

AHRENSBURGER TSV v. 1874 e. V.

Mittelstreckler in Zeven mit Bestleistungen

Beim Pfingstsportfest in Zeven gingen unsere Mittelstreckler motiviert an den Start und konnten allesamt mit neuen persönlichen Bestleistungen aufwarten.

So lief **Wieland Kümmel (95)** die 1500m schnell wie noch nie: 4:22,96 min zeigte die Stoppuhr - eine Superzeit für den ehrgeizigen Athleten des ATSV.

Lennart und Leonie Sievers absolvierten zwei Stadionrunden und hatten am Ende neue persönliche Bestleistungen - wenn auch nur knapp verbessert - aufgestellt. Lennart (97) lief 2:07,09 min, während Leonie (99) 2:18,99 min benötigte.

DM Normerfüllung in Halstenbek

Wie schon in den letzten Jahren fuhren die Block-Mehrkämpfer Ende Mai nach Halstenbek, um sich dem Block-Mehrkampf zu stellen. Bei diesem speziellen Mehrkampf müssen drei Disziplinen von allen Athleten absolviert werden: Sprint, Hürdenlauf und Weitsprung. Zwei weitere Disziplinen können dann individuell hinzu gewählt werden: Speer/Hoch oder Kugel/Diskus oder Ball/2000m.

Für **John Schlegl** stand die Normerfüllung (2775 Punkte) für die DM im Lübeck (06.09.) im Vordergrund. Er hatte sich verständlicherweise für den Block Wurf entschieden, in dieser Disziplin wurde er im vergangenen Jahr Deutscher Vizemeister!

Bei schwierigen äußeren Bedingungen (kühl, regnerisch und windig) hatte er im Kugelstoßen mit 11,86m seine schwächste Disziplin. Im dann folgenden 80m Hürdenlauf zeigte er dann aber eine Topleistung: 11,09 sec bedeutete neue persönliche Bestleistung (pB) und Quali für die DM Einzel in Köln (08.08.)! Auf der Sprintstrecke ohne Hürden (100m) folgte dann die zweite pB - in 11,57 sec lief er so schnell wie noch nie. Als dann im Weitsprung 6,15m (ohne das Brett zu treffen) verbucht werden konnten stand nur noch ein erfolgreicher Diskuswurf auf dem Programm. Auch hier konnte John eine neue Bestleistung aufstellen: 38,74m! So addierte man diese Leistungen zu einem Mehrkampfergebnis von 3006 Punkten zusammen - Quali geschafft und gleichzeitig den Kreisrekord deutlich verbessert.

Mit **Luca Kuschel, Clemens Müller-Rahmel und Paul Mohr** starteten drei weitere A-Schüler im Block Sprint/Sprung und hatten somit Hochsprung und Speerwurf als zusätzliche Disziplinen auf dem Programm. Luca (00) wusste vor allem mit 1,55m im Hochsprung zu überzeugen und absolvierte den Hürdenlauf technisch gut im Dreierhythmus mit 13,68 sec und Bestleistung. Insgesamt erreichte er 2294 Punkte, eine weitere Bestleistung für ihn.

Dasselbe lässt sich natürlich auch für Clemens (01) und Paul (01) sagen - beide absolvierten ihren ersten Block-Mehrkampf in der A-Schüler-Klasse! Während Clemens in den Sprüngen (Weit/Hoch) etwas „schwächelte“, zeigt seine Leistungskurve beim Hürdenlauf (14,73 s), Sprint (14,05 s) und im Speerwurf (23,90 m) nach oben. Insgesamt sammelte Clemens 2045 Punkte. Paul machte seinen ersten „richtigen“ Wettkampf im ATSV-Trikot. Er trainiert erst seit kurzer Zeit in dieser Leistungsgruppe mit und zeigte vor allem über 100m (13,28 s), dem Weitsprung (4,60 m) und Speerwurf (27,13 m) gute Leistungen. Über die Hürdenstrecke und im Hochsprung waren seine technischen Probleme - nach so kurzer Trainingsteilnahme mehr als verständlich - deutlich zu erkennen. So kam er in seinem ersten Mehrkampf auf 2075 Punkte.

Constantin Müller-Rahmel (02) trat bei den B-Schülern an und absolvierte seinen Block mit guten bis ordentlichen Leistungen. So lief er die 60m Hürden in 12,48 s und bewies, dass auch der Vierer-Rhythmus ein gutes Ergebnis erzielen hilft. Seine weiteren Ergebnisse: 18,33m im

Speerwurf, 11,54 s über 75m, 3,74m im Weitsprung und 1,10 m beim Hochsprung brachten ihm insgesamt 1668 Punkte.

Bei den Mädchen starteten **Antonia Pieper (01)** und **Miriam Stefaniak (03)** in den Blöcken Wurf und Lauf.

Antonia zeigte deutlich verbesserte Technikabläufe im Hürdenlauf, kommt allerdings noch nicht über alle Hürden im Dreierhythmus. Bestleistungen im Weitsprung (4,14 m), Kugelstoßen (7,29 m) und Diskuswurf (18,82 m) sowie guten 14,65 s über 100 m brachten ihr insgesamt 1982 Punkte ein, somit eine weitere pB!

Miriam wartete mit durchgehend guten Ergebnissen auf - entweder Bestleistung oder in der Nähe ihrer pB! Beginnend mit dem Ballwurf (30 m) zeigte sie im Hürdenlauf mit 11,40 s ansteigende Form. Nach tollen 4,46 m sprintete Miriam die 75m-Strecke in 11,04 s und konnte eine pB in der letzten Disziplin, dem 800m-Lauf, aufstellen - 2:45,61 min. Damit erreichte sie 2197 Punkte und wird sicherlich bei der Talentsichtung in zwei Wochen in Kiel (13.06.) einen vorderen Platz belegen können.

Dies gilt natürlich auch für die vorgenannten Athleten ebenso, die dann aber auf besseres Wetter hoffen - und die zusätzliche Unterstützung durch Finn Wehlte (01), der an diesem Wettkampf leider nicht teilnehmen konnte.

Gute Leistungen bei den Bezirksmeisterschaften in Lübeck

Bei den einen Tag später stattfindenden Bezirksmeisterschaften starteten **John Schlegl**, **Luca Kuschel** und **Finn Wehlte** in Einzeldisziplinen und konnten weitere Leistungen steigern.

John wurde in 11,63 s Bezirksmeister über die 100m, musste auf weitere Starts aufgrund leichter Adduktorenproblemen aber verzichten.

Luca machte einen Werfertag, steigerte dabei im Diskuswurf (31,53 m), im Speerwurf (33,18 m) und im Kugelstoßen (10,57 m) dreimal seine bisherigen Bestleistungen.

Dies gelang auch Finn Wehlte über die Sprintstrecke - er lief die 100m in 13,12! Beim Speerwurf (33,52 m) und im Kugelstoßen (8,46 m) haderte er ein wenig mit technischen Problemen.