

# AHRENSBURGER TSV v. 1874 e. V.

## ATSV-Athleten starten in die Freiluftsaison

Nach einer überschaubaren Hallensaison und zwei Monaten intensiver Vorbereitung starteten am letzten Wochenende einige unserer Athleten in die Freiluftsaison 2016.

## Deutsche Meisterschaft Halbmarathon

Allen voran **Wieland Kümmel**, der mit seinem Laufcoach, Jörg Böttche, nach Bad Liebenzell gereist war, um an seinen ersten deutschen Meisterschaften teilzunehmen – im Halbmarathon! Lange Zeit lief er in einer Gruppe um Lauflegende Sabrina Mockenhaupt mit und konnte im ersten Drittel des Rennens gut mithalten. Dann musste er dem hohen Anfangstempo doch Tribut zollen und hatte auf den letzten 5 Kilometern zu kämpfen. Letztendlich konnte Wieland dank der tollen Unterstützung durch das Publikum mit starkem Finish ins Ziel laufen und mit 1:15,05 Stunden seine persönliche Bestleistung deutlich steigern. Lohn der Mühen war dann ein guter elfter Rang bei seiner ersten deutschen Meisterschaft.

Man darf gespannt sein, was der junge Athlet in diesem Jahr noch abliefern wird – die Landesmeisterschaft im 10-km-Straßenlauf am 1. Mai in Kaltenkirchen ist das nächste Ziel.

## Werfertag in Bad Bramstedt

Am 24.04. fuhr Trainer Heiner Bock mit drei Athleten nach Bad Bramstedt zum Werfertag. Bei z. T. arktischen Temperaturen starteten **Miriam Stefaniak**, **John Schlegl** und **Luca Kuschel**, um ihre Leistungen in den Wurfdisziplinen Kugel – Diskus – Speer zu testen. Wengleich die Bedingungen eher „bescheiden“ waren – am Ende standen 9 neue persönliche Bestleistungen zu Buche.

Besonders erfreulich waren die Leistungen der jüngsten – Miriam (Jg 03) überzeugte in allen drei Disziplinen. Mit 8,19m im Kugelstoßen konnten Trainer und Athletin schon rechnen, die Ergebnisse im Speerwurf (24,99m) und Diskuswerfen (24,78m) waren allerdings überragend. Lief das Einwerfen mit dem Speer noch „desaströs“, zeigte Miriam mit dem zweiten Wurf ihre technische Begabung. Mit jedem weiteren Wurf flog das Gerät weiter, so dass im 6. Durchgang dann die Bestweite von 24,99m gemessen werden konnte.

In ihrem ersten Diskuswettbewerb konnte sie dann überzeugen und ihre Trainingsleistungen eindrucksvoll umsetzen. Nach perfekten Drehungen schleuderte sie das 750g schwere Gerät auf 24,78m. So weit hatte im letzten Jahr keine Athletin ihrer Altersklasse in Schleswig-Holstein geworfen. Zudem blieb sie nur 1,50m unter dem bestehenden Kreisrekord!

Da John (Jg 00) und Luca (Jg 00) in diesem Jahr einer neuen Altersklasse angehören (U 18), mussten sie zwangsläufig jeweils drei neue Bestleistungen aufstellen. Seit diesem Jahr stoßen sie mit der 5 kg Kugel, werfen den 700g Speer und schleudern den 1,5 kg Diskus.

John stieß mit verbesserungswürdiger Technik gute 12,47 m, hatte zudem technische Probleme beim Speerwurf (37,10m) und Diskuswurf (30,15m).

Luca konnte aufgrund seiner guten technischen Abläufe überzeugen und stieß für ihn starke 10,42m, warf den Speer auf 32,50m und verbuchte tolle 27,80m mit dem Diskus.

Einen Tag zuvor startete **Finn Wehlte** (01) in HH-Dulsberg beim dortigen Werfertag und konnte sich mit dem 600g Speer deutlich steigern. Erstmals in seiner Laufbahn warf er das Gerät über die 40m Marke, so dass seine neue Bestweite jetzt 40,90m lautet.

Am kommenden Wochenende werden ATSV-Athleten wieder unterwegs sein. Am 30.04. kämpfen die 12 - 15 jährigen in Großhansdorf um Kreistitel, die U 18 und U 12 werden in Kiel zur Bahneröffnung an den Start gehen und - wie schon angekündigt - die Läufer ermitteln ihre Landesmeister im 10km Lauf in Kaltenkirchen.