

LAUFTREFF



Man glaubt es kaum – im Januar 2003 gibt es den Lauftreff schon sieben Jahre. Rechnet man alle seither von den Lauftrefflern gelaufenen Strecken zusammen kommt man bestimmt auf eine schöne Summe. Ob es wohl schon für eine Erdumrundung reicht? Einige Lauftreffer tragen durch Marathonläufe und entsprechende Trainingsläufe einen recht großen Anteil hierzu bei. Aber nicht die Marathonläufe in Spitzenzeiten sind unser Ziel – nein, das Laufen in einer kleinen Gemeinschaft macht Spaß. So bilden sich meist kleine Gruppen mit annähernd gleichem Lauftempo und gleicher Distanz.

Im Frühjahr 2003 werden wir wieder einige Schnupperstunden anbieten. Vielleicht kommt dadurch noch jemand zu unserem Team hinzu. Die Schnupperstunden des Jahres 2002 waren nicht gut besucht. Ausgerechnet an den Tagen mit dem Angebot von Schnupperstunden regnete es – und das sogar meist recht stark. Schade. Hoffentlich werden wir beim nächsten Angebot mit besserem Wetter belohnt.

Die Lauftreffs starten bei fast jedem Wetter. Es gibt ja schließlich kein schlechtes Wetter sondern nur ‚die falsche Kleidung‘. Es macht einfach Spaß durch den Wald zu laufen. Schön ist immer wieder das gute Gefühl nach dem Lauf.

Die große Fitnesswelle rollt. Der Ernährungsbereich wirbt mit Produkten zur Fitness. Fitness-Center haben Hochkonjunktur. Wäre das nicht auch der richtige Zeitpunkt mit dem Laufen anzufangen? In der Gruppe fällt es leicht den Einstieg zu finden. Also: Laufschuhe anziehen und loslaufen – und das noch völlig kostenfrei! Spezielle Tipps für Einsteiger und ein Lauf unter ständiger Pulsmessung erleichtert den Einstieg.

Hier die Zeiten der Lauftreffs:

Mittwoch 16.00 Uhr (Sommerzeit 17.00 Uhr)

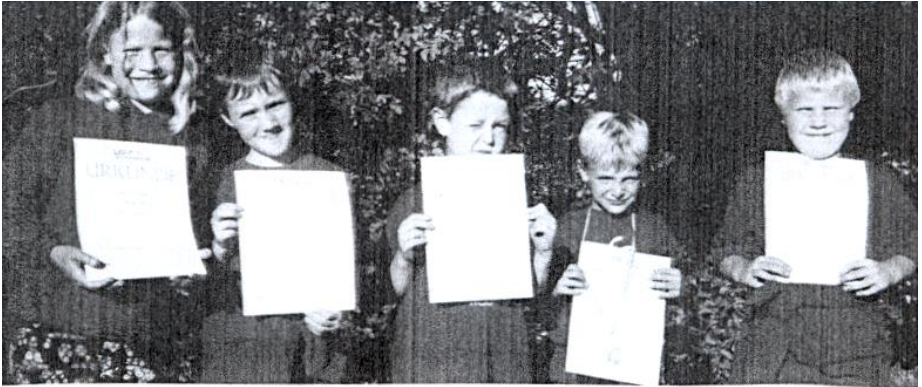
Samstag 15.00 Uhr (Sommerzeit 17.00 Uhr).

Wir freuen uns auf neue Läuferinnen und Läufer! Informationen zu den Lauftreffs über die Abteilung Leichtathletik, das Internet oder bei Roland Schmitt, Tel. 7283. Bis bald?

Aktivitäten der Leichtathletik

Die Saison 2002 war für die Kinderleichtathletik eine schöne und erfolgreiche Zeit, denn das Training und die Wettkämpfe wurden

sehr gut besucht. Die Kinder waren mit großem Eifer dabei und wollten gar nicht mehr aufhören mit dem Rundenlaufen im Stadion, aus der Weitsprunggrube wurde eine große Hüpfburg. Alles in allem brachte uns dieses Training auch für die Wettkämpfe den gewünschten Erfolg.



Nach den Sommerferien starteten wir gleich am 15. September mit einem Wettkampf in Seckenheim – MA. Bei sehr schönem Sommerwetter waren wir den ganzen Tag auf dem Schülersportfest – durch erhebliche Verzögerung des Zeitplanes, gelang es uns, 10 Stunden im Stadion zu verbringen.

Das konnte uns aber alles nicht erschüttern, die Leistungen schmälerten sich zwar etwas, aber die kleinen Athleten waren begeistert bei den Wettkämpfen. So reihten sie sich in ihre Riege ein, liefen, sprangen weit und warfen den Ball.

Im Dreikampf wurde bei M7 Lars Zawatzky 9. mit 10,3 sec. auf 50m, er sprang 2,32m weit; seine Bestleistungen. Sam Glasner kam im selben Jahrgang auf Platz 14 – den Lauf meisterte er mit 11,2 sec. und den Schlagball haute er über die 20 Meter Marke. Auf den 15. Platz landete Jann Thieme der auch im Schlagball glänzte – seine Zeit im Lauf 10,9 sec. und 1,92m sprang er weit.

Lisa Glasner W11 erkämpfte sich den 7. Platz bei nur 2 Disziplinen. Die Mädels W12, die auch nur liefen und weit sprangen, waren nicht wirklich zufrieden mit ihren Leistungen. Vanessa Zawatzky mit 11,1 sec. auf 75m und 3,74 weit – Platz 6. Franziska Klement lief 11,7 sec. und der Sprung landete auf 3,63m – Platz 8. Auf dem 10. Platz kam Nathalie Schmitt mit 13,3 sec. und 2,97m an.

Bei dem 3-Kampf der Mädels M9 erkämpfte sich Natascha Reckert den 16. Platz mit 9,8 sec. – 50 m, 2,53m weit und en Schlagball auf 21,50m = 738 Punkte. Platz 21 erzielte Melina Thieme – ihr Lauf 9,4 sec. und Sprung 2,74m Ball 10m = 633 Punkte.

Dieses mal wollten die Kinder auch alle wieder die lange Strecke (600m & 800m), für die sie ja so gut trainiert haben, laufen. Voll ausgerüstet mit Startnummern und viel Freude und Spaß am Start!



Jann, Lars, Sam, Melina und Natascha,
die sich auf die Strecke der 600m machten.

Volle Anspannung in einer großen Gruppe Kinder, fiel der Startschuß –
dann gings los!



Zuerst ging es drum sich eine gute Laufposition zu erlaufen, da war es klug sich ganz nach innen zu begeben und die 600m in Angriff zu nehmen und laufen so schnell es ging. Da hatte Lars große Übung und setzte sich von Anfang an die Spitze – er schaffte dieses Tem-

po bis zum Ziel zu halten. Somit erreichte er mit 2:34,1 min.. den ersten Platz – Goldmedaille!

Den 4.Platz erlief sich Sam Glasner und auch Jann Thieme schaffte es noch auf den 5.Platz und so erhielten beide eine Urkunde. Bei den Mädels war das Feld dichter und Natascha Reckert erlief sich den 7.Platz mit der Zeit von 2:32,2 min.. Auf den 13.Platz landete Melina Thieme in dem selben Lauf.

Der 800m Lauf der Schülerinnen W12 wurde von Franziska Klement meisterhaft durchgestanden. Sie lief wie ein Uhrwerk – hielt sich an die Anweisungen des Trainers, doch zum Sieg fehlten ihr nur 2 Hundertstel Sekunden. So kam sie mit 3:05,7 min. als 2. ins Ziel.



Die Krönung des Tages war dann die Staffel der Mädels – der Lauf war eigentlich gut – aber beim Wechsel verloren sie kostbare Zeit. Aber letztlich haben sie es doch geschafft auf's Treppchen zu kommen: 2.Platz.

Schlussfolgerung des ganzen Tages waren jede Menge Urkunden und Medaillen. Super!

Zur Zeit bereiten wir uns vor zum Adventslauf am 15.Dez. in Schönau. Wir sind jetzt schon gespannt, ob es uns gelingt eine Staffel durchs Ziel zu bringen.

Gisela Ritter