viel ein, wie es möglich ist, um weiterhin eine gute Balance zwischen anderen privaten Interessen und dem Vereinsleben zu haben.

Auch wenn ich mich an dieser Stelle wiederhole: Ehrenamt macht glücklich!

Die in Deutschland installierte Vereinskultur ist einzigartig auf der Welt. Die Möglichkeit, Teil dieser lebendigen Gemeinschaften zu sein, bereichert das Leben ungemein. Die Vielfalt der Aktivitäten und die engen sozialen Bindungen machen das Vereinsleben zu einer unvergleichlichen Erfahrung. Möglicherweise resultieren all diese Erfahrungen in Begegnungen, die ein Leben lang halten. Ob es sich um eine langjährige Freundschaft handelt oder sogar um die Liebe des Lebens, die in diesem Umfeld entsteht. Begegnungen, die ohne die Vereinsgemeinschaft unerreichbar wären. Das Schönste daran ist, dass der gemeinsame Wunsch, Sport zu treiben, alle vereint. Teile Deine Stärken für die Gemeinschaft in unserem Verein. Gib etwas zurück von dem, was du ehrenamtlich von uns erhältst. Wir geben gerne – es liegt in unserer Natur! Doch wir freuen uns noch mehr über die Mithilfe aller, um gemeinsam zum Erfolg zu gelangen.

Unsere Vereinskultur ist ein lebendiges Beispiel für Solidarität, Zusammenhalt und gegenseitige Unterstützung. Egal, ob es darum geht, gemeinsam auf dem Sportplatz zu stehen, besondere Events in unserer Sporthalle zu organisieren oder weitere Projekte zu realisieren – wir sind stärker, wenn wir zusammenarbeiten.

Es ist wichtig, dass wir die Werte unserer Vereinskultur hochhalten und weitergeben. Lasst uns auch weiterhin gemeinsam daran arbeiten, unseren Verein zu einem Ort zu machen, an dem sich jeder willkommen und geschätzt fühlt.

Ich möchte hiermit also allen engagierten Mitgliedern für ihre unermüdliche Unterstützung danken und Euch alle ermutigen, aktiv an unserem Vereinsleben teilzunehmen. Eine kurze Mail an info@tsvff.de und wir besprechen schon bald Deine Vision für die Mithilfe beim TSV.

Ich lade Dich nun ein, Dich zurückzulehnen und auf eine Reise durch die Vielfalt unseres Vereinslebens zu begeben – diese Ausgabe hat für jeden etwas zu bieten. Viel Spaß beim Entdecken und Erleben!

Alles Gute und viele Grüße Bianca Hofmann Vorstandssprecherin

>> TSV-Jahreshauptversammlung 2024

An einem Freitagabend Mitte April fand die TSV-Jahreshauptversammlung 2024 statt. Wie immer hatte der Vorstand des Traditionsvereins seine Berichte über das abgelaufene Jahr 2023 parat, nachdem der Ehrenvorsitzende Ortwin Faatz sowie die Ehrenmitglieder begrüßt und eine Schweigeminute für Verstorbene abgehalten wurden. Zunächst berichtete Christian Weber, Vorstand Verwaltung und Gebäude, über seinen Bereich, in



Blick auf die TSV-Mitglieder während der Jahreshauptversammlung.

dem sich einiges getan hat und weiter tun wird im laufenden Geschäftsjahr. Neben den Einsparungen durch die Umrüstung auf eine energiesparende LED-Beleuchtung (2000kWh Stromersparnis) hat die Photovoltaikanlage 28.100kWh Strom erzeugt. Optisch hat sich auch etwas verändert: Der Anstrich in der großen Halle wurde erneuert. Im Außenbereich wurden Putz und Bretter am alten Anbau saniert. Außerdem berichtete Weber, dass das Jahr 2024 weiter im Zeichen des Bauens steht. Großes Projekt ist hier der Umbau der Toilettenanlagen zu dringend benötigten, weiteren Umkleidekabinen. Aber auch die Erneuerung des Bodens am alten Eingang und die Dachreparaturen am alten Anbau sind für den TSV wichtige Bauprojekte.



Komplett: Der TSV-Vorstand mit neu besetztem Posten "Vorstand Verwaltung" in Person von Sebastian Baumann (Mitte).

Im März gab es zudem einen Putztag, an dem viele Mitglieder mit angepackt und die Halle entrümpelt, neu organisiert und geputzt haben.

Vorstand Breitensport, Hans Moder, hatte eine positive Mitgliederentwicklung in seinem Bereich zu verkünden. In den Fitnesskursen beispielsweise hat der Verein im Vergleich zum Jahr davor 60 neue Mitglieder hinzugewonnen. Hier bietet der TSV aktuell 23 Gruppen mit 13 Übungsleitern an, 231 Mitglieder kommen regelmäßig in die Kurse. Im Reha-Sport gab es ebenfalls einen deutlichen Anstieg auf jetzt 69 Mitglieder und 205 Teilnehmer mit Verordnungen. In diesem Bereich stehen acht Übungsleiter für 16 Gruppen zur Verfügung. Im Breitensport sind Kurs- und Mitgliederzahlen stabil geblieben. Einen Rekord vermeldete Hans Moder bei der Sportabzeichen-Abnahme. Hier machten 82 Sportlerinnen und Sportler mit, so viele wie noch

Im Jahr 2023 wurden den Leistungssportlern Trainingslager in Pilsen, Pesaro und das traditionelle Wintertrainingslager zwischen den Jahren in der TSV-Turnhalle angeboten. Außerdem konnte der zuständige Vorstand Lars Hieronymi zahlreichen Veranstaltungen mit TSVbzw. LG-Teilnahme vermelden, sei es die Sportlerehrung der Stadt Friedberg, wo 54 Athleten und Athletinnen geehrt wurden, die Saisonabschlussfeier oder der Adventsnachmittag vom Förderverein im Dezember. Auch auf dem Burgfeld war in der letzten Freiluftsaison einiges los. Gemeinsam mit Sponsor Ovag wurden der 2. Stadioncross und der Sprint Cup ausgerichtet. Dazu kamen die gemeinsamen Kreismeisterschaften mit dem Hoch- und Main-Taunus-Kreis, die Bahneröffnung und die Hessischen Polizeimeisterschaften, die der TSV auf dem Burgfeld ausrichtete. Mit seinem Dank an die Sponsoren Wetterauer Druckerei, Stadt Friedberg, Sparkasse Oberhessen, TSV-Förderverein und Ovag schloss Lars Hieronymi seinen Bericht, bevor es mit den Ehrungen weiterging.

Geehrt für seine Erfolge wurde mit der DLV-Bestennadel in Gold Sprinter Steven Müller. Mit Silber ausgezeichnet wurden



Vorstand Leichtathletik Lars Hieronymi (links) und Sprecherin Bianca Hofmann (rechts) ehren die erfolgreichen Sportler.

Jörg Czekalla, Oliver Kurtz, Jürgen Speidel, Bernd Lachmann, Tim Dillemuth, Anna Hülsmann, Manuel Christof, Dana Prada, Lukas Zorn, Marlon John, Peer Michel Hagen, Khaled Abbassi, Jonas Smolka und Lars Hieronymi. Die bronzene Ehrennadel gab es für Amelie Tortell, Stella Choi, Katharina Discher und Ben Gerlach. Die sportlichen Erfolge in 2023 mit einem WM-Titel, EM-Bronze, zehn Medaillen bei Deutschen Meisterschaften, drei Medaillen bei den deutschen Hochschulmeisterschaften und zum Beispiel auch 173 Kreismeistertitel sprechen für sich.

Wie auf jeder Jahreshauptversammlung wurden auch einige TSV-ler für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt. 25 Jahre im Verein sind Waltraut Demuth, Katja Gehrke, Julia Nestle, Janis Leon Schmidt und Adolf Schwarz. Für stolze 40 Jahre Mitgliedschaft ausgezeichnet wurden Bernd Dillemuth, Christoph Ecke, Patrick Ecke und Michael Weber.

Torsten Ilge, Vorstand Finanzen, legte den Jahresabschluss mit gutem Überschuss vor. Danach wurde der neue Vorstand Verwaltung gewählt. Die Position bekleidet ab sofort Sebastian Baumann.



Bianca Hofmann und Hans Moder (rechts) mit den geehrten Mitgliedern Bernd Dillemuth und Janis Leon Schmidt.

>> Der neue Vorstand im Porträt -

kleine Fragerunde an die neuen Mitglieder des Vorstands bzw. Beirats

Name, Vorname: Kleinpaß, Stefanie Alter: 54 Jahre Wohnort: Friedberg Seit wann bist du beim TSV: 2005

Welche Funktion(en) hast

du: Abteilungsleitung Fitness- und Gesundheitssport, Übungsleiterin Reha und diverse Kurse

Wie beschreibst du dich in einem Satz: Ich liebe es, mich zu bewegen und freue mich, wenn ich in meinen Sportstunden etwas von meiner Begeisterung weitergeben kann. Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Der Verein ist trotz seiner Größe sehr familiär und unbürokratisch. Seine Ausstattung ist super und die vereinseigene Halle ist stets sehr gepflegt und mutet fast wie ein zweites Zuhause an. Das färbt auch auf unsere tollen Teilnehmer und Mitglieder ab, die einfach die Besten sind! Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Dass wir die Coronakrise ohne weitere Einbußen an Übungsleitern und Mitgliedern

überstehen und bald wieder unser sensationelles Fitness-Start-up

stattfinden lassen können!!

Name, Vorname: Hieronymi, Lars Alter: 28 Jahre Wohnort: Frankfurt Seit wann bist du beim



Welche Funktion(en) hast du: Vorstand Leichtathletik

Wie beschreibst du dich in einem Satz: Mit dem Kopf durch die Wand hat doch schon immer funktioniert.

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Gegenfrage: Wo findest du so viele großartige Menschen an einem Ort?

Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Ich wünsche mir, dass der Verein auch weiterhin ein großes Sportangebot schaffen kann. Vor allem für Kinder und Jugendliche soll es ein stabiles Umfeld mit vielen Angeboten geben. Weiterhin wünsche ich mir, dass wir den Leistungssportbereich in der Leichtathletik ausbauen können.

Name, Vorname: Moder, Hans Alter: 71 Jahre Wohnort: Friedberg Seit wann bist du beim

TSV: Seit 1990 Welche Funktion(en) hast du: Ich bin Vereinsfunktionär: von 1996-2011 Vorstand Gebäude, ab 2011 bis heute Vorstand Breiten- und Gesund-

heitssport Wie beschreibst du dich in einem Satz: Ich versuche, nie aufzugeben! Leider kann ich meine Emotionen nicht immer unter Kontrolle halten.

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Der TSV ist für mich der beste Verein der Welt, weil er wichtiger Teil des Stadtteils Fauerbach ist und somit ein prägendes Element von dem, was ich unter Heimat verstehe.

Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Dass der Verein auch zukünftig den gleichen Stellenwert hat wie heute und sich stetig fortentwickelt.

Name, Vorname: Decher Alexander Alter: 24 Jahre Wohnort: Darmstadt Seit wann bist du beim TSV: seit ca. 15 Jahren



Welche Funktion(en) hast du: Ich bin tätig als Trainer und Jugendwart Wie beschreibst du dich in einem Satz: Wenn ich etwas für mich entdecke, gebe ich immer 110%.

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Weil man, obwohl es kein kleiner Verein ist, doch fast jeden irgendwie kennt.

Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Ich wünsche mir viel Mut und Offenheit für Neues.

Name, Vorname: Hofmann, Bianca Alter: 51 Jahre

Wohnort: Friedberg Seit wann bist du beim TSV: 2001

Welche Funktion(en) hast

du: Vorstandssprecherin, Trainerin Breiten-, Gesundheits- und Reha-Sport Wie beschreibst du dich in einem Satz: Ich bin von Grund auf fröhlich, glücklich und immer hoch motiviert sowie gut gelaunt.

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Komische Frage, weil's so ist! Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Weitere viele erfolgreiche Athlet:innen und weiterhin viel Spaß beim gemeinsamen Sporttreiben. Name, Vorname: Baumann, Sebastian Alter: 43 Jahre Wohnort: Friedberg

Seit wann bist du beim

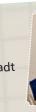
TSV: 2022

Welche Funktion(en) hast du:

Vorstand Verwaltung und ein wenig IT Wie beschreibst du dich in einem Satz: Ich bin ein aufgeschlossener und neugieriger Mensch, der mit einer ruhigen Gelassenheit auch in herausfordernden Situation einen klaren Kopf behält, um gute Entscheidungen treffen zu können Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Zeigt mir einen besseren mit netteren Menschen und schönerer

Sporthalle:-) Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Weiterhin viele sportliche Erfolge, zufriedene Mitglieder & dass wir die Chancen der Digitalisierung für den Verein nutzen, um Pro-

zesse zu vereinfachen und unsere Kommunikationskanäle zu stärken.





Name, Vorname: Wiener, Sandra Alter: 38 Jahre

Wohnort: Einmal Fauerbach, immer Fauer-

bach! :-)

Seit wann bist du beim TSV: 1993

Welche Funktion(en) hast du: Abteilungsleiterin Leichtathletik und seit 2002 Trainerin in der Kinderleicht-

athletik Wie beschreibst du dich in einem Satz: Ich bin immer und überall mit Begeisterung und Leidenschaft dabei. Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Weil ich hier den Mann fürs Leben kennengelernt habe ♥ Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Dass wir uns sportlich weiterentwickeln, unser Vereinsgedanke weiterlebt und wir auch in Zukunft eigene Veranstaltungen durchführen können. Dafür müssen wir das ehrenamtliche Engagement fördern und fordern!

Name, Vorname: Broistedt, Hendrijk Alter: 64 Jahre Wohnort: Friedberg Seit wann bist du beim TSV: 2014

Welche Funktion(en) hast du: Abteilungsleiter Reha-Sport Wie beschreibst du dich in einem Satz: Im Team erreicht man vieles und ich bin gerne Teil von einem zielstrebigen

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Die Kreativität, das Engagement und die gegenseitige Unterstützung derer, die sich im Verein und für den Verein einsetzen macht den TSV zum Weltmeister.

Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Für den Verein wünsche ich mir, dass wir weiterhin ein so breites und vielseitiges Angebot bieten können und, wie bisher, immer die Chance nutzen etwas neues auszuprobieren.

Name, Vorname: Weber, Christian Alter: 44 Jahre Wohnort: Reichelsheim / Weckesheim

Seit wann bist du beim TSV: Eigentlich schon immer,

offiziell seit 1983 Welche Funktion(en) hast du: Vorstand Gebäude und Technik

Wie beschreibst du dich in einem Satz: Ich bin ein positiv eingestellter Mensch, jederzeit hilfsbereit, geht nicht gibt's

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Im Dorf verankert und in der Welt unterwegs

Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Weiterhin ein lockeres miteinander und Erfolge im Leistungssport.

Name, Vorname: Margraf, Susanne Alter: 38 Jahre Wohnort: Friedberg Seit wann bist du beim TSV: Seit meinem

7. Lebensjahr Welche Funktion(en) hast du: Trainerin der U12 und Abteilung Wettkampforganisation

Wie beschreibst du dich in einem Satz: Ich bin offen, hilfsbereit, freue mich immer wieder Neues zu erleben und zu lernen.

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: Weil man dort die tollsten Leute kennenlernt und viel Spaß haben kann

Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Das er noch gaaaaanz lange besteht :-)

Name, Vorname:

Ilge, Torsten Alter: 59 Jahre

Wohnort: Wölfersheim Seit wann bist du beim

TSV: 01.04.1983

Welche Funktion(en) hast du:

Vorstand Finanzen

Wie beschreibst du dich in einem Satz: Gewissenhaft, systematisch, sportlich und trinke trotzdem ganz gerne mal 'nen Wein.

Warum ist der TSV der beste Verein der Welt: So viele Erfolge für einen Verein dieser Größe – na wenn das nicht einzigartig ist.

Was wünschst du dir für die Zukunft unseres Vereins: Erfolgreicher Leistungssport, gepaart mit Spaß an sportlicher Aktivität und Gemeinschaft im Verein. Immer genügend Ehrenamtliche und weniger Bürokratie für Vereine unserer Größe. Sponsoren.



>> Hauptversammlung unseres TSV-Fördervereins

In den Clubraum des TSV waren zum 22. März die Mitglieder des "Fördervereins Freunde der Leichtathletik" zur Ordentlichen Hauptversammlung eingeladen. Wie Volker Weber, Gründungsinitiator und Vereinsvorsitzender in seiner Begrüßung den Teilnehmern mitteilte, kann der Förderverein mittlerweile auf 25 erfolgreiche Jahre zurückblicken.1999 hatten engagierte TSV-Mitglieder den eingetragenen Verein mit dem Ziel gegründet, dem Sportverein ergänzend zu den Mitgliedsbeiträgen Mittel zur Förderung der Leichtathletik zur Verfügung zu stellen.

Weber berichtete weiter, dass durch Beiträge, Privat- und Firmen-Spenden und vielfältige, ehrenamtlich ausgerichtete Veranstaltungen, inzwischen über

364.000 Euro erwirtschaftet und der Leichtathletik im TSV zur Verfügung gestellt werden konnten. Weber bedankte sich bei den Mitgliedern für ihren uneigennützigen Einsatz bei der Bewirtung von Sportfesten, der Ausrichtung von Weihnachtsmärkten, der Adventsnachmittage, der Sponsorenläufe bis hin zu Blutspendenaktionen.

Für das Jubiläumsjahr hat sich der Vorstand zum Ziel gesetzt, die Zahl der Fördermitglieder deutlich zu steigern und die Spendenaquise zu verstärken. Unter anderem dazu hat die Wetterauer Druckerei ein Infoblatt zur Auslage, unter anderem in der Turnhalle, entwickelt und kostenlos gedruckt (Siehe SPRINT 2/2023). "Leider stagnieren wir etwas, was die neuen Mitglieder angeht", sagt

Volker Weber. "Hier wäre es schön, wenn der ein oder andere mehr "JA" zu unserem Förderverein sagt."

Nach dem Bericht der Kassenverwalterin Ingrid Tropschuh, sowie dem uneingeschränkten Votum der Rechnungsprüfung (Hans-Joachim Müller und Jutta Stopka) wurden die Vorstandsmitglieder für 2023 einstimmig entlastet und der von Volker Weber vorgetragene Haushaltsvoranschlag für 2024 genehmigt. Da keine Neuwahlen erforderlich waren, setzt sich der Vereinsvorstand weiterhin zusammen aus (im Bild von links nach rechts): Schriftführer Patrik Schössow, Beisitzerinnen Anke Braun und Petra Brzezniak, 2. Vorsitzender Walter Slota. Kassenwartin Ingrid Tropschuh und 1. Vorsitzender Volker Weber.



Bilden den Vorstand des TSV-Fördervereins: Patrik Schössow, Anke Braun, Petra Brzezniak, Walter Slota, Ingrid Tropschuh und Volker Weber (von links).

Die interessierten Freunde der Leichtathletik und die anderen Vereinsmitglieder bzw. Förderer werden gebeten:

Werdet Mitglied mit oder ohne zusätzliche Spende.

Der Jahresmitgliedsbeitrag beträgt nur 24,00 Euro.

Eine zusätzliche Spende ist steuerlich absetzbar.

Wer die zusätzliche Spendenaktion unterstützen möchte, kann seine Spende unter dem Kennwort "25 Jahre Förderverein" an die Volksbank Mittelhessen (IBAN DE71 5139 0000 0084 6052 04), BIC VBMHDE5FXXX) tätigen. In diesem Fall kann das Jahr – für das die Spende ist – angegeben werden.



Sptimal heizen ohne fossile Brennstoffe!





>> Trainingslager der Aktiven in Chiclana de la Frontera

Am 4. April fanden sich die vier TSV-ler Anna Hülsmann, Lars Hieronymi, Manuel Christof und Tim Dillemuth mit Heimtrainer Volker Weber früh morgens, nach einer kurzen Nacht, am Frankfurter Flughafen ein. Das Ziel war klar: Mit dem ersten Flieger um fünf Uhr nach Jerez in Spanien, um von dort aus mit dem Mietwagen weiter nach Chiclana zu fahren. Nach kleineren Problemen mit dem Handgepäck, da das Porridge den Flüssigsprengstofftest nicht bestand, konnte nach einem kritischen Kontrollblick der Polizei das Gate zum Abflug aufgesucht werden.



In Spanien gelandet, klappte alles reibungslos. Die Koffer waren unmittelbar nach der Ankunft bei der Gepäckausgabe identifiziert worden, sodass es direkt weiter zum Verleih ging. Die Überlegungen, ob alle Athleten mit ihren prallgefüllten Koffern in das bestellte Auto passen würden, waren unbegründet, denn es wurden unbekannte Verhandlungskünste seitens der Athleten entdeckt, die ein Upgrade auf einen größeren Mietwagen möglich machten. Dieses war auch bitter nötig, wie sich im Anschluss herausstellen sollte. Nach erfolgreichem Einladen ging es mit einer vierzigminütigen Fahrt



auf die letzte Etappe der Anreise. Im Hotel angekommen stellten die Athleten beim Einchecken erneut ihre Verhandlungskünste unter Beweis, indem ein größeres Dreierzimmer (für unsere



männlichen Athleten) vereinbart werden konnte. Nach einer kurzen Inspektion der Zimmer wurde der örtliche Supermarkt aufgesucht. Weil bei dem elftägigen Aufenthalt im Hotel Valentin Sancti Petri "nur" eine Halbpension gebucht werden konnte, musste die wichtigste Mahlzeit zwischen den Trainingseinheiten selber zubereitet werden. Diese bestand in den meisten Fällen aus einem zusammengemixten Müsli-Obst-Joghurt, der genüsslich auf dem Balkon in der Mittagssonne verspeist wurde.

Der Tag war immer folgendermaßen gegliedert: Aufstehen, Frühstück, Hinfahrt zum Stadion, erste Trainingseinheit, Rückfahrt, kurze Regeneration im Pool mit anschließendem Mittagessen und im Anschluss die zweite Einheit,



Pool, Abendessen.

Das Korsett des Tages war somit ziemlich eng, da das Stadion zusätzlich zu dem neun Kilometer langen Anfahrtsweg lediglich bis 16 Uhr genutzt werden durfte; ab diesem Zeitpunkt war der Platz ausschließlich für die Nutzung der Trainingsgruppen des Heimatvereins vorgesehen. Abseits dieses kleinen

Makels trafen die Athleten sehr gute Rahmenbedingungen an. Ein Vorteil der konzentrierten Vereinsnutzung ab 16 Uhr war, dass der Platz bis dahin weitestgehend leer war und man die vollen acht Rundbahnen für die Laufeinheiten nutzen konnte. Während der Zeit im Stadion traf man in den Gesprächen freundliche, hilfsbereite Menschen, mit denen man sich ungeachtet der Sprachbarriere gut verstand.

Volker Weber entschloss sich im Vergleich zum Vorjahr, die Belastungsteuerung konservativer zu managen, indem sich die Einheiten von lockeren Einheiten zu Beginn über machbare Einheiten in der Mitte hin zu anstrengenden Einheiten zum Schluss steigerten. Hierbei wurde an zwei Tagen infolge jeweils eine Vor- und Nachmittagseinheit angesetzt und am dritten Tag lediglich eine Disziplin, um eine bessere Regeneration zu gewährleisten. Diese Strategie trug ihre Früchte, da - abseits von einigen Wehwehchen - alle Athleten gut trainieren konnten und sich vor der Wettkampfsaison den letzten Feinschliff abholten. Neben den Athleten war auch Trainer Volker Weber mit den erbrachten Leistungen und Zeiten sehr zufrieden, sodass der letzte Tag trainingsfrei war und die Athleten nochmal abschalten und die Füße hochlegen konnten, bevor der Alltag in Deutschland sie wieder fest im Griff hatte.



Im Vergleich zum letzten Jahr, wo einige Athleten erst kurz vor den ersten Wettkämpfen wieder richtig trainieren konnten, haben alle Athleten eine gute Grundlage gelegt und sind einen guten Schritt weitergekommen. Somit sollte einer erfolgreichen Saison nichts mehr im Weg stehen – das Fundament wurde jedenfalls in Chiclana de la Frontera gelegt.























>> Trainingslager des TSV in Bella Italia

Dieses Jahr ging es mit der Trainingsgruppe der U16/U18/U20 von Timo Slota und Holger Beims in südliche Gefilde. Zur Abwechslung fuhren die 20 Jugendlichen und ihre beiden Trainer für das alljährliche, diesmal allerdings 10-tägige, Frühlings-Trainingslager, nach Italien an die Adria. Verstärkt wurde die Gruppe von der U14 Trainerin Petra Brzezniak, die noch eine Athletin aus ihrer Gruppe mitbrachte, und Neutrainerin Judith Nagy.

Verteilt auf drei Minibusse (interne Namensgebung "Kerle Kiste", "Barbie Bus" und "Restis") ging es gen Süden und dann zehn Stunden immer geradeaus nach Lignano. Vor Ort gab es bestes Wetter, einen traumhaften Strand und eine Unterkunft mit steinharten Betten und Essen mit deutlichem Steigerungspotential.

Im Stadion, wo täglich zwei Trainingseinheiten abgehalten wurden, gab es bemerkenswerte Regeln, deren Einhaltung strengstens überwacht und kontrolliert wurde. So war das Benutzen des Rasenplatzes strengstens verboten, nicht mal für ein Gruppenfoto durfte er betreten werden, dafür war Diskus- und Speerwerfen auf Kunstrasen erlaubt. Andere Länder – andere Sitten.



Trainer Timo Slota (links) und seine Truppe im Stadion.

Als Ausgleich gab es Trainingseinheiten auf den Treppen der Stadiontribüne und im Sand am Strand, außerdem wurde das noch sehr kalte Meer täglich als Eistonnen-Ersatz zur Regeneration der ermüdeten Beinmuskulatur genutzt. An den für die Erholung wichtigen zwei trainingsfreien Tagen gab es einen Ausflug nach Venedig und aus giebige Zeit zum Chillen. Auf dem Rück-

weg fiel dann einer der Leihbusse mit Motorschaden aus, zum Glück konnten die betroffenen sechs Athletinnen im Bus der SG Wetterau, die parallel ihr Trainingslager am gleichen Ort verbrachten, den Rest der Strecke nach Hause fahren. An dieser Stelle noch einmal vielen Dank für die unkomplizierte Hilfe.

Die verbliebenen Teilnehmer packten dann sämtliches Gepäck in den größten der verbliebenen Minibusse – Spitzname "die Schrankwand" – in ihm wurde dann das umfangreiche Gepäck von 19 Teilnehmern untergebracht, ach ja 24 Personen konnte er auch transportieren, wobei die Stehplätze im Kofferraum besonders begehrt waren.



Teamfoto mit den Trainern Petra Brzezniak (hinten links), Holger Beims (hinten rechts) und Timo Slota (vorne rechts) am Strand, wo auch oft trainiert wurde.



Die Trainingsgruppe während der Überfahrt mit der Fähre nach Venedig.













zweiten Mal nach 2020 verbrachte wieder eine große Jugendgruppe des TSV einen Tag am Großkrotzenburger See in der Nähe von Hanau. Bei perfektem Sommerwetter hielten sich die 12 Jugendlichen und zwei Betreuer den größten Teil des Tages mit ihren zahlreichen mitgebrachten SUP's auf dem Wasser auf. An Land wurde gechillt, Spikeball gespielt und die deutschen Leichtathletikmeisterschaften, die zeitgleich in Kassel stattfanden, im Livestream verfolgt. Ohne große Schäden bei den Teilnehmern (keine Wespenstiche, kein ausgeprägter Sonnenbrand, keine sonstigen Verletzungen), dafür aber am Material (zwei defekte SUP's, ein verlorenes Ruder, ein verlorener Ball) ging es erschöpft aber glücklich Abends wieder gen Heimat. Alle Teilnehmer waren sich einig, dass es dieses Jahr wieder einen "Tag am See" geben soll.

>> Same procedure as every year: Wintertrainingslager in der Fauerbacher Halle

Was gehört so sicher in den Jahreskalender notiert wie Weihnachten und Silvester? Richtig, das Trainingslager in der Fauerbacher Halle zwischen den Jahren. Unter der Leitung von Holger Beims, diesmal unterstützt von Timo Slota, trafen sich Athletinnen und Athleten der Jahrgänge 2004 bis 2010, um vier Tage zu trainieren, zu kochen, zu spielen, auf den Hochsprungmatten zu schlafen, Ausflüge zu machen.....kurz: um Spaß zu haben.

Mit 19 Sportlerinnen und Sportlern sowie zwei Trainern waren es so viele Teilnehmer wie noch nie, auch die sehr große Altersspreizung der aktiven Beteiligten von 13-19 Jahren stellte die Organisatoren vor neue Herausforderungen.

Wie jedes Jahr ging es abends wieder mit den Fahrrädern zum Freizeitprogramm in und um Friedberg. Diesmal war Schlittschuhlaufen im Eisstadion in Bad Nauheim und Bowlen bei Berry Bowling in Friedberg angesagt. Zusätzlich wurde in der Halle ein Spieleabend veranstaltet mit Basketball-Zielwerfen, einer Handicap-Hindernisstaffel, Musikrätseln, Schätzfragen, Hallen-Eisstockschiessen und Fliegenklatschenhockey.

Nach insgesamt acht Trainingseinheiten auf dem Burgfeld, in der Halle und im Kraftraum erfolgte am letzten Tag die obligatorische Endreinigung aller genutzten Räumlichkeiten im Gebäude.

Erst als auch diese lästige, aber selbstverständliche Arbeit erledigt war, durften die glücklich-erschöpften Sportlerinnen und Sportler wieder nach Hause in die eigenen Betten zum Ausschlafen und Erholen. Am Ende waren sich alle einig: Ein Jahreswechsel ohne Hallen-Trainingslager kommt gar nicht in Frage. Also auf ein Wiedersehen im Dezember 2024!



Das Winter-Hallentrainingslager-Team: Matthias Brumnic, Julius Behr, Lenja Kümmerle, Julia Blum, Katharina Discher, Peer Hagen, Elisa Linkenbach, Finn Holtschick, Felix Roytburg, Noah Jordan, Henriette Auel, Lukas Zorn, Melina Kautz und Marlon John sowie in der Mitte Leonie Margraf, Johanna Kopp, Sophie Meichner und Jonna Holtschick sowie die beiden Trainer Holger Beims und Timo Slota vorne (v.l.n.r.).

>> 5. Zirkusfreizeit beim TSV wieder ein riesen Erfolg



Mit einem Teilnehmerrekord – 140 Kinder waren mit dabei – ist in den Osterferien die vierte Auflage der beliebten Zirkusfreizeit beim TSV Friedberg-Fauerbach zu Ende gegangen. Die vielen Jungs und Mädels zwischen sechs und zwölf Jahren haben in der Woche gezeigt, wie schnell man tolle, begeisternde Nummern einstudieren und zu kleinen Profis werden kann.

"Am ersten Tag werden den Kindern alle Nummern vorgeführt. Sie können dann alles ausprobieren und sich in eine Gruppe einwählen", berichtet Mit-Organisatorin Sandra Beims. Dieses Jahr hatte sich die Familie Ortmann vom Circus Rondel auch einiges Neues für die Kids ausgedacht. So gab es zum Beispiel "alte Akrobaten" in Anlehnung an die Jahrhundertwende mit Menschenpyramiden in entsprechenden Kostümen, Feuerteufel, Seiltanz, Trapez, Trampolinspringer mit einer Basketball-Choreographie, Tau-

bendressur, Akrobatik, Clowns und Jonaleure.

Natürlich konnten die 140 Kinder nicht immer alle gleichzeitig trainieren. Für den Rest standen Gesellschaftsspiele in der Turnhalle bereit, es wurden passend zu Ostern Nester mit Kressesamen gebastelt, Flyer verteilt oder auf dem Spielplatz getobt. Das Training für die Gala-Vorstellungen verging wie im Flug, vier Tage lang wurde zwischen 8.30 und 13.30 Uhr alles einstudiert. Dann war der große Tag gekommen, es gab zwei Vorstellungen mit jeweils 70 Kindern in dem leuchtend gelb-grünen Zirkuszelt, das in Fauerbach schon von weitem gut zu sehen war. Die Gala war für alle ein voller Erfolg, der Applaus der 662 Zuschauer wollte nicht enden. Und so fiel auch das Fazit der vielen Jungs und Mädchen aus: "Wir waren so begeistert und wollen gerne nächstes Jahr wieder mitmachen."















Damit die Zirkuswoche so ablaufen konnte, wie sie es tat, waren viele Helfer nötig. 22 Betreuer, darunter 16 Jugendliche (teilweise auch ehemalige "TSV-Artisten"), standen der Circusfamilie zur Seite. Viele fleißige (Eltern-) Hände halfen zudem beim Auf- und Abbau des riesigen Zirkuszeltes. Mit jeweils einem Blumenstrauß bedankte sich der TSV-Vorstand in Person von Bianca Hofmann bei den Organisatorinnen Sandra

Beims, Susanne Margraf und Sandra Wiener.

Außerdem gilt der Dank für die finanzielle Unterstützung der Otto Stiftung Bad Nauheim, Sparda Bank, Förderverein sowie dem Rotary Club Bad Nauheim. Der Dank des TSV gilt zudem der Wetterauer Druckerei für das Drucken von Flyern für die Gala-Vorstellung, sowie dem FC Olympia für die Zustimmung,

den Parkplatz zu sperren und dass die kostümierten Kids so im Trockenen in die Halle laufen konnte. "Ohne diese Unterstützung wäre eine solche Veranstaltung nicht möglich", so TSV-Vorstandssprecherin Bianca Hofmann. Die Organisatorinnen freuen sich schon auf die nächste Zirkusferienfreizeit, wenn erneut mehr als 100 Kinder in ihren Osterferien zu kleinen, glücklichen Stars in der Manege werden können.









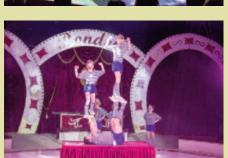
































>> 300 Teilnehmer beim Stadioncross

Das gab's noch nie beim Stadioncross der LG Ovag Friedberg-Fauerbach auf dem Burgfeld im Zeichen des Adolfturms: Die Triplewertung aus Sprintcross über 600 Meter, Staffel über 2x600 Meter und Mittelstrecke über 2550 Meter. Marlon John von der gastgebenden LG ist der erste Sieger dieser Wertung beim Stadioncross geworden, der bei seiner dritten Auflage im März rund



300 Teilnehmerinnen und Teilnehmer an die Startlinie lockte. Damit war die Resonanz nicht ganz auf Vorjahresniveau, dennoch konnten die Veranstalter sehr zufrieden sein. 17 Läufe boten auf der mit drei Querungen der Weitsprunggrube und zwei Heuballen-Hindernissen versehenen 600-Meter-Runde (verkürzt 425 Meter) etwas über vier Stunden lang Crosslauf pur, die Zuschauer im Start-Ziel-Bereich sorgten





für eine tolle Stimmung – und TSV-lerin Julia Nestle für gewohnt kompetente Ansagen am Stadionmikrofon.

Marlon John, der im vergangenen Jahr gemeinsam mit Lukas Zorn und Peer Michel Hagen über 3x1000 Meter bei



den Deutschen Jugendmeisterschaften gestartet war, entschied zunächst den Sprintcross über 600 Meter eine Sekunde vor Vereinskollege Tim Dillemuth für sich. In der Zweier-Staffel mit Anna Hülsmann kam er im Gesamteinlauf auf Rang vier in 4:07 Minuten, beim Sieg seiner Trainingskollegen Zorn und Michel (3:36 min) vor dem Duo Tim Dil-



lemuth/Lars Hieronymi (3:48 min). Über die Mittelstrecke musste John (9:06 min) ebenso dem U20-Sieger Zorn (8:50 min) und dem U18-Sieger Hagen (9:03 min) den Vortritt lassen. Ganz vorne war hier



der vereinslose Sergiy Chmel aus der Ukraine in 8:46 Minuten, der eine Woche vor dem Stadioncross bereits beim Friedberger Wintersteinlauf den



Zehner gewonnen hatte. Für Marlon John reichte es dennoch zum Sieg in der Triple-Wertung vor den Sprintern Tim Dillemuth und Lars Hieronymi.

Fauerbacher Siegerinnen und Sieger waren zudem Julia Blum (wU20 Sprintcross), Melina Kautz (wU18 Sprintcross), Amelie Tortell (wU18 Mittelstrecke), Julius Behr (mU16 Sprintcross), Katharina Discher (wU16 Sprintcross), Lana Wiener (W10), Elena Baethge (W7),



Theo Kieckhäfer (M6) und Leana Reimche (W6).

Der Wettkampf gilt kombiniert mit den Kreismeisterschaften im Crosslauf im November in Altenstadt als Wertungswettkampf für die Kinderleichtathletik-Liga der U8 und U10, die damit ihren Auftakt erfuhr. Hier lagen die beiden Altenstädter Teams zum Liga-Auftakt somit in Führung, der TSV folgte auf Rang zwei (U8) und sieben (U10).

Ein großer Dank geht an alle Helferinnen und Helfer sowie die Ovag als Hauptsponsor dieser Veranstaltung.

Die Sieger und besten LG/TSVIer (Top 8) beim 3. Friedberger Ovag Stadioncross: Männer Sprintcross (600m): 1. Marlon John (LG) 1:47.

Männer Mittelstrecke (2550m): 1. Sergiy Chmel (Ukraine) 8:46, 2. Marlon John 9:06.

Triple Männer (Sprintcross, Staffel, Mittelstrecke): 1. Marlon John (LG)

Frauen Sprintcross (600m): 1. Sina Cröss-





mann (vereinslos) 2:03, 2. Anna Hülsmann (LG) 2:06.

Frauen Mittelstrecke (2550m): 1. Crössmann 11:15, 2. Anna Hülsmann (LG) 13:01.

Staffel 2x600m: 1. Lukas Zorn und Peer Michel Hagen (LG) 3:36 min.

mU20 Mittelstrecke (2550m): 1. Lukas Zorn (LG) 8:50.

wU20 Sprintcross (600m): 1. Julia Blum (LG) 2:17.

wU20 Mittelstrecke (2550m): 1. Anne Schneider (SSC Hanau-Rodenbach) 11:07

mU18 Mittelstrecke (2550m): 1. Peer Michel Hagen (LG) 9:03.

wU18 Sprintcross (600m): 1. Melina Kautz (LG).

wU18 Mittelstrecke (2550m): Amelie Tortell (LG) 9:43.

mU16 Sprintcross (600m): 1. Julius Behr (TSV) 1:55.

mU16 Mittelstrecke (1900m): 1. Lenny Luca Frank (VfL Altenstadt) 6:36.

wU16 Sprintcross (600m): 1. Katharina Discher (TSV) 2:01.

wU16 Mittelstrecke (1900m): 1. Emilia Decker (VfL Altenstadt) 7:47.

M13 Sprintcross (600m): 1. Jan Bender (TV Rendel) 2:23.

M13 Mittelstrecke (1900m): 1. Julius Uhlig (TSG Friedrichsdorf) 8:15.

M12 Sprintcross (600m): 1. Coelho Lino Kollmeyer (TV Preungesheim) 2:03.

M12 Mittelstrecke (1900m): 1. Rafael Roth (VfL Altenstadt) 7:34.

W13 Sprintcross (600m): 1. Klara Elise Weidmann (SV Germania Ockstadt) 2:05, 3. Carolin Gröninger (TSV) 2:42.

W13 Mittelstrecke (1900m): 1. Weidmann 8:20.



W12 Sprintcross (600m): 1. Clara Freitag (TV Rendel) 2:33.

W12 Mittelstrecke (1900m): 1. Nelly Frank (VfL Altenstadt) 7:48, 2. Olivia Moussalli (TSV) 8:42.

M11 (1250m): 1. Nicolas Bostanica (SV Fun-Ball Dortelweil) 4:50, 3. Johannes Jordan (TSV) 5:00.

M10 (1250m): 1. Samuel Beermann (LSC Bad Nauheim) 5:12, 2. Henry Müller (TSV) 5:14, 3. Anton Reimche (TSV) 5:18. W11 (1250m): 1. Maja Krawczyk (VfL Altenstadt) 5:20.

W10 (1250m): 1. Lana Wiener (TSV Friedberg-Fauerbach) 5:21, 2. Greta Behr (TSV) 5:39.

M9 (900m): 1. Lionel Pioch (VfL Altenstadt) 3:50.

M8 (900m): 1. Benjamin Hülse (SV Fun-Ball Dortelweil) 4:04, 7. Milo Wiener (TSV) 4:25.

W9 (900m): 1. Maya Rothe (Leichtathletik-Team Butzbach) 4:03, 4. Hannah Dill (TSV) 4:21.

W8 (900m): 1. Elisa Reimann (LG Rosbach-Rodheim) 4:09.

M7 (600m): 1. Lamar Cannon (VfL Altenstadt) 2:44, 6. Andre Schäpe (TSV) 2:58. M6 (600m): 1. Theo Kieckhäfer (TSV Friedberg-Fauerbach) 3:07.

W7 (600m): 1. Elena Baethge (TSV Friedberg-Fauerbach) 2:52.

W6 (600m): 1. Leana Reimche (TSV Friedberg-Fauerbach) 3:09.

Bambini männlich (425m): 1. Theodor Dürr (LG Bad Soden) 2:47, 3. Clemens Liebert (TSV) 3:58.

Bambini weiblich (425m): 1. Kira Buske (TSG Wehrheim) 2:46, 2. Jette Kalunka (TSV) 2:55.







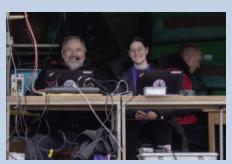
































Danke an alle Helfer und vor allem danke an Fotograf Hans Moder für die tollen Impressionen vom Stadioncross.

>> Was ein Erfolgs-Winter: Dana und Bernd im Interview!

Neun Medaillen haben sie bei den Halleneuropameisterschaften Masters in Toruń/Polen geholt. Was macht Dana Prada und Bernd Lachmann diesen Winter so unwiderstehlich erfolgreich? Und wohin soll das im Sommer noch führen? SPRINT hat nachgefragt.

SPRINT: Wie fällt dein Saisonfazit aus? Dana Prada: Rückblickend muss ich sagen, dass es eine richtig geile Saison war und ich das so in den Ergebnissen gar nicht erwartet hätte. Am Anfang der Wintersaison lag der Fokus auf 200 und 400 Metern in der Halle, ich bin ja auch bei den Aktiven mitgelaufen und habe dort auch wirklich gute Zeiten abgeliefert. Danach lag der Fokus auf der EM und auch wenn die Vorbereitung nicht ganz optimal lief - die Deutschen Meisterschaften musste ich ja wegen einer Muskelverletzung sausen lassen - hatte das null Einfluss auf Torún, sodass ich sehr sehr zufrieden bin mit der Hallensaison.

Bernd Lachmann: Für mich war es eine überragende Saison. Fünf Medaillen bei der EM, drei davon Gold, ein Deutscher Rekord, fast zwei sogar, dafür noch zwei Hessische Rekorde gelaufen. Ich bin mit ganz wenigen Verletzungen durchgekommen, sodass ich sehr gut durchtrainieren konnte und Wettkämpfe machen konnte. Von daher war das mehr als ich mir erhofft hatte. Ich hätte gerne bei der EM eine Medaille gehabt und dass es dann fünf geworden sind, ist natürlich überragend.

SPRINT: Was muss alles zusammenpassen, dass ihr einen so erfolgreichen Winter absolvieren konntet, wie es 2024 der Fall war?

Bernd: Es muss natürlich erstmal "in mir" alles passen. Ich muss gesund bleiben, wenn es geht gar keine Verletzung haben, die Trainingsmotivation muss ich aufbringen, die Zeit aufbringen, zu trainieren. Das muss erstmal von meiner Seite her passen. Dann muss das Umfeld passen, dass meine Freundin mit macht, dass nichts in meinem Umfeld passiert, was sehr zeitintensiv ist zum Bespiel, damit ich den Fokus auf mein Ziel behalten kann. Und dann ist da das Ganze, das auf der Unterstützungsseite her pas-



siert. Der TSV hat mir alle Möglichkeiten gegeben, zu trainieren. Ich konnte bei schlechtem Wetter in die TSV-Halle oder in den Kraftraum oder jederzeit auf den Platz und draußen trainieren. Das ist schon richtig gut, das haben andere Vereine bzw andere Athleten nicht in der Form. Am Anfang der Saison war es so, dass ich auch jederzeit nach Kalbach konnte, das ist extrem wichtig für die Hallensaison, dass du dort trainieren kannst, wenn du die Zeit dafür hast und nicht, wann es dir vorgegeben wird. Das hat sich leider zum Saisonende durch verschiedenste Prozesse beim HLV stark reduziert. Dann durften wir z.B. nur noch von 8-10 Uhr oder 20-22 Uhr rein. Das beeinflusst das natürlich extrem. Wenn du arbeitstätig bist, hast du nicht immer genau da Zeit. Bei mir war es also extrem wichtig, dass ich, wenn ich Luft hatte, nach Kalbach fahren und trainieren konnte.

Dana: Wenn ich Profisportlerin wäre, würde ich natürlich antworten: Dank des guten Ärzte- und Physioteams und der guten Trainingspläne meines hervorragenden Trainers Volker Weber bin ich zu diesen Leistungen gekommen (lacht). Das stimmt zwar schon auch so, aber ich bin ja voll berufstätig, habe zwei Kinder und einen Mann und bin natürlich froh, dass mein Mann mir auch viel freigeschaufelt hat. Das Ziel war es, in der Wintersaison vier Mal in der



Woche zu trainieren und ein Mal zu Therapie hoch vier zu gehen, damit die Muskelspannung wieder rausgeht und ich perfekt trainieren kann. Also: Rund um die Arbeit herum hat alles perfekt gepasst und meine Familie hat mir wie gesagt auch stark den Rücken freigehalten. Und auch meine Sehnen haben im Gegensatz zu den letzten zwei Jahren gehalten. Ich bin mit dem Körper schonend umgegangen und das war wunderbar.

SPRINT: Was hat dich am meisten beeindruckt und gefreut, wenn du auf deine Erfolge schaust?

Bernd: Das war die Steigerung über 200 Meter. Der Deutsche Rekord in 23,98 Sekunden. Das ist schon etwas besonderes zu merken, dass du unter solche Grenzen wie 24,0 Sekunden laufen kannst, das ist sehr sehr stark. Und das ist tatsächlich auch das, worüber ich mich am meisten gefreut habe, auch wenn am Ende "nur" Silber über 200 Meter bei der EM herauskam.

Dana: Nachhaltig beeindruckt haben mich die Masters Europameisterschaften, da ich wirklich nicht mit den Erfolgen gerechnet habe. Ich habe mich drauf gefreut, dass ich mich dort messen kann, einfach mal internationale Luft schnuppern kann und ich wollte die Leistung, die ich im Winter schon gebracht hatte, ein bisschen verbessern.

Das war das Ziel. Und dass ich dieses Glück hatte im Weitsprung und der Titel dabei rumgekommen ist und ich dann auch Staffel laufen durfte und beide Staffeln so erfolgreich waren, das konnte ich ja so nicht absehen. Auch wenn ich keinen Vergleich habe, kann ich sagen, dass diese riesen Halle sehr beeindruckend war und es soll ja in Torún eine der schönsten internationalen Locations sein für Masters. Eine Woche lang dort mit vielen anderen einen Wettkampf bestreiten zu können, war toll. Und was mir wichtig ist: Ich freue mich auch immer noch, bei den Aktiven nicht ganz hinten dran zu sein. Ich habe mal gesagt, wenn ich bei den Aktiven nur noch letzte Plätze belege und man mich nur noch mitleidig anschaut, dann soll Volker mir Bescheid sagen, dann nehme ich nicht mehr teil (lacht).

SPRINT: Wie genau sieht dein Training aktuell aus? Worauf liegt der Fokus? Bernd: Ich habe nach der EM erstmal zwei drei Wochen nicht so viel gemacht und eher ausgeruht. Jetzt will ich auf dem hohen Level weiter machen für die Sommersaison. Die Deutschen Meisterschaften sind schon relativ früh, im Juni, und dann zwei Monate später die WM in Göteborg. Dort will ich teilnehmen. Die ist aber relativ lang mit zwölf Tagen, das ist mir zu viel, deshalb werde ich nicht die ganze Zeit dabei sein. Dort werde ich 200 Meter laufen und das erste Mal im nationalen bzw internationalen Vergleich 400 Meter Hürden. Die bin ich letztes Jahr nur ein Mal gelaufen und habe direkt den Hessenrekord geknackt, obwohl ich nur drei Mal dafür trainiert habe. Ich hoffe dadurch, dass ich dieses Jahr auch etwas schneller war über 400 Meter und jetzt ein bisschen länger Zeit habe, aktiv dafür zu trainieren, dass da einfach nochmal eine super gute Zeit herauskommt. Im letzten Jahr wäre ich damit der Zweitschnellste in der Welt gewesen in meiner Altersklasse. Deshalb hoffe ich, dass da mit mehr Training dann auch noch mehr geht.

Dana: Eine Woche nach der EM habe ich erstmal Pause gemacht. Der Übergang ins Sommertraining war dann aber eigentlich fließend: Direkt lange Tempoläufe, einiges Schnelleres war auch direkt dabei und ganz normales Aufbautraining. Die Trainingsintensität bleibt, ich versuche vier Mal die Woche zu trainieren, einmal zum Physio zu gehen und – auch wenn ich's nicht mag – einmal pro Woche joggen gehen.

SPRINT: Was sind deine Ziele für den Sommer?

Dana: Der Fokus liegt natürlich im August auf den Weltmeisterschaften, allerdings bestreite ich auch erstmal die Einstiegswettkämpfe, hessische Aktive wahrscheinlich, dann die Deutschen Masters. Das zeigt dann schon mal die Tendenzen, wo es hingehen kann. Natürlich zwickt immer mal das ein oder andere, aber ich fühle mich insgesamt wohl. Das werden knackige und anstrengende elf Tage bei der WM, die wir da haben. 100 Meter, 200 Meter, Staffeln und Weitsprung. Da freue ich

mich drauf und das wichtigste ist, nicht zu überpacen und gesund zu bleiben. Vor der WM stehen zwei Wochen Urlaub mit meiner Familie an, da kann ich dann nochmal schön runterfahren und dann volle Power geben bei der WM. Das sind, finde ich, doch sehr schöne Ziele für den Sommer!

Bernd: Mein Ziel ist es, über 400 Meter Hürden Weltmeister zu werden und über 200 Meter würde ich mir gerne eine Medaille holen. Da sind dieses Mal die Amerikaner und Australier mit dabei, die sehr stark sind. Von daher wäre eine Medaille, egal welche, überragend. Und vielleicht kann ich den Deutschen Rekord, den ich draußen halte mit 24,10 Sekunden, unter 24 Sekunden drücken. Das sind meine Ziele für den Sommer.



Ein bisschen ungläubig schaut Dana Prada, in die deutsche Fahne eingehüllt, nach ihrem Zentimeter-Triumph im Weitsprung.

>> Die Hallensaison der Aktiven & Senioren

Aus LG-Sicht stach in diesem Winter vor allem das überragende Abschneiden von Dana Prada und Bernd Lachmann bei den Europameisterschaften der Masters heraus. Hierzu gibt es in dieser SPRINT-Ausgabe auch ein Interview mit den beiden.

Auf den nächsten Seiten stehen aber nicht nur die Berichte über die EM, sondern auch über die Deutsche Hallenmeisterschaften, Hochschulmeisterschaften bis hin zu den Kreishallenmeisterschaften. Wie immer gilt: Alle Ergebnisse und noch mehr Details gibt es auf unserer Homepage!

Europameisterschaften Masters: Neun Medaillen für Dana und Bernd!

Was für ein Erfolg für Dana Prada und Bernd Lachmann! Bei der Masters Hallen-Europameisterschaft in Torun/Polen haben die beiden Athleten der LG zusammen neun Medaillen gewonnen, darunter jeweils drei Goldene. Während Bernd ein erfahrener Starter bei Weltund Europameisterschaften ist, war es für Dana der erste internationale Einsatz im Seniorenbereich. "Ich habe gehofft, mit einer Medaille heimzukommen, damit wäre ich schon zufrieden gewesen", erzählt sie. Es wurde ein kleiner Triumphlauf, der mit dem Weitsprung in der Altersklasse W40 begann.

Ihre 5,54 Meter bedeuteten am Ende nicht nur einen neuen deutschen Rekord, sondern auch die Goldmedaille mit einem Zentimeter Vorsprung vor der Konkurrenz. Die beiden Teamkolleginnen Dürr und Zucht machten das Medaillenset aus deutscher Sicht perfekt.

Der EM-Titel im Weitsprung kam für Dana Prada, die sich bei den Hessischen zuvor noch verletzt hatte, überraschend. "14 Zentimeter weiter als der alte Rekord! Ich hatte gehofft, dass es vielleicht Silber wird, wenn alles gut läuft. Dass es dann Gold wurde, das war schon super! Auch wenn ich gezittert habe bis zum Schluss. Ich war dann so geflasht, dass ich gar nicht richtig jubeln konnte", sagte sie hinterher. Bei den weiteren beiden EM-Titeln mit den Staffeln fiel das Jubeln dann schon leichter. "Das hat mir viel Spaß gemacht. Gold mit den Mädels war einfach toll und die Mixed Staffel war echt aufregend." Die deutsche 4x200-Meter-Staffel finishte in 1:45,39 Minuten deutlich vor den Teams aus Polen und Schweden. Etwas enger ging es bei der Mixed-Staffel zu. Hier setzte sich Dana mit ihren Teamkollegen gegen Italien und Polen durch. Das dritte Gold für die LG-Athletin war somit perfekt. Doch dabei sollte es nicht bleiben.

Über 200 Meter sprintete Prada im Halbfinale sogar knapp am deutschen Rekord vorbei, konnte das Finale dann aber wegen einer verhärteten Wade nicht laufen. Über 60 Meter Hürden lief sie in ordentlichen 9,05 Sekunden zu Bronze. "Ich habe mehr erreicht, als ich mir je erträumt habe", bilanziert Dana Prada. "Die EM-Woche war so aufregend, man hat auch so mitgefiebert mit den anderen aus der deutschen Mannschaft. Das hatte echt Sucht-Charakter." Teamkollege Bernd Lachmann dürfte genau wissen, wovon Dana spricht, hat er in seiner Karriere doch schon an vielen internationalen Meisterschaften teilgenommen. Auch in diesem Jahr lief es wieder äußerst erfolgreich. Lachmann freute sich über drei Gold-, eine Silber- und eine Bronzemedaille. Besonders glücklich war der Erfolgsathlet über den Weltrekord gemeinsam mit der Mixed-Staffel in der W55 sowie über seinen neuen deutschen Rekord über 200 Meter, der sogar schneller war als der alte Europarekord.

Los ging's an Tag 1 zunächst mit dem ersten Vorlauf über 400 Meter. Insgesamt hat Bernd Lachmann bei dieser Hallen-EM übrigens elf Läufe absolviert, ein absolutes Mammutprogramm und eher ungewöhnlich, dass ein Athlet in drei Einzeldisziplinen und an allen Staffeln teilnimmt. Belohnung für die Anstrengung gab es in Form von Medaillen und schnellen Zeiten, mit denen der LG-ler super zufrieden war. Über 400 Meter sicherte sich Bernd Lachmann Gold in neuem Hessenrekord mit 54,61 Sekunden. So schnell ist er die letzten vier Jahre nicht mehr gelaufen über die doppelte Hallenrunde. Dazu kam die Bronzemedaille über 60 Meter in 7,57 Sekunden. Hier verpasste er den alten nationalen Rekord um nur 0,07 Sekunden.

"Am meisten gefreut habe ich mich über die super Zeit über 200 Meter. Ich bin in meiner Altersklasse der erste Deutsche, der unter 24 Sekunden gelaufen ist", erzählt Lachmann nach seinem Silber-Coup in 23,98 Sekunden. "Ich dachte, wenn es gut läuft, verbessere ich meinen alten Hessenrekord. Aber



Oliver Kurtz, Karola von Sturm, Dana Prada, Ulrike Steinhaus, Rainer Ringel, Jutta Stopka und Bernd Lachmann (v.l.n.r.) beim Sportfest in Ludwigshafen.



Schnelle Staffel bei den "Deutschen": Tim Dillemuth, Manuel Christof, Lars Hieronymi und Steven Müller (v.l.n.r.).

dass ich mich um 31 Hundertstel verbessere, hätte ich nicht gedacht." Wie bei Teamkollegin Dana Prada war auch Bernd Lachmann mit den anderen deutschen Läufern in den Staffeln der M55 nicht zu schlagen. Über 4x200 Meter gab es Gold in 1:41,32 Minuten vor Polen und Großbritannien. Mit der Mixed-Staffel feierte er seine dritte Goldmedaille in 1:45,88 Minuten.

Acht Medaillen und ein Hessenrekord: LG-Senioren räumen bei "Deutschen" ab

Bei den Deutschen Masters-Meisterschaften in Dortmund haben die Seniorinnen und Senioren der LG ovag Friedberg-Fauerbach abgeräumt. Bernd Lachmann hat in seiner Altersklasse M55 alle drei (!) Disziplinen gewonnen. "Ich bin extrem glücklich über meine Leistungen", sagte er danach im Interview. "Ich hatte in allen Disziplinen laut Meldeliste sehr starke Konkurrenz. Deshalb dachte ich: Medaille - ja! Aber welche war nicht klar." Die 60 Meter finishte der mehrfache Seniorenweltmeister in 7.62 Sekunden und war damit so schnell wie seit vier Jahren nicht mehr. Im Ziel hatte er eine Hundertstel Vorsprung auf die Konkurrenz. "Das war die Überraschung für mich, dass ich die 60 Meter gewinne", so Lachmann, der zu diesem Zeitpunkt im Gegensatz zur Kurzsprint-Konkurrenz schon die 400 Meter in den Beinen hatte. Hier ging der Sieg in 55,17 Sekunden an den erfolgreichen LG-ler. Über 200 Meter holte er erwartungsgemäß Titel Nummer drei. 24,58 Sekunden standen im Ziel auf der Uhr.

Teamkollege Oliver Kurtz sammelte in Dortmund gleich vier Medaillen. Gold sicherte er sich souverän mit einer halben Sekunde Vorsprung über 60 Meter Hürden. Die Siegerzeit für ihn in der M60: 9,58 Sekunden. Dazu gab's zwei Mal Silber: Über 60 Meter in 8,02 Sekunden und über die Hallenrunde in 25,88 Sekunden. Gemeinsam mit der LG-Staffel und den Kollegen Werner Waschbüsch, Rupert Klopsch und Jürgen Speidel sicherte sich Oliver Kurtz dann noch Bronze über 4x200 Meter in 1:54,03 Minuten. Jörg Czekalla konnte mit seinem Auftritt im Weitsprung super happy sein. Er flog auf 5,02 Meter (so weit wie seit zwei Jahren nicht mehr) und wurde Fünfter.



Ein "halbes" Gruppenfoto: Karola von Sturm, Oliver Kurtz und Jutta Stopka (v.l.n.r.) bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften.



Fototermin nach Ankunft in der Halle von Leipzig: Tim Dillemuth, Lars Hieronymi, Manuel Christof, Dirk Leiacker und Trainer Volker Weber.

Bei den Frauen war Jutta Stopka mal wieder die große Erfolgsgarantin. Sie gewann über 200 Meter in der W60 in 30,14 Sekunden. Die Zeit bedeutete nicht nur die Goldmedaille, sondern auch einen neuen hessischen Hallenrekord. "Ich bin mega zufrieden", freute sich Stopka nach ihrem Wettkampf. "Ich konnte meinen Rekord vom letzten Jahr um fast zwei Zehntel verbessern." Außerdem erkämpfte sich die erfolgreiche Medaillensammlerin noch Silber über 60 Meter in Saisonbestzeit von 9,03 Sekunden. Nach größeren Verletzungssorgen schien Jutta vorerst fit für die EM zu sein, konnte dort letztendlich dann aber leider doch nicht an den Start gehen. Teamkollegin Karola von Sturm lief in Dortmund 10,35 Sekunden über 60 und 36,36 Sekunden über 200 Meter.

15 Titel in Kalbach – LGler dominieren den Kreis

Bei den Hallenkreismeisterschaften in den Altersklassen U14 und älter, die wie gewohnt mit den Kreisen Hochtaunus und Maintaunus in Kalbach ausgetragen wurden, holten die Fauerbacher 15 erste Plätze, wobei hier fünf auf die Seniorinnen und Senioren entfielen.



Amelie Tortell und Felix Roytburg starteten bei den Deutschen Jugendhallenmeisterschaften in Dortmund.

Bei den Männern waren außer in der Staffel alle Leistungen besser als im Vorjahr, was maßgeblich am Triple-Sieger Lars Hieronymi lag. Der Sprinter rehabilitierte sich für seinen Fehlstart bei den Süddeutschen Meisterschaften in München zuvor und stellte in 6,95 Sekunden über 60 Meter eine Saisonbestzeit auf. mit der er so schnell war wie seit über fünf Jahren nicht mehr. Über 200 Meter war Hieronymi nur fünf Hundertstelsekunden langsamer als in München, während er über 400 Meter zu schnell anlief und damit eine schnellere Zeit verpasste. Hieronymi führte schließlich auch die siegreiche Staffel an, in der die beiden Läufer Manuel Christof und Bernd Lachmann 31 Jahre Altersunterschied trennten.

Zum ersten Mal lief Leonie Margraf in der W14 die 300 Meter und wurde direkt Kreismeisterin in 49,65 Sekunden. Kurz danach fehlte ihr über 800 Meter die Kraft, 2:58,28 Minuten reichten dennoch zu Platz zwei. Über 60 Meter steigerte sie sich um eine halbe Sekunde auf 9,44 Sekunden. 3,83 Meter im Weitsprung bedeuteten ebenso Bestleistung. Matthias Brumnic steigerte sich in der M14 über 60 Meter auf 8,79 Sekunden und erreichte damit das Finale (8,82 sec), in dem Julius Behr sich erneut stei-

gerte – auf 8,43 Sekunden. Im Kugelstoßen wurde Brumnic Zweiter mit 6,55 Meter, Behr wurde ebenso Zweiter über 800 Meter in 2:24,00 Minuten.

In der W15 siegte Stella Choi über 800 Meter in 2:45,39 Minuten. Katharina Discher steigerte sich im Weitsprung um 30 Zentimeter auf 4,49 Meter und wurde ebenso Zweite wie bei ihrer Premiere über 300 Meter (45,94 sec). Hier wurde Hannah Wedemeier Dritte mit einer mutigen Leistung (54,58 sec).

Einen "tollen Tag" bescheinigte Trainer Holger Beims Lenja Kümmerle. Bestzeit und Titel über 60 Meter in der wU18 (8,54 sec) sowie den Titel mit der Staffel, zum dritten Mal in diesem Winter in neuer Besetzung (Kautz, Discher, Kümmerle, Puchta). Hannah Puchta wurde nach langer Wettkampfpause Fünfte mit Bestleistung im letzten Weitsprung-Versuch (4,56 m) und benötigte 8,94 Sekunden über 60 Meter. Melina Kautz wurde Dritte über 60 Meter mit Bestzeit (8,61 sec/Vorlauf 8,60 sec) und Zweite im Weitsprung mit vier Versuchen über 4,80 Meter (bester Versuch: 4,83 m) sowie einem gefühlten Fünf-Meter-Sprung, bei dem sie jedoch übertrat. Sophie Schneider wurde Fünfte über 60 Meter (8,75 sec) und Sechste im Weitsprung (4,36 m). Gute Zeiten über 800 Meter liefen Lukas Zorn als U20-Zweiter in 2:04,63 Minuten und Marlon John als Männer-Sieger in 2:05,24 Minuten. In der W12 dominierte Paula Baldauf über 60 Meter Hürden (11,28 sec).

Alle TSV-/LG-Sieger in der Übersicht: Männer

60 m: 1. Lars Hieronymi 6,95 sec.

200 m: 1. Hieronymi 22,15 sec.

400 m: 1. Hieronymi 50,97 sec.

800 m: 1. Marlon John 2:05,24 min.

4x200 m: 1. Lars Hieronymi, Manuel Christof, Bernd Lachmann, Rainer Ringel 1:37,74 min.

wU18

60 m: 1. Lenja Kümmerle 8,54 sec.

4x200 m: 1. Melina Kautz, Katharina Discher, Lenja Kümmerle, Hannah Puchta 2:00,81 min.

W15

800 m: 1. Stella Choi 2:45,39 min.

W14

300 m: 1. Leonie Margraf 49,65 sec.

W12

60 m Hürden: 1. Paula Baldauf 11,28 sec.



Manuel Christof und Lars Hieronymi (beide links) holten den Deutschen Hochschulmeistertitel mit der Schwedenstaffel.

Seniorinnen und Senioren

M50, 60 m: 1. Rainer Ringel 8,80 sec.

M50, 200 m: 1. Ringel 28,16 sec.

W60, 60 m: 1. Karola von Sturm 36,80

sec.

M65, 200 m: 1. Richard Loos 30,47 sec. M70, 60 m: 1. Lüdger Grünewald 10,04

Gute LG-Leistungen bei den Deutschen Jugendmeisterschaften

Die besten deutschen Jugendlichen auf einem Fleck. Deutsche Meisterschaften. Viele Zuschauer, große Halle in Dortmund. Da war die Anspannung Ende Februar verständlicherweise groß bei Felix Roytburg. Seit fünf Monaten hat er sich der Leichtathletik verschrieben und direkt die Quali für den wichtigsten Wettkampf der Hallensaison geschafft. Über 60 Meter hatte Felix die geforderten 7,15 Sekunden unterboten und war somit in Dortmund am Start in einem großen, hochkarätig besetzten Teilnehmerfeld in der U20. In seinem Vorlauf kam der LG-ler dann auf 7,23 Sekunden. So schnell war er zuvor noch nie in einem Vorlauf gewesen. Damit verbesserte sich Felix Roytburg um starke elf Plätze im Vergleich zur Meldeliste. Das



Das LG-Team bei den Süddeutschen Hallenmeisterschaften in München.

war auch dank der Vorbereitung mit Trainer Holger Beims möglich. "Da sich Sprinter üblicherweise im Verlauf eines Wettkampfes von Lauf zu Lauf steigern können, haben wir 90 Minuten vor dem eigentlichen Start einen privaten VorVorlauf über 60 Meter im Außenbereich im Anschluss an das Aufwärmprogramm simuliert", erzählt der Coach. Die Arbeit hat sich dann im Vorlauf von Felix bezahlt gemacht.



Amelie Tortell (rechts) stellte auch bei den Süddeutschen Hallenmeisterschaften ihr Talent als Dritte unter Beweis.

Teamkollegin Amelie Tortell ging leider angeschlagen in die Titelkämpfe in Dortmund. Eine hartnäckige Erkältung machte das Training im Vorfeld schwieriger. Das Lauftalent, das noch in der U18 startberechtigt ist, trat also in der U20 gegen teilweise drei Jahre ältere Konkurrenz an. "Sie lief taktisch sehr clever, behauptete sich im dichten Feld der Läuferinnen und setzte sich nach einem energischen Zwischenspurt nach der Hälfte der Strecke auf die dritte Position," so Trainer Holger Beims. Leider musste sie dann kurz vor Schluss der nicht optimalen Vorbereitung Tribut zollen und konnte das Tempo nicht mehr mitgehen. In ihrem Lauf belegte Amelie Tortell am Ende Rang sieben in 2:23,30 Minuten.

Steven Müller verpasst DM-Medaille nur knapp

Beim Saisonhöhepunkt der Aktiven, den Deutschen Hallenmeisterschaften in Leipzig, hat unser Sprinter Steven Müller nur knapp eine Medaille verpasst. Der Olympia-Starter im blau-weißen Trikot hatte sich im Vorlauf zunächst in neuer Saisonbestzeit von 21,42 Sekunden souverän als Sieger für das Finale der schnellsten 200-Meter-Sprinter qualifiziert. Im Endlauf kam Müller dann auf 21,48 Sekunden und wurde Vierter. Unzufrieden war er mit seinem Auftritt in Leipzig nicht. "Es geht definitiv in die richtige Richtung", so der Topsprinter, der wie viele andere Kollegen auch den Fokus klar auf die olympische Sommersaison legt.

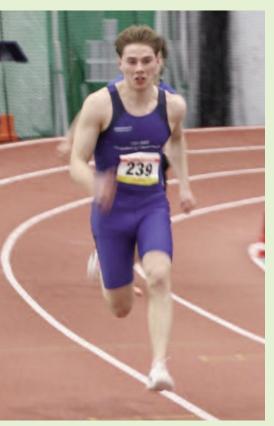


Strahlende Siegerin: Jutta Stopka bei den Deutschen.

Die LG ovag war beim nationalen Saisonhöhepunkt auch mit der 4x200-Meter-Staffel vertreten. Steven Müller übergab das Staffelholz nach einem nahezu perfekten Wechsel an Lars Hieronymi, dann folgten in der ausverkauften Arena in Leipzig Manuel Christof und Tim Dillemuth. Das Quartett stellte am Ende in 1:30,16 Minuten eine neue Saisonbestzeit auf. "Wir hatten uns erst auf den letzten Drücker qualifiziert. Von daher war der Auftritt in Leipzig sehr gut", so Trainer Volker Weber, und weiter: "Ich bin zufrieden. Auch eine schnellere Zeit hätte uns wahrscheinlich nicht weiter nach vorne gebracht." Die LG landete am Ende auf Rang 16.

Fleißige Titelsammler: Die LG ovag-Senioren dominieren auch bei den "Hessischen"

15 Titel und noch mehr Medaillen. Die Senioren-Leichtathleten der LG ovag Friedberg-Fauerbach haben es bei den Hessischen Hallenmeisterschaften in Stadtallendorf in diesem Winter richtig krachen lassen. Fleißigster Medaillen-



Starke Premierensaison als Leichtathet: Felix Roytburg.

sammler war Oliver Kurtz, der gleich fünf Goldmedaillen abräumte. In der Altersklasse M60 war sein Sieg über 60 Meter am Ende eine Tausendstel-Entscheidung (8,20 sec.). Weitere Siege fuhr Kurtz über 200 (26,75 sec.) und 400 Meter (60,54 sec.) ein. Auch über die 60 Meter Hürden hatte Oliver Kurtz die beste Zeit, kam in 9,62 Sekunden ins Ziel. Im Quartett mit Jörg Czekalla, Werner Waschbüsch und Rupert Klopsch gewann Kurtz die 4x1-Runde-Staffel in 1:51,77 Minuten.

Medaillensammler Bernd Lachmann hat in Stadtallendorf auch wieder zugeschlagen. In der M55 feierte er Siege über 60 Meter (7,76 sec.), 200 Meter (27,19 sec.) und 400 Meter (56,54 sec.). Bei Jutta Stopka waren die Titel über 60 und 200 Meter nie in Gefahr, nur die Zeiten waren mit 9.21 und 31.11 Sekunden etwas langsamer aus Vorsicht vor einer erneuten Verletzung. Karola von Sturm holte hinter Stopka in der W60 jeweils Silber in 10,42 bzw. 37,33 Sekunden. Mit der Runden-Staffel mit Dana Prada, Ulrike Steinhaus und Dorothea Dieterich machte Jutta Stopka ihr Titel-Triple perfekt. Die Staffel holte in 2:00,62 Minuten Gold. Staffelläuferin

Dana Prada schnappte sich zudem den Sieg über 60 Meter Hürden der W45 in 9,19 Sekunden. Für Ulrike Steinhaus gab es Gold über 400 Meter der W65 in 89,04 Sekunden. Die 60 Meter finishte sie als Vizemeisterin in 10.54 Sekunden. Weitere Medaillen für die Kreisstädter sammelte Dorothea Dieterich in der W40. Dieterich kam auf 9.09 Sekunden und Bronze über 60 Meter und lief die 200 Meter in 30.19 Sekunden - Silber. Mit zwei Silbermedaillen endete der Wettkampf für Rainer Ringel. Er lief in der M50 jeweils auf Rang zwei über 200 Meter (28,51 sec.) und 400 Meter (66,03 sec.). Teamkollege Jörg Czekalla wäre im Weitsprung der M60 gerne weiter gesprungen, als die 4,93 Meter (Platz zwei). Bei den Deutschen hat er dann erneut die Gelegenheit für den ersten 5-Meter-Sprung in diesem Winter. Gold holte Czekalla im Dreisprung mit 9,91 Meter und Silber über 200 Meter in 29,66 Sekunden. Die letzte Goldmedaille aus LG ovag-Sicht machte Wolf-Dietrich Meier in der Altersklasse M75 klar. Meier gewann die 200 Meter in 35,65 Sekunden. Dazu gewann er Silber über 60 Meter (10,86 sec.). Richard Loos sorgte in der M65 für Silber über 60 Meter (9,19 sec.) und Bronze über 200 Meter (31,68 sec.) und Lüdger Grünewald kam in der M70 auf 9,88 Sekunden über 60 Meter – Rang zwei.

Viele Titel bei den Regionalmeisterschaften

Felix Roytburg sorgte auch bei den Regionalmeisterschaften für tollen Leistungen, konkret für einen Dreifach-Sieg. Roytburg war in der U20 nicht nur schnellster Sprinter über 60 Meter in 7,29 Sekunden, sondern gewann auch die Hallenrunde in 23,08 Sekunden (erneut Bestleistung) und mit der Staffel. Das Quartett mit Khaled Abbassi, Roytburg, Lukas Zorn und Peer Michel Hagen legte schnelle 1:39,08 Minuten hin über 4x200 Meter, Staffelläufer Khaled Abbassi verbesserte bereits im Vorlauf seine 60-Meter-Bestzeit auf 7.37 Sekunden. Im Finale wiederholte er die Zeit nochmal und wurde dafür mit Silber belohnt. Über 200 Meter kam Abbassi als Fünfter in 24,61 Sekunden ins Ziel.

Lukas Zorn holte neben Staffelgold auch noch den Titel über 800 Meter der U20. Er musste sich gegen die Konkurrenz zwar ordentlich zur Wehr setzen, lief das Rennen vom Start weg dann aber als Erster nach Hause in 2:07,87 Minuten. Richtig gut unterwegs war Peer Michel Hagen über dieselbe Distanz in der U18. "Von Anfang an deutlich in Führung liegend, konnte sich Peer am Ende sogar ein paar Körner für die Staffel aufsparen", berichtet Trainer Holger Beims. Mit zehn Sekunden Vor-



Bei den Regionalmeisterschaften haben wir fast alle Athletinnen und Athleten inklusive der Trainerin und der beiden Trainer auf ein Foto bekommen.



Auch bei den Hessischen in Stadtallendorf gab es natürlich ein obligatorisches Team-Foto unserer Senioren

sprung kam Hagen in 2:08,65 Minuten ins Ziel und gewann souverän Gold. Auch Disziplin-Kollege Julius Behr sorgte gleich von Beginn des Rennens in der M14 mit hohem Tempo für klare Verhältnisse. Er gab die Führung nicht mehr ab und gewann mit fünf Sekunden Vorsprung auf den Zweitplatzierten in 2:27,57 Minuten. Im Kugelstoßen der M14 wurde Matthias Brumnic Sechster mit 6,94 Metern.

Mittelstrecklerin Katharina Discher sorgte für eine weitere Goldmedaille für den TSV Friedberg-Fauerbach. Sie sicherte sich den Sieg in der Altersklasse W15 über 800 Meter in 2:29,78 Minuten. Für Discher war es kein leichtes Rennen, musste sie doch bis kurz vor dem Ziel alleine die Führungsarbeit leisten und dann die Angriffe der Konkurrenz auf der Zielgeraden abwehren. Die Freude über Titel und neue Bestzeit waren dann entsprechend groß. Leonie Margraf lief in der W14 über 800 Meter nur knapp am Podium vorbei. In 2:48,54 Minuten wurde sie Vierte.

In der U20 war Julia Blum mit ihrer Zeit im Finale über 60 Meter (8,82 sec.) zwar nicht ganz zufrieden, die Platzierung war mit Rang fünf aber okay. Kämpferisch super war die Leistung der 4x200-Meter-Staffel. In der Besetzung Julia Blum, Melina Kautz, Lenja Kümmerle und Sophie Schneider gab es in 1:58,18 Minuten und Gold und damit den Titel. Staffelläuferin Lenja Kümmerle sorgte im Einzel der U18 für das beste Ergebnis

aus LG-Sicht. Im A-Finale steigerte sie sich auf 8,61 Sekunden - persönliche Bestzeit und Rang sechs. Sophie Schneider erreichte im Vorlauf mit 8,75 Sekunden ihre schnellste Zeit des Tages, konnte sich im B-Finale nicht mehr steigern. Melina Kautz verbesserte sich im Sprint nach längerer Krankheitspause auf 8,82 Sekunden im B-Finale. Im Weitsprung feierte sie dazu noch Bronze. Im letzten Versuch sprang Kautz auf 4,71 Meter und sicherte sich damit Rang drei. Sophie Schneider wurde mit einer neuen Bestweite von 4,44 Metern Achte. Für einen Doppelsieg sorgten Dana Prada und Anna Hülsmann über 200 Meter bei den Frauen. Prada sicherte sich in 26,42 Sekunden den Titel knapp vor Hülsmann (26,56 sec.). Über 60 Meter holte Hülsmann Silber in 8,26 Sekunden.

Amelie Tortell sichert sich auch bei den "Hessischen" eine Medaille

Bei den Hessischen Jugendmeisterschaften der Altersklassen U20 und U16 in Frankfurt-Kalbach hat Amelie Tortell weiteres Edelmetall zu ihrer Medaillensammlung hinzufügen können. Das große Lauftalent holte über 1.500 Meter die Silbermedaille in der U20. Dem voraus ging ein wahres Drama, denn das Kampfgericht verzählte sich und ließ die ersten drei Athletinnen, darunter Amelie Tortell, eine Runde zu viel laufen. Am Ende musste die Zeit für die drei geschätzt werden. Amelie wurde auf 4:36,91 Minuten gesetzt, was

so oder so zwar Bestleistung - aber eben nicht bestenlistenfähig ist. So blieb am Ende die Silbermedaille und die Freude über ein taktisch sehr gut gelaufenes Rennen.

In der männlichen U20 konnte Felix Roytburg im erst dritten Leichtathletik-Wettkampf seines Lebens (!) überzeugen. Er sprintete in 7,13 Sekunden im Finale nicht nur zu einem starken sechsten Rang, sondern auch zu einer neuen Bestzeit und der Quali für die Deutschen Jugend-Hallenmeisterschaften. "Felix hat heute in jedem Lauf eine neue Bestleistung aufgestellt. Er hat sich ein besonderes Lob verdient", freute sich Trainer Holger Beims mit seinem Schützling. Auch über 200 Meter lief es top für Felix Roytburg. In 23,31 Sekunden (erneut Bestzeit) landete er auf einem tollen siebten Platz im starken Teilnehmerfeld

Darüberhinaus gab es für die LG ovag bzw. den TSV zwei vierte Plätze zu feiern. Auch wenn der vierte Platz ja ein undankbarer ist, gab es hier tatsächlich Grund zum Feiern. Julius Behr überzeugte in der M14 in tollen 2:23,48 Minuten. So schnell war er zuvor noch nie gelaufen. Der TSV-ler lief ein taktisch cleveres Rennen und hätte mit einem etwas früheren Endspurt sogar noch die Chance auf Bronze gehabt. Für Lukas Zorn war über 1.500 Meter der U20 hingegen nicht mehr drin. Er wurde Vierter in 4:23,62 Minuten. Bei den Mädels in der W15 schaffte es Katharina Discher auf Rang fünf über 800 Meter. Sie lief die vier Hallenrunden in 2:32,19 Minuten. Teamkollegin Stella Choi freute sich über 2.000 Meter ebenfalls auf Rang fünf. In 8:07,62 Minuten stellte sie eine neue Bestzeit auf und verbesserte sich um stolze zwölf Sekunden. Eine neue Bestleistung leuchtete auch bei Leonie Margraf auf der Anzeigetafel auf. Sie konnte sich über 800 Meter in der W14 auf 2:47,79 Minuten steigern. Ein gutes Rennen, in dem Margraf den Schlussspurt genau zur richtigen Zeit ansetzte und sich so noch einige Plätze nach vorne verbessern konnte. In der U20 ging Julia Blum im Einzel über 60 Meter an den Start. Sie lief die Strecke in

8,72 Sekunden.

Lars Hieronymi und Manuel Christof Staffel-Hochschulmeister

Bei den Deutschen Hochschulmeisterchaften in Sindelfingen hat Lars Hieronymi zwei Mal zugeschlagen und eine Gold- sowie eine Bronzemedaille geholt. Gemeinsam mit Teamkollege Manuel Christof sowie Lukas Abele und Jonathan Seidel kam das Studenten-Quartett der WG Gießen in der Schwedenstaffel auf 3:35,23 Minuten. Dazu erkämpfte sich Lars Bronze über 200 Meter. In 21,97 Sekunden stellte er eine neue Saisonbestzeit auf und knackte die B-Norm für die "Deutschen". Im 60 Meter-Sprint kam der LG-Athlet nach 7,07 Sekunden im Vorlauf ins Finale. Dort steigert sich Hieronymi auf 7,00 Sekunden und wurde Fünfter.

LG-Athleten holen drei Medaillen bei den "Hessischen"

Die Aktiven bzw. die U18 haben bei "ihren" hessischen Hallenmeisterschaften in Kalbach im Januar eine Gold- und zwei Silbermedaillen geholt. Vor allem Sprinter Lars Hieronymi machte einen sehr guten Eindruck. Der frischgebackene deutsche Hochschulmeister gewann die 200 Meter der Männer in Saisonbestzeit von 21,90 Sekunden und ließ damit die große Konkurrenz hinter sich. "Damit sind wir sehr zufrieden", sagte Trainer Volker Weber hinterher. Außerdem kam Hieronymi mit der Staffel auf Rang vier. Keine drei Zehntel fehlten dem Quartett mit Steven Müller, Manuel Christof und Tim Dillemuth am Ende zur Medaille. Die LG lief die 4x200-Meter in 1:30,91 Minuten. Im Einzel kam der angeschlagene Steven Müller in 22,63 Sekunden auf Rang sechs, Tim Dillemuth brauchte 23,63 und Manuel Christof 23,75 Sekunden. Richtig happy war Felix Roytburg nach seinem Start bei den Hessischen. Beim erst zweiten 200 Meter-Lauf seiner noch jungen Karriere, kam der U20-Athlet auf 23,96 Sekunden (Bestleistung). Über 60 Meter war Roytburg nicht ganz so schnell wie bei seinem letzten Wettkampf, kam in 7,41 Sekunden ins Ziel. Lars Hieronymi konnte sich nach 7,03 Sekunden im Zwischenlauf auf flotte 6,97 Sekunden steigern.

Über 400 Meter glänzte Tim Dillemuth als Sechster mit neuer persönlicher Best-

leistung von 51,21 Sekunden. Manuel Christof wurde in 52,33 Sekunden Elfter. Marlon John schaffte über die 1.500 Meter der Männer zwar einen Top-8-Platz, war mit seiner Zeit von 4:29,18 Minuten aber nicht zufrieden. Für die Senioren Richard Loos, Oliver Kurtz, Werner Waschbüsch und Rupert Klopsch war der Test bei den Aktiven ein erfolgreicher. Sie finisten in 1:59,11 Minuten als Siebte über 4x200-Meter.

In der U18 feierte Peer Michel Hagen Silber über 800 Meter. Er lief in 2:03,13 Minuten zu einer neuen Hallenbestzeit und hatte im Ziel nur eine Sekunde Rückstand auf den Sieger. "Das war sehr gut, er ist taktisch super gelaufen, leider hat zum Schluss etwas die Kraft gefehlt. 40 Meter vor dem Ziel war er noch auf Platz eins", analysiert Trainer Holger Beims. Ein weiteres Lauftalent aus Beims' Trainingsgruppe holte ebenfalls Silber: Amelie Tortell. Zum ersten Mal ging sie in der Halle über 1.500 Meter an den Start. "Sie hat beim Lauf starkes Seitenstechen bekommen und sich durchgekämpft. Sonst wäre sie deutlich schneller gewesen", so Beims über das Rennen, das Tortell in einer Zeit von 5:05,03 Minuten absolvierte. Gemeinsam mit der 4x200-Meter-Staffel der LG wurde Amelie Tortell Achte. Das Quartett mit Elisa Linkenbach, Melina Kautz, Katharina Discher und Tortell rannte 1:54,51 Minuten. Obwohl zwei der Mädels noch der W15 angehören, waren sie zwei Sekunden schneller als letztes Jahr. Top bei den Frauen war der Auftritt von Dana Prada. Die mehrfache deutsche Seniorenmeisterin kam über 400 Meter in 60,60 Sekunden auf Rang sechs.

Steven Müller wird Süddeutscher Vizemeister

Bei den Süddeutschen in München am Wochenende hat Sprinter Steven Müller gezeigt: Mit ihm wird zu rechnen sein in den kommenden Wochen. Die 200 Meter sprintete er im Vorlauf in Saisonbestzeit von 21,58 Sekunden in der schnellsten Zeit aller Teilnehmer. Im Finale musste sich der WM- und Olympiastarter dann hauchdünn um eine Hundertstel geschlagen geben. Seine Zeit im Ziel: 21,63 Sekunden. "Ich konnte am Wochenende 100 Meter

durchziehen und musste es danach laufen lassen, weil ich den Schritt noch nicht so durchziehen kann", berichtet Müller. Doch der Wettkampf hat gezeigt, dass es nach anfänglichen Problemen in der Hallensaison nun im wahrsten Sinne des Wortes in die richtige Richtung läuft. Teamkollege Lars Hieronymi kam im Einzel über 200 Meter auf 22,10 Sekunden und flog über 60 Meter im Zwischenlauf nach einem Fehlstart raus.

Eine weitere Medaille gab es für Steven Müller mit seinen Staffelkollegen. Über 4x200 Meter holte er als Startläufer zusammen mit Lars Hieronymi, Manuel Christof und Tim Dillemuth die Bronzemedaille. Eine weitere Medaille ergatterte die LG wie erhofft in der weiblichen Jugend U18 über 800 Meter. Lauftalent Amelie Tortell verbesserte ihre Hallenbestzeit um fünf Sekunden (!) auf 2:14,52 Minuten und wurde in einem dramatischen Finish Dritte. "Amelie lief taktisch sehr klug die ersten 450 Meter auf Position zwei", berichtet Trainer Holger Beims, "ging dann in Führung, wehrte mehrere Angriffe in den Kurven geschickt ab und wurde erst auf den letzten Metern noch von zwei Konkurrentinnen denkbar knapp überholt." Die ersten Drei kamen alle innerhalb von einer halben Sekunde ins Ziel.

Knapp an einer Medaille vorbei lief die 4x400 Meter Mixed-Staffel der Kreisstädter. Tim Dillemuth, Anna Hülsmann, Manuel Christof und Dana Prada absolvierten die Strecke in 3:45,03 Minuten nicht ganz so schnell wie zuvor erhofft und mussten sich als Vierte knapp geschlagen geben. Über 4x400 Meter der Männer landete die LG auf Rang fünf. Für die Besetzung Manuel Christof, Tim Dillemuth, Marlon John und Lukas Zorn stoppte die Zeit im Ziel beim 3:36,17 Minuten. "Circa eine halbe Stunde nach der 4x200 Meter-Staffel liefen Manuel und Tim auch in der 4x400 Meter-Staffel. Trotz der sehr kurzen Pause war Manuel als Startläufer sogar schneller als am Vortag", so Trainer Volker Weber, der mit dem Ergebnis zufrieden war.

>> Die Wintersaison der Kids

(mw) In der Wintersaison waren die TSV-Kids nicht nur in der Halle bei KiLa-Veranstaltungen dabei, sondern auch viel draußen unterwegs. Nachfolgend seht ihr eine Auswahl der Wettkämpfe (chronologisch) und tolle Fotos dazu!

Viermal die vier in Altenstadt!

Zum Oberhessencup-Autakt im Januar waren 15 TSV/LGIer beim Dreikönigslauf in Altenstadt am Start, darunter 13 Schülerinnen und Schüler beziehungsweise Bambini – eine starke Quote! Im Bambinilauf siegte Amélie Schreiner vor Malia Linde, Theo Kieckhäfer wurde



Maja Tredup belegt in Altenstadt den 13. Platz in der WU12

Zweiter. Leana Reimche, Lene Rodriguez und Jakob Löw machten das Starterfeld bei den jüngsten Teilnehmern für den TSV komplett. Im Schülerlauf über 1,8 Kilometer wurden Johannes Jordan (7:47 Minuten/mU12) und Lana Wiener (7:49/wU12) jeweils Vierte.



Milo Wiener (M.) beim Schülerlauf in Altenstadt.



Start der Bambinis.

Die weiteren Platzierungen: 8. mU12 Conrad Stenchy 8:16, 7. MU10 Milo Wiener 9:01, 10. wU12 Greta Behr 9:07, 15. mU12 Tim Haus 9:35, 13. wU12 Maja Tredup 10:16.

Jordan mit Geburtstags-Doppelsieg bei den Kreishallenmeisterschaften

Bei den Kreishallenmeisterschaften der Altersklassen U14 und U12 haben acht Vereine Titel gewonnen, darunter auch die TSVIer. Den Doppelsieg an seinem elften Geburtstag sicherte sich Johannes Jordan in der M11.

In den Dreikämpfen der Zehn- bis 13-Jährigen mussten die Athletinnen und Athleten jeweils 50 oder 60 Meter sprinten, den Weitsprung absolvieren und Kugelstoßen oder Ballwerfen. Im Vierkampf, an dem die Dreikämpfer nicht teilnehmen konnten, kam der Hochsprung hinzu.

Die Meisterschaften wurden wie gewohnt mit den Kreisen Main- und Hochtaunus ausgetragen.

Ein Geburtstagsständchen gab's bei der Siegerehrung für Johannes Jordan, der an diesem Tag seinen elften Geburtstag feierte. Nachdem Steven Dickhaut vom LSC Bad Nauheim über 50 Meter (7,84 – 7,87 sec) und im Weitsprung (4,14 – 4,05 m) knapp bessere Ergebnisse erzielt hatte, setzte Johannes mit 34 Meter im Ballwurf zum Überholmanöver an und legte 34 Punkte zwischen sich und den Bad Nauheimer.



Mannschaftsgruppenbild der TSV-Teilnehmer beim Dreikönigslauf in Altenstadt.

Über 4x50 Meter in der mU12 kam es ebenfalls zum Duell zwischen Kreis- und Kurstadt. Starke Wechsel bescherten den Fauerbachern mit Jordan, Lucas Schnellbacher, Henry Müller und Conrad Stenchy den Sieg in 30,87 Sekunden (LSC 31,26 sec).

Im Vierkampf der W13 war Nele Weil nicht zu schlagen und erzielte die höchste Punktzahl aller Teilnehmerinnen aus den drei Kreisen. 8,80 Sekunden über 60 Meter, 4,26 Meter im Weitsprung, 1,28 Meter im Hochsprung und 7,96 Meter mit der Kugel waren ihre Einzelergebnisse. Paula Baldauf setzte sich ebenso deutlich im Vierkampf der W12 durch (9,06 sec - 3,73 m - 1,28 m - 5,61 m).



Da strahlt das Geburtstagskind aber ganz besonders: Johannes Jordan feierte in der M11 seinen elften Geburtstag und den Doppelsieg.



Greta Behr (links) und Lana Wiener (rechts) sichern sich im KM-Dreikampf die Plätze zwei und drei.

Die TSV-Ergebnisse in der Übersicht: Dreikampf

M13: 4. Jonas Dratwa 1056 Punkte.

M12: 4. Paul Georgi 945.

M11: 1. Johannes Jordan 1078, 5. Conrad Stenchly 917, 6. Noah Linde 909, 8. Theodor Brinkmann 850, 13. Lucas Schnellbacher 745, 16. Tim Haus, 17. Advaith Beljith 691.

M10: 6. Henry Müller 764, 8. Alyan Khan 695, 11. Niclas Ott 666, 12. Jan Lufen 607, 13. Benjamin Ott 604, 14. Tim Brünner 512, 15. Leonas Seipel 393.

W13: 6. Carolin Gröninger 1011, 7. Louisa Wedemeyer 992, 8. Frida Damerius 950.

W12: 7. Salena Azaatan 926, 12. Olivia Moussalli 858, 16. Melina Lipowicz 809, 20. Marietta Friedl 679.

W10: 2. Greta Behr 930, 3. Lana Wiener 928, 7. Paula Damerius 858, 9. Maja Tredup 783.

Vierkampf



Ganz oben auf dem Treppchen: Paula Baldauf gewinnt in Kalbach die W12.



Sieg für das U12-Team in Rodheim!

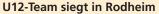
W13: 1. Nele Weil 1691. W12: 1. Paula Baldauf 1484.

Staffeln

mU12: 1. Johannes Jordan, Lucas Schnellbacher, Henry Müller, Conrad Stenchly 30,87 sec, 4. Linde, Brinkmann, Khan, Beljith 34,96 sec, 5. Brunner, Ott, Ott, Lufen 36,94 sec..

wU14: 2. Paula Baldauf, Frida Damerius, Louisa Wedemeyer, Nele Weil 62,13 sec, 5. Azaatan, Friedl, Lipowicz, Moussalli 69,00 sec.

wU12: 4. Damerius, Tredup, Behr, Wiener 33,70 sec.



Zum achten Mal hat Ende März die LG Rosbach-Rodheim seinen Kinderleichtathletik-Wettkampf in der Halle für die U8, U10 und U12 ausgerichtet. Die Ältesten holten sich dabei den Sieg, die U8 musste sich nur dem VfL Altenstadt geschlagen geben und die U10 wurde Sechster.

Eine homogene, starke Teamleistung zeigte die U12 in der Rodheimer Halle. Im 30-Meter-Sprint und im Scherhochsprung waren die TSV Flitzer nicht zu



Das TSV-Team macht sich warm in Rodheim



Die U10 kommt in Rodheim auf Rang sechs.

schlagen, im Kugelstoßen war von den fünf Teams nur die Dortelweiler Super-Renner besser. Ein verpatzter Wechsel kostete dann mindestens Rang zwei in der Staffel, denn in der 30-Meter-Hindernisstaffel waren zwei Teams nicht mal eine Sekunde schneller. Dennoch reichte es mit acht Platzierungspunkten zum knappen Sieg vor dem VfL Altenstadt (9). Zum Team gehörten Conrad Stenchy, der in zwei Disziplinen beste Athlet des Tages Johannes Jordan (4,9 sec/30m und 1,20m im Scherhochsprung), Henry Müller, Lucas Schnellbacher, Noah Linde, Greta Behr, Lana Wiener, Paula Damerius und Advaith Beljith.



Die U8 holt sich Rang zwei in Rodheim. Stolz werden die Urkunden präsentiert.

Die U10 hatte es mit sechs weiteren Teams zu tun. Die beste Leistung erzielten die TSV Flitzer mit Rang drei im Hoch-Weitsprung. Das TSV-Team bildeten Erik Michael, Milo Wiener, Ole Lintl, Carlotta Berthold, Hanna Lipowicz, Sophie Imbierowicz, Alia Hashad, Jolina Jones und Greta Morschett.

Nur vier Teams waren in der U8 am Start. Im 30-Meter-Sprint waren die Flit-

zer zusammen mit den Altenstädter Minis das schnellste Team, auch hier gab es im Hoch-Weitsprung ein weiteres Mal nur einen Platzierungspunkt. Im beidarmigen Stoßen stand Rang zwei zu Buche, sodass es mit acht Platzierungspunkten zu Rang zwei hinter den Altenstädter Minis (6) reichte. Die TSV Flitzer waren am Start mit Melia Linde, Amélie Schreiner, Andre Tschäpe, Janno Esslinger, Elena Baethge, Lene Rodrigues, Jakob Löw, Christian Ivanov, Jakob Okeke und Saira Babar.

Alle Ergebnisse

U8

- 1. Altenstädter Minis (VfL Altenstadt) 6
- 2. TSV Flitzer (TSV Friedberg-Fauerbach) 8
- 3. Rote Teufel (LG Rosbach-Rodheim) 10
 4. Apple-Kids (TSG Wehrheim) 15



Ein (Staffel-) Team: Lana Wiener, Maja Tredup, Greta Behr und Paula Damerius gewinnen über 4x50m.

- 1. Die roten Teufel (LG Rosbach-Rodheim) 7
- 2. Altenstädter Stoppelhopser (VfL Altenstadt) 8
- 3. Echzells junge Wilde (TV Echzell) 9
- 4. Apple-Kids (TSG Wehrheim) 18
- 5. LSC Blau Bären (LSC Bad Nauheim) 206. TSV Flitzer (TSV Friedberg-Fauerbach)22
- 7. Echzells junge Wilde 2 (TV Echzell) 25 U12
- 1. TSV Flitzer (TSV Friedberg-Fauerbach)8
- 2. Altenstädter Wild Kizz (VfL Altenstadt) 9
- 3. Rote Flitzer (LG Rosbach-Rodheim) 13
- 4. Dortelweiler Super-Renner) SV Fun-Ball Dortelweil) 14
- 5. Echzells Wilde KMS Kids (TV Echzell)
 16

Drei erste Plätze beim Bad Nauheimer Lauf-Meeting samt Langstaffel-Kreismeisterschaften

Paula Baldauf, die wU12-Staffel über 4x50 Meter und die TSV Flitzer in der U10 haben beim Lauf-Meeting mit Langstaffel-Kreismeisterschaften Ende April im Bad Nauheimer Waldstadion Siege für den TSV geholt. Die Veranstaltung hatte mit Schneeregen begonnen, später waren es bei phasenweisem Sonnenschein aber gute – wenn auch immer noch kalte – Bedingungen beim LSC Bad Nauheim.

Maja Tredup kam in der W10 über 50 Meter in 8,89 Sekunden auf Rang zwei. Greta Behr, Paula Damerius und Lana Wiener kamen in der Kreismeisterschaftswertung über 3x800 Meter in der wU12 hinter dem VfL Altenstadt in 10:01,01 Minuten auf Rang zwei.



Unsere U10 siegt in Bad Nauheim. Die Trainerinnen Melina und Greta sind sichtbar stolz auf ihr Team.

Gemeinsam starteten die vier genannten Mädels über 4x50 Meter sicherten sich den Sieg vor Altenstadt. Dabei steigerten sie ihre Hallenbestzeit um knapp eine Sekunde.

In der M10 wurde Jan Lufen über 50 Meter Dritter in 9,12 Sekunden. Der ein Jahr ältere Advaith Beljith rannte die 50



Auch die Jungs haben alle Urkunden bekommen.



Unsere 4x50-Meter-Staffel der U12 in Bad Nauheim (v.l.): Conrad Stenchly, Henry Müller, Lucas Schnellbacher und Johannes Jordan

Meter in 8,82 Sekunden (4.). Jeweils zwei Staffeln stellte der TSV in der mU12. Über 4x50 Meter sprinteten Johannes Jordan, Lucas Schnellbacher, Henry Müller und Conrad Stenchly in 30,74 Sekunden zu Rang zwei. Sie blieben damit knapp unter ihrer Bestzeit aus der Halle und mussten sich nur dem LSC Bad Nauheim geschlagen geben. Auf Rang drei liefen Tim Brünner, Advaith Beljith, Jan Lufen und Julien Staudt in 35,24 Sekunden ins Ziel. Henry Müller, Lucas Schnellbacher und Johannes Jordan wurden über 3x800 Meter Dritte im Kreis in 9:09,80 Minuten hinter Bad Nauheim und Altenstadt. Die zweite Staffel lief mit Conrad Stenchly, Tim Brünner und Julien Staudt in 10:15,22 Minuten auf Rang vier.

Sowohl für die U8 als auch für die U10 gab es ein Staffel-Rahmenprogramm. Waren ursprünglich drei verschiedene Staffelläufe geplant (6*30m Hindernis-Sprint-Staffel, Rundenstaffel mit Zielwurf und Zick-Zack-Staffel), so musste aufgrund der schlechten Witterungsverhältnisse kurzfristig die Zick-Zack-Staffel gestrichen werden. Die Kids freuten sich jedoch, dass der Wettkampf dennoch durchgeführt werden konnte. Die TSV-Flitzer der U10 holten sich hier mit Altenstadt und Bad Nauheim den Gesamtsieg bei vier Mannschaften. Es starteten Hannah Dill, Sophie Imbierowicz, Milo Wiener, Ole Lintl, Erik Michael und Schêr Kilgin.

Die U8 wurde nach zahlreichen kurzfristigen krankheitsbedingte Ausfällen Zweiter. Am Start waren Malia Linde, Jannik Denne, Jakob Okeke und Lene Rodriguez. Da jedoch sechs Kinder pro Team benötigt wurden, half uns noch mit jeweils einem Kind der VfL Altenstadt und der LSC Bad Nauheim aus. Vielen Dank nochmal an dieser Stelle. So konnten alle Kids, die da waren, auch starten.

In den höheren Altersklassen gab es einen Sieg für Paula Baldauf in der W12 über 75 Meter in 10,82 Sekunden. Platz zwei in der Kreismeisterschaft ging an die wU16-Staffel mit Sophie Meichner, Stella Choi und Leonie Margraf in 8:47,29 Minuten. Aufs Podium lief noch Nele Weil in der W13 über 75 Meter in 10,52 Sekunden. Frida Damerius wurde hier Zehnte in 12,12 Sekunden. In der M13 wurde Jonas Dratwa in 10,77 Sekunden Zweiter, Kathleen Rehbeil (W12) wurde Fünfte in 12,13 Sekunden. Die wU14-Staffel über 4x50 Meter mit Olivia Moussalli, Paula Baldauf, Frida Damerius und Nele Weil wurde zeitgleich mit Altenstadt Zweite in 43,33 Sekunden.



Unsere beiden 4x50-Meter-Staffeln der mU12 links und rechts.



Paula Baldauf (links) gewinnt bei kaltem Aprilwetter.



Alle an einem Holz: Paula Baldauf, Olivia Moussalli, Frida Damerius und Nele Weil (v.l.).



Starkes Trio: Carolin Gröninger, Frida Damerius und Louisa Wedemeyer in der Halle.



Da strahlen vier in die Kamera: Melina Lipowicz, Salena Azzatan, Olivia Moussalli und Marietta Friedl (v.l.).



Hochkonzentriert: Paula Baldauf (rechts) und ??? (links) kurz vor dem Staffel-Startschuss.



Die Truppe von Trainerin Petra Brzezniak (rechts) mit ihrer Urkunden-Ausbeute.

>> TSV-Skifreizeit: Endlich mal wieder nach Winterberg!

Nach einer vierjährigen Pause, hauptsächlich bedingt durch Corona, war es dieses Jahr endlich wieder soweit! Die Trainingsgruppe der Jugendlichen U16/U18/U20 unter der Leitung von Trainer Holger Beims fuhr zum zweiten Mal zur Skifreizeit nach Winterberg.

Nach dem erfolgreichen Abschluss der Hallensaison machten sich sodann 15 Jugendliche im Alter zwischen 13 und 19 Jahren sowie zwei Betreuer mit zwei Kleinbussen und einem privaten PKW auf den Weg ins Sauerland. Durch das frühe Winterende und die damit bedingten sehr frühlingshaften Temperaturen war das Lift- und Pistenangebot vor Ort leider sehr begrenzt, was dem Spaß am Wintersport aber keinen Abbruch tat.

Die sieben Anfänger erlernten unter der Leitung von Skilehrer Holger, Spitzname Ski-Toni, den Umgang mit den ungewohnten Brettern am Fuß, die Fortgeschrittenen heizten unter der Aufsicht von Timo Slota die Hänge hinunter. Abends gab es nach dem gemeinsam zubereiteten Abendessen dann noch Hüttenzauber mit Kaminfeuer und Gesellschaftsspielen. Am zweiten Tag wurde zur Abwechslung und zur Freude der Speedjunkies noch die örtliche Sommerrodelbahn angetestet.

Es war ein rundum gelungenes Wochenende mit viel Spaß und ohne Verletzungen. Nächstes Jahr steht daher eine Wiederholung auf dem Programm, also auf zur TSV-Skifreizeit 2025 und schon mal als "Save the Date" im Kalender vermerken.



Natürlich musste sich nach der Anstrengung auf der Piste auch immer gemeinsam gestärkt werden.



Gruppenfoto vor toller (präparierter) Schnee-Kulisse.

>> TSV-Brettlfans zum Saisonabschluss am Kronplatz

Der Skisport steht nicht gerade im Zentrum der TSV-Aktivitäten. Dennoch: Viele Skifreizeiten hat der Verein schon organisiert, besonders die mit Jugendlichen sind legendär geworden und bleiben den Beteiligten lebenslang in guter Erinnerung. Aber auch die Brettl-Fans fortgeschrittenen Alters können auf wunderschöne gemeinsame Ski-Wochen zurückblicken. Der Berichterstatter war seit 2009 beim alljährlichen Abschluss der Ski-Saison dabei und hat 15 Ski Exkursionen miterlebt.

2009 auf der Resterhöhe bei Kitzbühel, dann auf der Simal-Hütte bei Saalbach-Hinterglemm,, es folgte die Pralongiahütte bei Corvara (2011). Insgesamt sieben Mal ging es nach Wagrain (Almstadl und Wagrainer Haus), wir lernten die Gehwolfalm in Großarl (2013), das Hotel Zerres in Partenen (2015) kennen und drei Mal das Skigebiet am Kronplatz im Rifugio Panorama.

Dorthin zog es zuletzt wieder die eingefleischten Brettl-Fans des TSV, um die Skisaison gebührend abzuschließen. Erneut dabei waren Volker Weber, Hajo Müller, Vereinsarzt Wolfgang Pilz, Haimo Emminger und seine Tochter Eva. Ein recht geschrumpftes Team, wenn man bedenkt, dass 2009 noch zwölf Sportler mitfuhren. Ein alpiner Abschmelzungsprozess, zwar nicht mangels Schnee, aber fortgeschrittenes Alter, Kinder mit eigenen Vorstellungen, Terminprobleme etc. forderten ihren Tribut.

Los ging es am 3. März um 6 Uhr an der TSV-Turnhalle im Großraumwagen von



Blick von Rifugio Panorama auf Marmolada bis Peitlerkofel



Herrliche Pistenverhältnisse und meist gutes Wetter.

Volker. Fast ohne Staus - es war ein Sonntag - überquerten wir Fernpass und Brenner, bogen bei Brixen erst in das Pustertal, dann ins Gadertal ab und erreichten schon gegen 13.30 Uhr über die kurvenreiche Strecke oberhalb von St. Vigil die Talstation der Kabinenbahn Ruis auf 1747 m. Dort sollte Hüttenwirt Paolo unser Gepäck per Motorschlitten abholen. Eine Fahrstraße zum Rifugio gibt es im Winter nicht. Um Skifahrer nicht zu gefährden, konnte er erst gegen 16 Uhr über die Piste zu unserer Unterkunft hinauffahren. Es war nicht zu kalt, so verkürzten wir uns die Wartezeit mit Umziehen, Ausladen und

Speis und Trank auf der Terrasse einer Skihütte und hatten zugleich besten Blick auf einen höchst witzigen Arschrodelwettbewerb des Tourismusvereins St. Vigil.

Nach Verladung des Gepäcks in den Anhänger von Paolos Schneemobil brachte die Kabinenbahn uns endlich auf das Kronplatz-Plateau (2.300 m), wo zahllose Pisten nach allen Himmelsrichtungen abgehen. Nach Süden zogen wir die ersten Schwünge – juhu, das geht ja noch! – 300 Höhenmeter hinunter zum Rifugio, wo unser Gepäck schon angekommen und auf die Zimmer gebracht





In die Skischuhe steigen ist oft stressig, stimmt's Hajo und Wolfgang?

worden war. Herzlich hieß uns Paolos Familie mit einem standesgemäßen Umtrunk willkommen – sind wir doch bereits zum dritten Mal zu Gast in der angenehmen "Skihütte mit Hotelcharakter" und einer hervorragenden italienischen Küche.

Mitten im Skigebiet nahe dem verschneiten Wald gelegen ist unsere Unterkunft eine Wohltat für Ohren und Lungen. Dazu die grandiose Aussicht auf die Südtiroler Berge - von Marmolada bis Peitlerkofel. Und nach dem Frühstück bei Sonnenschein Ski angeschnallt und ohne Anstehen beim Lift die erste Abfahrt auf nachts frisch präparierter Piste! Was will das Skifahrerherz mehr? Geniale Bedingungen, um sich einzufahren und an Sicherheit zuzulegen. Am Dienstag bei etwas diesigem Wetter ging es auf die ersten schwarzen Pisten. Ein herrliches Erlebnis, das nach der zweiten Abfahrt für Haimo allerdings mit einem folgenschweren Sturz endete: Auf fast ebener Strecke schlug er mit der rechten Schulter und dem Brustkorb unversehens auf eine eisige Bodenwelle. Mit Hilfe der Kameraden kam er zwar wieder auf die Beine, schaffte es unter Schmerzen zum nahen Lift und vom Kronplatz-Plateau breitspurig und vorsichtig hinunter zur Hütte. Vereinsarzt Wolfgang stellte sachkundig größere Schulterprellungen und Zerrungen fest, vermutete auch einen Rippenbruch. Auf einen Krankenhausbesuch wurde verzichtet, da sehr umständlich und auch wenig sinnvoll, denn ein Rippenbruch muss von selbst ausheilen, so der Vereinsarzt. Also kamen reichlich Voltaren, Franzbranntwein und Ibuprophen zum Einsatz. Wolfgangs Kodein schaffte dem Gestürzten einen lustigen Abend. Es folgten viele Lesestunden, während die Gruppe die großartigen Schneeverhältnisse nutzte und am Mittwoch bis zu den Pisten bei Alta Badia vorstieß. Ein besonderes Vergnügen brachte der sonnige Donnerstag bei 20 cm Neuschnee. Aber auch hier lauern Gefahren, wie diesmal Volkers linke Schulter erfuhr.

Am Freitag setzte wieder Schneefall ein und die schlechte Sicht veranlasste auch Wolfgang, sich im Rifugio zu erholen, während der Rest den widrigen Verhältnissen trotzte. Die Abende verkürz-



Vor dem Rifugio: Hajo, Eva, Wolfgang, Volker, Haimo (von links).

ten wir uns einmal mehr mit dem Strategiespiel "Dog – den Letzten beißen die Hunde" und mit aufschlussreichen Gesprächen mit der Wirtsfamilie, die ihr Rifugio nur im Winter betreibt, und mit anderen Gästen.

Nach einer ereignisreichen Skiwoche mit rund 180 gefahrenen Pistenkilometern fuhren alle am Sonntag über die erneut frisch präparierte Piste die 300 Höhenmeter vom Rifugio zum Parkplatz hinunter, verluden das Gepäck aus dem Schneemobil ins Auto und nahmen Abschied von Paolo und dem tollen Skigebiet.

Haimo litt ganz besonders, nicht nur wegen seiner Schulter und – wie sich später im Bürgerhospital herausstellen sollte – wegen zweier gebrochener Rippen, denn schweren Herzens hatte er beschlossen, nach seinem Sturz und angesichts seines Alters künftig nicht mehr auf die Brettln zu steigen.

Er tröstete sich mit dem Gedanken, 80 Jahre Skifahrer gewesen zu sein und ließ seine geliebten Völkl Race Tiger am Kronplatz zurück, um nicht rückfällig zu werden. Abends waren wir voll neuer Eindrücke wieder zu Hause. Wer wird wohl nächstes Jahr wieder dabei sein?

Haimo Emminger



Haimo-Beweisfoto: 80 Jahre auf Ski

>> Neues aus der Turnhalle

Begeisterung beim Kurs-Special "Putz-Fit"



Blick in das bunte Treiben in der Halle.

Nach langer Pause hatte der Vorstand seine aktiven Mitglieder zu einem besonderen Tages-Special eingeladen: Putz-Fit! Jeder, der Lust und Zeit hatte, neue Bewegungsformen auszuprobieren, war eingeladen, am 9. März das beim dynamischen Putz-Fit auszuprobieren. Über 50 große und kleine Vereinsmitglieder wollten ihr Können unter Beweis stellen.

Der Vorstand hatte in der Turnhalle für jeden Bereich genaue Arbeitsanweisungen ausgehängt, so konnte jeder blitzschnell entscheiden, welcher Raum sein Lieblingsraum werden sollte, den es an



Natürlich wurde auch etwas zusammen gegessen: Die Pizza ging weg wie nix nach dem anstrengenden Putzen.

diesem Vormittag mit flotten Moves auf Hochglanz zu polieren galt.

Mit Feuereifer waren selbst die 10-Jährigen beim Fenster putzen dabei! Überall wurde bei bester Laune geschrubbt. Eine Kiste Schokoküsse brachte die Kinderaugen zum Leuchten und führte zu noch fleißigerem Arbeiten. Ganz Mutige und Schwindelfreie kletterten auf das Gerüst und reinigten die Oberlichter und die Lüftungsrohre. In den Materialräumen wurden auch die hintersten Ecken frei geräumt und geputzt, das Material gereinigt und danach wieder ordentlich aufgeräumt. Manches verloren geglaubte wurde wiedergefunden und steht nun wieder im Sportbetrieb zur Verfügung.

Alle Heizkörper wurden mit filigranen Gerätschaften bis in die letzte Furche gereinigt, sodass Hausstauballergiker die nächste Zeit beim Training frei atmen können. Die Theke und die Küche wurden so gut gereinigt, dass es jetzt wieder eine Freude ist, darin zu arbeiten. Auch unser Clubraum wurde einer Komplettreinigung unterzogen und strahlt Frische und Sauberkeit aus. Immer wieder konnte der Vorstand Brei-



Auch rund um die Theke wurde geputzt und geschrubbt.

tensport, Hans Moder, interessierte Mitglieder durch die Katakomben der Turnhalle führen und alle waren begeistert, auch mal diesen Teil unserer Turnhalle sehen zu können. Um 12.30 Uhr verkündete Vorstandssprecherin Bianca Hofmann: "Die Pizza ist da". Schnell waren Tische und Bänke im Hof aufgestellt, genauso schnell war die Pizza in den hungrigen Mägen verschwunden, sodass weitere Pizzen nachbestellt werden mussten.



Dutzende Gläser wurden gespült.

Um 14 Uhr waren auch die letzten Arbeiten erledigt, sodass der Vorstand mit großer Freude feststellen konnte: Unsere Mitglieder haben Freude an jeder Art von Bewegung und auf sie ist Verlass! Mit einem großen Dankeschön an alle Helferinnen und Helfer beendete Bianca Hofmann den großen Putz-Fit-Tag.

Hans Moder

Sportabzeichen-Training – immer freitags auf dem Burgfeld!

Seit dem 3. Mai findet auf dem Friedberger Burgfeld wieder das Training für das Sportabzeichen statt. Neu ist der Zeitpunkt des Trainings: Der TSV ist wieder auf Freitagabend, 18 Uhr, gegangen. Unser zuständiger Vorstand Hans Moder konnte sich ja im vergangenen Jahr über einen neuen Rekord freuen, was die Abnahme der Sportabzeichen anging. Noch nie haben so viele Sportlerinnen und Sportler des TSV ihr Sportabzeichen gemacht. Insgesamt 82 mal waren sie erfolgreich.

Jetzt geht es also den Sommer über wieder ans fleißige Trainieren, damit am Ende der Saison vielleicht noch ein paar mehr ihr Abzeichen entgegen nehmen können.



"Scannen statt rennen" Und:

Wir retten nur die Schönen!

(BP) Beim Notfalltraining des TSV zusammen mit dem DRK im März in unserer Turnhalle haben wir alle viel gelernt: Die Ruhe zu bewahren und sich zuerst einen Überblick zu verschaffen, den oder die Betreffenden hinsetzen und beruhigen. Das ist der erste Schritt.



Gruppenfoto mit den "Verletzten".

Auch dabei bleiben und erfragen, was passiert ist, wie der Patient am liebsten sitzen, liegen oder auch eine Schonung einnehmen möchte, das sollten wir zunächst respektieren.

Manchmal ist es wichtig, eine Verletzung mit einem Verbandstuch sauber abzudecken. Kleinere Verbände wurden von uns angelegt, zum Beispiel einen Druckverband am Kopf oder an der Hand oder am Knie.

Bei starker Schwäche oder großem Blutverlust sollen wir den Patienten auf den Boden legen, die stabile Seitenlage einrichten und den Kopf nach hinten überstrecken, damit die Atemwege frei bleiben. Alle haben am Boden die Herzdruckmassage geübt sowie das Vorgehen mithilfe eines Defibrillators ganz ausführlich besprochen.

Als schwierig empfanden wir das Ausziehen eines Motorradhelms im Liegen. Doch hier, sowie bei all unseren unterschiedlichen Fragen, wurden wir von



Beim Notfalltraining wurden auch Verbände angelegt.

Monja vom Deutschen Roten Kreuz Friedberg in allen Belangen super angeleitet. Insgesamt war das eine sehr gelungene und wichtige Veranstaltung. Vielen Dank an dieser Stelle von allen Teilnehmern, dass der TSV uns dieses Notfalltraining ermöglicht hat!

>> Termine 2024

03.07. Ovag Sprint Cup

06. / 07.07. Die hessischen Meisterschaften U16/20

Fitness-Party vereint Zumba und POUND: Drei Stunden schwitzen im Rhythmus der Musik

Ein voller Erfolg war die erste Fitness-Party des TSV im Februar: 40 Sportbegeisterte fanden am frühen Samstagabend den Weg in die Turnhalle, um gemeinsam im Rhythmus der Musik die Hüften zu schwingen und im Takt die Stöcke zu schlagen. Auf der Bühne wurden sie angeleitet von den Instruktorinnen Simone Hinkel für Zumba und Mareike Leidecker für POUND. Viele der Mitmachenden sind regelmäßig in den Kursen dabei, einige kannten aber



Richtig synchron, die Choreo!

beide Programme noch nicht. Viel Lob gab es für den guten Sound und eine stimmungsvolle Lichtshow. Christian Weber hatte gemeinsam mit Alexander Reinhardt die Technik am Nachmittag aufgebaut.

Mit einer knappen Stunde Zumba Gold wurden die Teilnehmer zu Beginn der Fitness-Party mit lateinamerikanischer Musik richtig aufgewärmt. Zumba, das weltweit erfolgreiche Tanzfitness-Pro-



Mit Spaß dabei: Simone Hinkel beim Zumba!



Alle Stöcke hoch!

gramm, gibt es seit 2018 beim TSV. Inzwischen in den beiden Kursen Gold (etwas gemäßigter und gut geeignet für Einsteiger) und Fitness (intensives Cardio-Workout).

Dann galt es, kurz durchzuatmen vor dem nächsten Part. In der Pause besorgten sich alle Matten und die POUNDtypischen Ripstix, die Schlagzeugstöcken ähneln. Auf der Bühne gab Mareike die Choreo zu mitreißender Musik vor und das gemeinsame Schlagen der Ripstix mit zunächst einfacheren und dann immer komplexeren Abfolgen erzeugte einen ganz besonderen Vibe. Die POUND-Stunde, seit 2021 im Programm des TSV, ist von Beginn an sehr gefragt. Hier werden Cardio- und Krafttraining in einem intensiven Workout zu mitreißender Musik kombiniert. Durch die wiederkehrenden Choreos lässt sich der Stress des Alltags vergessen, und man merkt meistens erst am nächsten Tag, welche Muskeln trainiert wurden.

Obwohl es nach diesen ersten beiden Stunden schon ein ordentliches Workout war, gaben die Tanzbegeisterten noch einmal alles in der letzten Stunde bei Zumba Fitness, bei dem es auf der Fläche auch zu einem kleinen Tanz-Battle kam, in dem sich zwei Gruppen gegenüberstanden. Mit dem Cooldown und einem Stretching ging der sportliche Teil der Party zu Ende, bevor der Abend an der Bar noch bei vielen Gesprächen ausklang.

Simone und Mareike freuten sich gemeinsam mit Steffi Kleinpass, Abteilungsleiterin Fitness und Gesundheit, über die Leidenschaft aller Mitmachenden. "Toll, dass so viele so lange durchgehalten haben." Obwohl sich der eine oder andere Muskelkater schon andeu-



tete, tat dies nichts zur Sache: "Es war mega", so Beate Kahlert, die sich über den tollen Einblick in POUND freute und dass sie sich "mit Spaß auspowern" konnte. "Zumba macht einfach immer gute Laune, die Party mit der POUND-Einheit war wieder ein Highlight", schwärmte Petra Jastorff. Eine "super Atmosphäre" und "klasse Trainerinnen" lobte Gundi Jansen, die wie viele andere auf eine baldige Wiederholung hofft. "Gerne bald wieder", wünscht sich auch Heidi Streb aus dem Zumba Gold Kurs, die mit über 70 Jahren beste Argumente dafür liefert, dass Sport im Verein fit und gesund erhält.



Gruppenfoto von allen Teilnehmerinnen.

>> Neues vom Breiten- und Gesundheitssport

Neu im Breitensport: Übungsleiterin Chrissi Ziche

Wir stellen hier in der SPRINT ja in schöner Regelmäßigkeit neue Kurs- und Übungsleiter vor. Heute gibt es Infos zu Christine Ziche, die seit mittlerweile einem Jahr beim TSV ist.



Name: Christine (Chrissi) Ziche

Alter: 61

Wohnort: Reichelsheim/Wetterau

Qualifikation: Bewegungsfachkraft Prävention (Faszien-, Rücken-, Senioren-, Aquafitness-, Mobility- und Funktionaltrainer, Fitnesstrainer B, Ernährungsberater), Rehasport ÜL Orthopädie

Tätigkeiten: Drei Rehasport Gruppen und ein Kurs Beweglichkeit, sowie Vertretungen

Hobbys: Sport und Gesundheit, Reisen, Sprachen, Lesen, Musik, Aktivitäten mit der Familie, Nordic -Walking

Warum bin ich ÜL für den Rehasport: Mein größter Wunsch war es, meine erworbenen Fähigkeiten im Sportbereich umsetzen und anwenden zu dürfen. Mir bereitet es große Freude, andere zu motivieren, etwas für ihre Gesundheit zu tun und sich im besten Fall damit besser zu fühlen oder Spaß an der Bewegung zu finden. Orthopädische Probleme sind weit verbreitet und

nehmen immer mehr zu. Die Teilnehmer von ihren Schmerzen abzulenken und ihnen vielleicht sogar ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern, ist mir immer wieder ein Ansporn. Ich mag auch die Abwechslung und die spielerischen Möglichkeiten im Rehasport.

Was schätze ich beim TSV: Ich schätze am TSV die lockere und familiäre Atmosphäre, den respektvollen und stets hilfsbereiten Umgang miteinander, die Vielfältigkeit und wie offen und freundlich ich aufgenommen und sofort eingebunden wurde! Ich bin dankbar, hier ein großartiges Umfeld gefunden zu haben und hier tätig sein zu können.

Wie war mein Start beim TSV: Ende März 2023 ging es schnell und unproblematisch los, durch die Erkrankung einer Kollegin ergab sich für mich der Kontakt zum TSV und die Gelegenheit, sofort vertretungsweise einzuspringen. Mit Unterstützung von Hendrijk und Steffi bin ich gestartet, die Teilnehmer haben mich offen und freundlich angenommen. Außerdem hat mich der TSV beim Erwerb der Reha Sport Lizenz unterstützt.

Kurs-Special: "Entdecke Dein Wohlfühlgewicht"

Diese etwas andere Reiseroute Richtung Wohlfühlen begann Mitte Februar 2024. Angeleitet von Katja Turek und Bernd Lachmann, besuchen rund ein Dutzend Menschen diesen Kurs, mit dem Ziel, sich mit dem eigenen Gewicht auseinanderzusetzen bzw. sich im eigenen Körper (wieder oder weiterhin) wohlzufühlen. Zu Beginn ging es darum, Klarheit über das eigene Ziel und die eigene Motivation zu finden. Dazu wurde der Status Quo bezüglich des Gewichts im Zusammenhang mit dem eigenen Wohlfühlen schriftlich notiert.

Um das gewünschte Wohlfühlgewicht zu erreichen, müssen alte Gewohnheiten zurück gelassen werden und neue Gewohnheiten im Bereich der Ernährung und Bewegung in den Tagesablauf integriert werden. Mit gemeinsamen Gesprächen stärkt sich die Gruppe gegenseitig.

Weitere Stationen sind das Erreichen und Halten des neuen erwünschten

Lebensgefühls, zu dem es für den einen oder anderen bereits bereichernde Impulse gegeben hat.

Und: Wohlfühlen ist auch schon vor dem Ziel erlaubt, denn alles, was uns Energie schenkt, ist gut für unseren Weg!



Blick in den kleinen Saal der Turnhalle.

>> Erfolge in der Saison 2023/2024 des TSV und der LG ovag

Platz	Klasse	Disziplin	Leistung	Name		
Europam	uropameisterschaften					
1.	M55	400m (Halle)	54,61	Lachmann, Bernd		
1.	M55	4x200m (Halle)	1:41,32	Lachmann, Bernd		
1.	M55	4x200m Mixed (Halle)	1:45,88	Lachmann, Bernd		
1.	W40	Weitsprung (Halle)	5,54	Prada, Dana		
1.	W40	4x200m (Halle)	1:45,39	Prada, Dana		
1.	W40	4x200m Mixed (Halle)	1:37,97	Prada, Dana		
2.	M55	200m (Halle)	23,98	Lachmann, Bernd		
3.	M55	60m (Halle)	7,57	Lachmann, Bernd		
3.	W40	60m Hürden (Halle)	9,05	Prada, Dana		
TN	W40	200m (Halle)	26,07	Prada, Dana		
Deutsche	Meisterschaften					
1.	M55	60m (Halle)	7,62	Lachmann, Bernd		
1.	M55	200m (Halle)	24,58	Lachmann, Bernd		
1.	M55	400m (Halle)	55,17	Lachmann, Bernd		
1.	M60	60m Hürden (Halle)	9,58	Kurtz, Oliver		
1.	W60	200m (Halle)	30,14	Stopka, Jutta		
2.	M60	60m (Halle)	8,02	Kurtz, Oliver		
2.	M60	200m (Halle)	25,88	Kurtz, Oliver		
2.	W60	60m (Halle)	9,03	Stopka, Jutta		
3.	M60	4x200m (Halle)	1:54,03	Kurtz, Waschbüsch, Klopsch, Speidel		
4.	Männer	200m (Halle)	21,48	Müller, Steven		
5.	M60	Weitsprung (Halle)	5,02	Czekalla, Dr. Jörg		
6.	W60	60m (Halle)	10,35	von Sturm, Karola		
7.	W60	200m (Halle)	36,36	von Sturm, Karola		
TN	Männer	4x200m (Halle)	1:30,16	Müller, Hieronymi, Christof, Dillemuth		
TN	MJ U20	60m (Halle)	7,23	Roytburg, Felix		
TN	WJ U20	800m (Halle)	2:23,30	Tortell, Amelie		
Deutsche	Hochschulmeisters	chaften	T			
1.	Männer	4-1-1-2-Staffel (Halle)	3:35,23	Hieronymi, Christof		
3.	Männer	200m (Halle)	21,97	Hieronymi, Lars		
5.	Männer	60m (Halle)	7,00	Hieronymi, Lars		
Süddeut	sche Meisterschafter	1	T			
2.	Männer	60m (Halle)	21,63	Müller, Steven		
3.	Männer	4x200m (Halle)	1:29,84	Müller, Hieronymi, Christof, Dillemuth		
3.	WJ U18	800m (Halle)	2:14,52	Tortell, Amelie		
4.	Männer&Frauen	4x400m (Halle)	3:45,03	Dillemuth, Hülsmann, Christof, Prada		
5.	Männer	4x400m (Halle)	3:36,17	Christof, Dillemuth, John, Zorn		
TN	Männer	60m (Halle)	7,10	Hieronymi, Lars		
TN	Männer	200m (Halle)	22,10	Hieronymi, Lars		
TN	WJ U18	60m (Halle)	8,55	Linkenbach, Elisa		
TN	WJ U18	800m (Halle)	2:29,90	Discher, Katharina		
Landesm	eisterschaften		<u> </u>			
1.	Männer	200m (Halle)	21,90	Hieronymi, Lars		
1.	M55	60m (Halle)	7,76	Lachmann, Bernd		
1.	M55	200m (Halle)	27,19	Lachmann, Bernd		
1.	M55	400m (Halle)	56,54	Lachmann, Bernd		
1.	M60	60m (Halle)	8,20	Kurtz, Oliver		
1.	M60	200m (Halle)	26,75	Kurtz, Oliver		

1.	M60	400m (Halle)	60,54	Kurtz, Oliver
1.	M60	60m Hürden (Halle)	9,62	Kurtz, Oliver
1.	M60	4x1 Runde (Halle)	1:51,77	Czekalla, Dr., Kurtz, Waschbüsch, Klopsch
1.	M60	Dreisprung (Halle)	9,91	Czekalla, Dr. Jörg
1.	M75	200m (Halle)	35,65	Meier, Wolf-Dietrich
1.	W40	4x1 Runde (Halle)	2:00,62	Dieterich, Prada, Steinhaus, Stopka
1.	W45	60m Hürden (Halle)	9,19	Prada, Dana
1.	W60	60m (Halle)	9,21	Stopka, Jutta
1.	W60	200m (Halle)	31,11	Stopka, Jutta
1.	W65	400m (Halle)	89,04	Steinhaus, Ulrike
2.	M50	200m (Halle)	28,51	Ringel, Rainer
2.	M50	400m (Halle)	66,03	Ringel, Rainer
2.	M60	200m (Halle)	29,66	Czekalla, Dr. Jörg
2.	M60	Weitsprung (Halle)	4,93	Czekalla, Dr. Jörg
2.	M65	60m (Halle)	9,19	Loos, Richard
2.	M70	60m (Halle)	9,88	Grünewald, Lüdger
2.	M75	60m (Halle)	10,86	Meier, Wolf-Dietrich
2.	MJ U18	800m (Halle)	2:03,03	Hagen, Peer Michel
2.	W40	200m (Halle)	30,19	Dieterich, Dorothea
2.	W60	60m (Halle)	10,42	von Sturm, Karola
2.	W60	200m (Halle)	37,33	von Sturm, Karola
2.	W65	60m (Halle)	10,54	Steinhaus, Ulrike
2.	WJ U20	1500m (Halle)	4:23,62	Tortell, Amelie
2.	WJ U18	1500m (Halle)	5:05,03	Tortell, Amelie
3.	M65	200m (Halle)	31,68	Loos, Richard
3.	W40	60m (Halle)	9,09	Dieterich, Dorothea
4.	Männer	4x200m (Halle)	1:30,91	Müller, Hieronymi, Christof, Dillemuth
4.	MJ U20	1500m (Halle)	4:23,62	Zorn, Lukas
4.	Jugend M14	800m (Halle)	2:23,48	Behr, Julius
5.	Jugend W15	800m (Halle)	8:07,62	Choi, Stella
5.	Jugend W15	2000m (Halle)	2:32,19	Discher, Katharina
6.	Männer	60m (Halle)	7,13	Roytburg, Felix
6.	Männer	200m (Halle)	22,63	Müller, Steven
6.	Männer	400m (Halle)	51,21	Dillemuth, Tim
6.	Frauen	400m (Halle)	60,60	Prada, Dana
7.	Männer	200m (Halle)	23,31	Roytburg, Felix
7.	Männer	4x200m (Halle)	1:59,11	Loos, Kurtz, Waschbüsch, Klopsch
8.	Männer	1500m (Halle)	4:29,18	John, Marlon
8.	WJ U18	4x200m (Halle)	1:54,51	Linkenbach, Kautz, Discher, Tortell
	meisterschaften	(1000)		
1.	MJ U20	60m (Halle)	7,29	Roytburg, Felix
1.	MJ U20	200m (Halle)	23,08	Roytburg, Felix
1.	MJ U20	800m (Halle)	2:07,87	Zorn, Lukas
1.	MJ U20	4x200m (Halle)	1:39,08	Abbassi, Roytburg, Zorn, Hagen
1.	MJ U18	800m (Halle)	2:08,65	Hagen, Peer Michel
1.	Jugend M14	800m (Halle)	2:27,57	Behr, Julius
1.	Frauen	200m (Halle)	26,42	Prada, Dana
1.	WJ U20	4x200m (Halle)	1:58,18	Blum, Kautz, Kümmerle, Schneider
1.	Jugend W15	800m (Halle)	2:29,78	Discher, Katharina
			7,37	Abbassi, Khaled
2.	MJ U20	60m (Halle)	8,26	
	Frauen	60m (Halle)	26,56	Hülsmann, Anna
2.	Frauen	200m (Halle)		Hülsmann, Anna Vautz Malina
3.	WJ U18	Weitsprung (Halle)	4,71	Kautz, Melina
4.	Jugend W14	800m (Halle)	2:48,54	Margraf, Leonie

5.	MJ U20	200m (Halle)	24,61	Abbassi, Khaled
5.	WJ U20	60m (Halle)	8,82	Blum, Julia
6.	Jugend M14	Kugelstoß (Halle)	6,94	Brumnic, Matthias
6.	WJ U18	60m (Halle)	8,61	Kümmerle, Lenja
Kreism	eisterschaften			
1.	Männer	60m (Halle)	6,95	Hieronymi, Lars
1.	Männer	200m (Halle)	22,15	Hieronymi, Lars
1.	Männer	400m (Halle)	50,97	Hieronymi, Lars
1.	Männer	800m (Halle)	2:05,24	John, Marlon
1.	Männer	4x200m (Halle)	1:37,74	Hieronymi, Christof, Lachmann, Ringel
1.	M65	200m (Halle)	30,47	Loos, Richard
1.	M70	60m (Halle)	10,04	Grünewald, Lüdger
1.	Jugend W13	Vierkampf (Halle)	1691 Pkt.	Weil, Nele
1.	Jugend W12	Vierkampf (Halle)	1484 Pkt.	Baldauf, Paula
1.	Kinder M11	Dreikampf (Halle)	1078 Pkt.	Jordan, Johannes
1.	MJ U12	4x50m (Halle)	30,87	Jordan, Schnellbacher, Müller, Stenchly
2.	Männer	400m (Halle)	52,04	Christof, Manuel
2.	M50	60m (Halle)	8,80	Ringel, Rainer
2.	M50	200m (Halle)	28,16	Ringel, Rainer
2.	MJ U20	800m (Halle)	2:04,63	Zorn, Lukas
2.	Jugend M14	800m (Halle)	2:24,00	Behr, Julius
2.	W60	60m (Halle)	10,44	von Sturm, Karola
2.	W60	200m (Halle)	36,80	von Sturm, Karola
2.	WJ U18	4x200m (Halle)	2:00,81	Kautz, Discher, Kümmerle, Puchta
2.	WJ U14	4x halbe Runde (Halle)	1:02,13	Baldauf, Damerius, Wedemeyer, Weil
2.	Jugend W12	60m Hürden (Halle)	11,28	Baldauf, Paula
2.	Kinder W10	Dreikampf (Halle)	930 Pkt.	Behr, Greta
3.	Jugend W15	800m (Halle)	2:45,39	Choi, Stella
3.	Kinder W10	Dreikampf (Halle)	928 Pkt.	Wiener, Lana

>> Hallenbestenliste 2023/2024 der LG ovag Friedberg-Fauerbach

<u>Männer</u>

60m	BL 2023: 6,85 Müller, Steven (90)		
6,95	Müller, Steven	90	14.01.24 Frankfurt
6,95	Hieronymi, Lars	95	25.02.24 Frankfurt
7,57	Lachmann, Bernd	68	20.03.24 Torun (POL)
7,73	Leiacker, Dirk	99	14.01.24 Frankfurt
8,02	Kurtz, Oliver	64	02.03.24 Dortmund
8,57	Ringel, Rainer	70	10.02.24 Ludwigshafen
9,19	Loos, Richard	58	18.02.24 Stadtallendorf
9,88	Grünewald, Lüdger	53	18.02.24 Stadtallendorf
10,86	Meier, Wolf-Dietrich	47	18.02.24 Stadtallendorf
200m	BL 2023: 21,70 Müller, Steven (90)		
21,42	Müller, Steven	90	18.02.24 Leipzig
21,90	Hieronymi, Lars	95	28.01.24 Frankfurt
23,63	Dillemuth, Tim	01	28.01.24 Frankfurt
23,70	Christof, Manuel	99	25.02.24 Frankfurt
23,98	Lachmann, Bernd	68	22.03.24 Torun (POL)
25,13	Leiacker, Dirk	99	25.02.24 Frankfurt
25,88	Kurtz, Oliver	64	03.03.24 Dortmund
28,09	Ringel, Rainer	70	04.02.24 Mannheim
28,97	Czekalla, Dr. Jörg	64	03.02.24 Dortmund
30,47	Loos, Richard	58	25.02.24 Frankfurt
35,65	Meier, Wolf-Dietrich	47	18.02.24 Stadtallendorf
400m	BL 2023: 52,65 Christof, Manuel (99)		
50,97	Hieronymi, Lars	95	25.02.24 Frankfurt
51,21	Dillemuth, Tim	01	27.01.24 Frankfurt
52,04	Christof, Manuel	99	25.02.24 Frankfurt
54,61	Lachmann, Bernd	68	19.03.24 Torun (POL)
60,54	Kurtz, Oliver	64	18.02.24 Stadtallendorf
66,03	Ringel, Rainer	70	18.02.24 Stadtallendorf
00,03	Milyel, Maillel	10	10.02.24 Statitalieridon

800m	BL 2023:	0.4	OF OO OA Frankfurt
2:05,24	John, Marlon	04	25.02.24 Frankfurt
1500m	BL 2023:		
4:29,18	John, Marlon	04	27.01.24 Frankfurt
3000m	BL 2023:		
9:55,44	John, Marlon	04	14.01.24 Frankfurt
00 11" 1 (0.000)	B1 0000		
60m Hürden (0,838) 9,50	BL 2023: Kurtz, Oliver	64	10.02.24 Ludwigshafen
9,00	Nuitz, Olivei	04	10.02.24 Ludwigshalen
4x200m	BL 2023: 1:31,35 Müller (90), Hieronymi (95), Christof (99), Dillemuth (01)		
1:29,84	Müller (90), Hieronymi (95), Christof (99), Dillemuth (01)		04.02.24 München
1:54,03	Kurtz (64), Waschbüsch (56), Klopsch (60), Speidel (64) / M60		03.03.24 Dortmund
1:59,11	Loos (58), Kurtz (64), Waschbüsch (56), Klopsch (60)		28.01.24 Frankfurt
4x1 Runde	BL 2023:		
1:51,77	Czekalla (64), Kurtz (64), Waschbüsch (56), Klopsch (60) / M60		18.02.24 Stadtallendorf
4x400m	BL 2023: 4:01,14 Czekalla, Dr. (64), Kurtz (64), Speidel (64), Lachmann (68) / M55		
3:36,17	Christof (99), Dillemuth (01), John (04), Zorn (06)		04.02.24 München
144 14	BL 2000 400 0 1 11 B 11 (04)		
Weitsprung 5,02	BL 2023: 4,96 Czekalla, Dr. Jörg (64)	64	02.03.24 Dortmund
5,02	Czekalla, Dr. Jörg	04	02.03.24 Dorumunu
Dreisprung	BL 2023: 10,51 Czekalla, Dr. Jörg (64)		
9,91	Czekalla, Dr. Jörg	64	18.02.24 Stadtallendorf
	<u>Frauen</u>		
60m	BL 2023: 8,07 Hülsmann, Anna (98)	00	14.04.04 Enember out
8,19 8,19	Hülsmann, Anna Prada, Dana	98 79	14.01.24 Frankfurt 10.02.24 Ludwigshafen
9,03	Stopka, Jutta	63	02.03.24 Dortmund
9,09	Dieterich, Dorothea	82	18.02.24 Stadtallendorf
10,33	von Sturm, Karola	63	10.02.24 Ludwigshafen
10,48	Steinhaus, Ulrike	55	10.02.24 Ludwigshafen
200	DI 2022, 20 00 Hölemenn Anna (00)		
200m 26,07	BL 2023: 26,00 Hülsmann, Anna (98) Prada, Dana	79	21.03.24 Torun (POL)
26,53	Hülsmann, Anna	98	14.01.24 Frankfurt
30,14	Stopka, Jutta	63	03.03.24 Dortmund
30,19	Dieterich, Dorothea	82	18.02.24 Stadtallendorf
36,36	von Sturm, Karola	63	03.03.24 Dortmund
36,80	Steinhaus, Ulrike	55	10.02.24 Ludwigshafen
400m	BL 2023: 60,17 Hülsmann, Anna (98)		
60,60	Prada, Dana	79	27.01.24 Frankfurt
61,99	Hülsmann, Anna	98	27.01.24 Frankfurt
89,04	Steinhaus, Ulrike	55	18.02.24 Stadtallendorf
60m Hürden (0,762)	BL 2023:	70	40.00.04
9,05	Prada, Dana	79	10.02.24 Ludwigshafen
4x1 Runde	BL 2023:		
2:00,62	Dietrich (82), Prada (79), Steinhaus (55), Stopka (63) / W40		18.02.24 Stadtallendorf
Weitsprung	BL 2023:		
5,54	Prada, Dana	79	18.03.24 Torun (POL)
	Männer & Frauen		
	<u>Mailler & Frauen</u>		
4x400m	BL 2023:		
3:45,03	Dillemuth (01), Hülsmann (98), Christof (99), Prada (79)		03.02.24 München
	männliche Jugend U20 (2023 = 04/05, 2024 = 05/06)		
	DI 0000 T 40 AII		
60m	BL 2023: 7,49 Abbassi, Khaled (05)	0.5	10.00.01 5 15 1
7,13 7,37	Roytburg, Felix Abbassi, Khaled	05 05	10.02.24 Frankfurt 17.02.24 Hanau
1,01	ADDUGGI, INTUICU	UJ	11.04.4 Hallau
200m	BL 2023: 23,14 Smolka, Jonas (04)		
23,08	Roytburg, Felix	05	17.02.24 Hanau
24,61	Abbassi, Khaled	05	17.02.24 Hanau
900	PI 2022 2:00 06 Jahr Mayler (04)		
800m 2:04,63	BL 2023: 2:08,96 John, Marlon (04) Zorn, Lukas	06	25.02.24 Frankfurt
2.07,00	Lorn, Lakao	00	LU.UL.LT I IAIMIUIL
1500m	BL 2023:		
4:23,62	Zorn, Lukas	06	10.02.24 Frankfurt
4x200m	BL 2023: Abbasi (OE) Parthur (OE) Zara (OC) Hagan (OZ)		47.00.04 !!
1:39,08	Abbassi (05), Roytburg (05), Zorn (06), Hagen (07)		17.02.24 Hanau

weibliche Jugend U20 (2023 = 04/05, 2024 = 05/06)

60m 8,72	BL 2023: Blum, Julia	06	10.02.24 Frankfurt
200m 29,95	BL 2023: Blum, Julia	06	14.01.24 Frankfurt
4x200m 1:58,18	BL 2023: Blum (06), Kautz (07), Kümmerle (08), Schneider (08)		17.02.24 Hanau
	männliche Jugend U18 (2023 = 06/07, 2024 = 07/08)		
800m 2:03,03	BL 2023: Hagen, Peer Michel	07	28.01.24 Frankfurt
	weibliche Jugend U18 (2023 = 06/07, 2024 = 07/08)		
60m 8,54 8,60 8,64 8,94	BL 2023: 8,62 Kautz, Melina (07) Kümmerle, Lenja Kautz, Melina Schneider, Sophie Puchta, Hannah	08 07 08 08	25.02.24 Frankfurt 25.02.24 Frankfurt 14.01.24 Frankfurt 25.02.24 Frankfurt
800m 2:14,52 1500m	BL 2023: 3:11,64 Bartsch, Lara (06) Tortell, Amelie BL 2023:	08	03.02.24 München
4:36,91	Tortell, Amelie (nicht bestenlistenfähig)	08	10.02.24 Frankfurt
4x200m 1:54,51	BL 2023: 1:56,07 Blum (06) , Kautz (07), Kümmerle (08), Tortell (08) Linkenbach (09) , Kautz (07), Discher (09), Tortell (08)		28.01.24 Frankfurt
Weitsprung 4,83 4,56 4,44	BL 2023: 4,86 Kautz, Melina (07) Kautz, Melina Puchta, Hannah Schneider, Sophie	07 08 08	25.02.24 Frankfurt 25.02.24 Frankfurt 17.02.24 Hanau

>> Hallenbestenliste 2023/2024 des TSV Friedberg-Fauerbach 1885 e.V.

<u>Jugend W15 (2023 = 08, 2024 = 09)</u>

60m	BL 2023: 8,63 Kümmerle, Lenja (08)		
8,43	Linkenbach, Elisa	09	27.01.24 Frankfurt
200m	BL 2023:		
29,12	Linkenbach, Elisa	09	14.01.24 Frankfurt
300m	BL 2023: 44,86 Tortell, Amelie (08)		
45,94	Discher, Katharina	09	25.02.24 Frankfurt
54,58	Wedemeyer, Hannah	09	25.02.24 Frankfurt
800m	BL 2023: 2:19,23 Tortell, Amelie (08)		
2:29,78	Discher, Katharina	09	17.02.24 Hanau
2:41,30	Choi, Stella	09	14.01.24 Frankfurt
2000m	BL 2023:		
8:07,62	Choi, Stella	09	11.02.24 Frankfurt
Weitsprung	BL 2023: 4,54 Puchta, Hannah (08)		
4,49	Discher, Katharina	09	25.02.24 Frankfurt
	Jugend M14 (2023 = 09, 2024 = 10)		
60m	BL 2023:		
8,43	Behr, Julius	10	25.02.24 Frankfurt
8,79	Brumnic, Matthias	10	25.02.24 Frankfurt
,	•		
800m	BL 2023:		
2:23,48	Behr, Julius	10	10.02.24 Frankfurt
Kugelstoß 4kg	BL 2023:		
6,94	Brumnic, Matthias	10	17.02.24 Hanau

Jugend W14 (2023 = 09, 2024 = 10)

60m 9,44	BL 2023: 8,38 Linkenbach, Elisa (09) Margraf, Leonie	10	25.02.24 Frankfurt
300m 49,65	BL 2023: 56,23 Wedemeyer, Hannah (09) Margraf, Leonie	10	25.02.24 Frankfurt
800m 2:47,79	BL 2023: 2:37,02 Discher, Katharina (09) Margraf, Leonie	10	10.02.24 Frankfurt
Weitsprung 3,83	BL 2023: 4,03 Discher, Katharina (09) Margraf, Leonie	10	25.02.24 Frankfurt
	<u>Jugend M13 (2023 = 10, 2024 = 11)</u>		
60m 8,63	BL 2023: 8,93 Brumnic, Matthias (10) Dratwa, Jonas	11	18.02.24 Frankfurt
Weitsprung 3,06	BL 2023: 4,32 Behr, Julius (10) Dratwa, Jonas	11	18.02.24 Frankfurt
Kugelstoß 3kg 7,46	BL 2023: 6,38 Behr, Julius (10) Dratwa, Jonas	11	18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 1056 Pkt.	BL 2023: 1086 Pkt. Brumnic, Matthias (10) Dratwa, Jonas	11	18.02.24 Frankfurt
	<u>Jugend W13 (2023 = 10, 2024 = 11)</u>		
60m	BL 2023: 9,28 Kopp, Johanna (10)		
8,80	Weil, Nele	11 11	18.02.24 Frankfurt
9,68 9,78	Wedemeyer, Louisa Damerius, Frida	11	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
10,23	Gröninger, Carolin	11	18.02.24 Frankfurt
Hashannina	DI 2022: 4.42 Maishuan Cambia (40)		
Hochsprung 1,28	BL 2023: 1,12 Meichner, Sophie (10) Weil, Nele	11	18.02.24 Frankfurt
Weitsprung	BL 2023: 3,81 Heptner, Charlotte (10)	4.4	40.00.04 Enouglefort
4,26 3,42	Weil, Nele Gröninger, Carolin	11 11	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
3,40	Damerius, Frida	11	18.02.24 Frankfurt
3,23	Wedemeyer, Louisa	11	18.02.24 Frankfurt
Kugelstoß 3kg	BL 2023: 5,97 Shea, Matilda (10)		
7,96 6,50	Weil, Nele Gröninger, Carolin	11 11	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
5,66	Wedemeyer, Louisa	11	18.02.24 Frankfurt
4,66	Damerius, Frida	11	18.02.24 Frankfurt
Draikamnf	Pl 2022; 4004 Pkt Kenn Johanna (40)		
Dreikampf 1011 Pkt.	BL 2023: 1091 Pkt. Kopp, Johanna (10) Gröninger, Carolin	11	18.02.24 Frankfurt
992 Pkt.	Wedemeyer, Louisa	11	18.02.24 Frankfurt
950 Pkt.	Damerius, Frida	11	18.02.24 Frankfurt
Vierkampf 1691 Pkt.	BL 2023: 1189 Pkt. Meichner, Sophie (10) Weil, Nele	11	18.02.24 Frankfurt
	Jugend M12 (2023 = 11, 2024 = 12)		
60m	BI 2022.		
60m 9,40	BL 2023: Georgi, Paul	12	18.02.24 Frankfurt
Weitsprung 3,73	BL 2023: Georgi, Paul	12	18.02.24 Frankfurt
Kugelstoß 3kg 5,50	BL 2023: Georgi, Paul	12	18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 945 Pkt.	BL 2023: Georgi, Paul	12	18.02.24 Frankfurt
	Jugend W12 (2023 = 11, 2024 = 12)		
60m	BL 2023: 9,11 Weil, Nele (11)		
9,06	Baldauf, Paula	12	18.02.24 Frankfurt
10,10	Moussalli, Olivia	12	18.02.24 Frankfurt
10,32 11,00	Azaatan, Salena Lipowicz, Melina	12 12	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
11,33	Friedl, Marietta	12	18.02.24 Frankfurt

800m	BL 2023:		
3:04,91	Moussalli, Olivia	12	25.02.24 Frankfurt
,	Friedl, Marietta	12	25.02.24 Frankfurt
3:23,17	rneui, ivianetta	12	23.02.24 Flatikiuit
60m Hürden	DI 2022, 12.22 Sahainart Bania (11)		
11,28	BL 2023: 13,22 Scheinert, Ronja (11) Baldauf, Paula	12	25 02 24 Frankfurt
11,20	Daluaui, Faula	12	25.02.24 Frankfurt
Hochsprung	BL 2023: 1,28 Weil, Nele (11)		
1,28	Baldauf, Paula	12	18.02.24 Frankfurt
1,20	Daluaui, Faula	12	10.02.24 Flankluit
Weitsprung	PL 2022: 4.22 Weil Note (11)		
3,73	BL 2023: 4,23 Weil, Nele (11) Baldauf, Paula	12	18.02.24 Frankfurt
	Moussalli, Olivia	12	18.02.24 Frankfurt
3,30	,		
3,02	Lipowicz, Melina	12	18.02.24 Frankfurt
3,01	Azaatan, Salena	12	18.02.24 Frankfurt
2,82	Friedl, Marietta	12	18.02.24 Frankfurt
Kunalata () 2km	DI 2022, 6.94 Weil Note (44)		
Kugelstoß 3kg	BL 2023: 6,81 Weil, Nele (11)	40	40.00.04 E
6,06	Azaatan, Salena	12	18.02.24 Frankfurt
5,61	Baldauf, Paula	12	18.02.24 Frankfurt
4,86	Lipowicz, Melina	12	18.02.24 Frankfurt
3,85	Moussalli, Olivia	12	18.02.24 Frankfurt
3,59	Friedl, Marietta	12	18.02.24 Frankfurt
D " (BL 0000 000 BL/ B		
Dreikampf	BL 2023: 896 Pkt. Damerius, Frida (11)	40	40.00.04.5
926 Pkt.	Azaatan, Salena	12	18.02.24 Frankfurt
858 Pkt.	Moussalli, Olivia	12	18.02.24 Frankfurt
809 Pkt.	Lipowicz, Melina	12	18.02.24 Frankfurt
679 Pkt.	Friedl, Marietta	12	18.02.24 Frankfurt
Vierkampf	BL 2023: 1532 Pkt. Weil, Nele (11)		
1484 Pkt.	Baldauf, Paula	12	18.02.24 Frankfurt
	weibliche Jugend U14 (2023 = 10/11, 2024 = 11/12)		
4x halbe Runde	BL 2023: 1:00,70 Kopp (10), Heptner (10), Holdschick (10), Weil (11)		
1:02,13	Baldauf (12), Damerius (11), Wedemeyer (11), Weil (11)		18.02.24 Frankfurt
1:09,16	Azaatan (12), Friedl (12), Lipowicz (12), Moussalli (12)		18.02.24 Frankfurt
1.00,10	(/, (/, (/,		
1.00,10			
1.00,10	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13)		
	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13)		
50m	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12)		
50m 7,87	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes	13	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah	13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas	13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad	13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas	13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad	13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait	13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim	13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor	13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes	13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah	13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad	13 13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad	13 13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12)	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12)	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 17,50	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 17,50 13,50 Dreikampf	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 13,50	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim Schnellbacher, Lucas	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 17,50 13,50 Dreikampf 1078 Pkt. 917 Pkt.	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim Schnellbacher, Lucas BL 2023: 937 Pkt. Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 17,50 13,50 Dreikampf 1078 Pkt.	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim Schnellbacher, Lucas BL 2023: 937 Pkt. Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 17,50 13,50 Dreikampf 1078 Pkt. 917 Pkt.	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim Schnellbacher, Lucas BL 2023: 937 Pkt. Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 17,50 13,50 Dreikampf 1078 Pkt. 917 Pkt. 909 Pkt.	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim Schnellbacher, Lucas BL 2023: 937 Pkt. Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Stenchly, Conrad Linde, Noah Stenchly, Conrad Linde, Noah	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 18,50 Dreikampf 1078 Pkt. 917 Pkt. 909 Pkt. 850 Pkt.	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim Schnellbacher, Lucas BL 2023: 937 Pkt. Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt
50m 7,87 8,35 8,35 8,49 8,59 8,71 8,84 Weitsprung 4,05 3,66 3,55 3,51 3,17 2,82 2,64 Ballwurf 200g 34,00 29,00 24,50 24,00 17,50 17,50 13,50 Dreikampf 1078 Pkt. 917 Pkt. 909 Pkt. 850 Pkt. 745 Pkt.	Kinder M11 (2023 = 12, 2024 = 13) BL 2023: 8,41 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Schnellbacher, Lucas Stenchly, Conrad Beleiht, Advait Brinkmann, Theodor Haus, Tim BL 2023: 3,75 Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Linde, Noah Stenchly, Conrad Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas Haus, Tim Beleiht, Advait BL 2023: 27,50 Maier, Luis (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Beleiht, Advait Haus, Tim Schnellbacher, Lucas BL 2023: 937 Pkt. Margraf, Lukas (12) Jordan, Johannes Stenchly, Conrad Linde, Noah Brinkmann, Theodor Schnellbacher, Lucas	13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 1	18.02.24 Frankfurt

Kinder M10 (2023 = 13, 2024 = 14)

F0	DI 2022, 0.05 January Johannes (42)		
50m	BL 2023: 8,05 Jordan, Johannes (13)	14	19.02.24 Examplefurt
8,70	Müller, Henry Lufen, Jan	14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
9,46 9,46	Khan, Alyan	14	18.02.24 Frankfurt
9,96	Brünner, Tim	14	18.02.24 Frankfurt
10,00	Ott, Niclas	14	18.02.24 Frankfurt
10,19	Ott, Nicias Ott, Benjamin	14	18.02.24 Frankfurt
10,67	Seipel, Leonas	14	18.02.24 Frankfurt
10,01	55,55, 255,125	• •	10.02.2111.01.00.01
Weitsprung	BL 2023: 3,67 Jordan, Johannes (13)		
3,27	Müller, Henry	14	18.02.24 Frankfurt
2,89	Lufen, Jan	14	18.02.24 Frankfurt
2,87	Ott, Niclas	14	18.02.24 Frankfurt
2,78	Khan, Alyan	14	18.02.24 Frankfurt
2,69	Brünner, Tim	14	18.02.24 Frankfurt
2,62	Ott, Benjamin	14	18.02.24 Frankfurt
2,25	Seipel, Leonas	14	18.02.24 Frankfurt
B.II. (000	B1 0000 00 50 1 1 1 1 1 (40)		
Ballwurf 200g	BL 2023: 26,50 Jordan, Johannes (13)	4.4	10.00.04 Enougletunt
24,50	Khan, Alyan	14 14	18.02.24 Frankfurt
24,50	Ott, Niclas		18.02.24 Frankfurt
23,00	Ott, Benjamin	14	18.02.24 Frankfurt
17,50	Müller, Henry	14	18.02.24 Frankfurt
13,50	Lufen, Jan	14	18.02.24 Frankfurt
11,00	Brünner, Tim	14	18.02.24 Frankfurt
10,50	Seipel, Leonas	14	18.02.24 Frankfurt
Dreikampf	BL 2023: 958 Pkt. Jordan, Johannes (13)		
764 Pkt.	Müller, Henry	14	18.02.24 Frankfurt
695 Pkt.	Khan, Alyan	14	18.02.24 Frankfurt
666 Pkt.	Ott, Niclas	14	18.02.24 Frankfurt
607 Pkt.	Lufen, Jan	14	18.02.24 Frankfurt
604 Pkt.	Ott, Benjamin	14	18.02.24 Frankfurt
512 Pkt.	Brünner, Tim	14	18.02.24 Frankfurt
393 Pkt.	Seipel, Leonas	14	18.02.24 Frankfurt
	Kinder W10 (2023 = 13, 2024 = 14)		
50m	BL 2023:		
8,58	Behr, Greta	14	18.02.24 Frankfurt
8,82	Wiener, Lana	14	18.02.24 Frankfurt
9,08	Damerius, Paula	14	18.02.24 Frankfurt
9,13	Tredup, Maja	14	18.02.24 Frankfurt
Weitsprung	BL 2023:		
3,45	Damerius, Paula	14	18.02.24 Frankfurt
3,34	Behr, Greta	14	18.02.24 Frankfurt
3,16	Wiener, Lana	14	18.02.24 Frankfurt
3,02	Tredup, Maja	14	18.02.24 Frankfurt
3,02	rredup, Maja	14	10.02.24 1 Talikiuit
Ballwurf 200g	BL 2023:		
20,00	Wiener, Lana	14	18.02.24 Frankfurt
16,00	Behr, Greta	14	18.02.24 Frankfurt
13,00			
	Damerius, Paula	14	18.02.24 Frankfurt
12,00	Damerius, Paula Tredup, Maja	14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
	Tredup, Maja		
Dreikampf	Tredup, Maja BL 2023:	14	18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt.	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta	14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt.	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana	14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt.	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt.	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana	14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt.	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt.	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt.	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023:	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt. 4x50m 30,87	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023: Jordan (13), Schnellbacher (13), Müller (14), Stenchly (13)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt. 4x50m 30,87 34,96	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023: Jordan (13), Schnellbacher (13), Müller (14), Stenchly (13) Linde (13), Brinkmann (13), Khan (14), Beleiht (13)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt. 4x50m 30,87	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023: Jordan (13), Schnellbacher (13), Müller (14), Stenchly (13)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt. 4x50m 30,87 34,96	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023: Jordan (13), Schnellbacher (13), Müller (14), Stenchly (13) Linde (13), Brinkmann (13), Khan (14), Beleiht (13) Brünner (14), Ott, N. (14), Ott, B. (014), Lufen (14)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt. 4x50m 30,87 34,96	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023: Jordan (13), Schnellbacher (13), Müller (14), Stenchly (13) Linde (13), Brinkmann (13), Khan (14), Beleiht (13)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt. 4x50m 30,87 34,96	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023: Jordan (13), Schnellbacher (13), Müller (14), Stenchly (13) Linde (13), Brinkmann (13), Khan (14), Beleiht (13) Brünner (14), Ott, N. (14), Ott, B. (014), Lufen (14)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt
Dreikampf 930 Pkt. 928 Pkt. 858 Pkt. 783 Pkt. 4x50m 30,87 34,96 36,94	Tredup, Maja BL 2023: Behr, Greta Wiener, Lana Damerius, Paula Tredup, Maja männliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14) BL 2023: Jordan (13), Schnellbacher (13), Müller (14), Stenchly (13) Linde (13), Brinkmann (13), Khan (14), Beleiht (13) Brünner (14), Ott, N. (14), Ott, B. (014), Lufen (14) weibliche Kinder U12 (2023 = 12/13, 2024 = 13/14)	14 14 14 14	18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt 18.02.24 Frankfurt





SEIT 16 JAHREN KLIMANEUTRAL

UMWELTSCHUTZ SEIT JAHRZEHNTEN.

So übernehmen wir Verantwortung für künftige Generationen. Rendite ist nicht alles!

Wir sind Ihr Full-Service-Dienstleister und bieten Ihnen ein breites Leistungsspektrum rund um den Druck an, damit jedes gewünschte Produkt qualitativ hochwertig und zuverlässig produziert wird.

Es ist so einfach

* VERMEIDEN REDUZIEREN KOMPENSIEREN

man muss nur wollen!











ir haben die gesamten Emmissionen der Wertschöpfungskette unseres Unternehmens kompensiert. ID-Nr. 24161653 · gültig bis 12/24

Lernen und Handeln für unsere Zukunft Mitglied in der Aktion "100 Unternehmen für den Klimaschutz"