



## Viele Bestleistungen zum Saisonende

### Der Bahnabschluss zieht noch mal fast 300 Leichtathleten nach Frankfurt

Auch wenn nicht jeder Teilnehmer eine Medaille gewinnen konnte, so hat doch so manche persönliche Bestleistung dem Bahnabschluss des SC Frankfurt (Oder) seine Krone aufgesetzt. Mit 283 Leichtathleten aus 25 Vereinen dreier Bundesländer hat sich der traditionelle Wettkampf auf eine sehr hohe Teilnehmerzahl eingepegelt. Der Gastgeberverein war mit 48 Athleten der Altersklassen U8 bis U20 vertreten. Sie erkämpften 18xPlatz1, 13xPlatz 2 und 14xPlatz 3. Dazu kamen 22 Bestleistungen (falls der Autor richtig gezählt hat).

Zugleich hat der Verein erstmals Landesmeisterschaften in den Langstaffeln ausgetragen, mit dabei zwei Jungen-Staffeln des Landesstützpunktes. Die beiden Teams Oder-Spree blieben leider über 3x1000 m der U16 und 3x800 der U14 ohne Konkurrenz. Aber alle Achtung, dass Leo und Kai an der Heiden (Ffo) und Moritz Müller (Beeskow) sowie die Jüngeren Ben Vincent Götze (Beeskow), Paul Bruno Hermann und Florian Martin Mansfeld (beide Ffo) angetreten waren. Über 3x800 m der weiblichen U14 kämpften drei Staffeln um den Sieg, der an die Ludwigsfelder Leichtathleten ging.



### Trainingsgruppe U8 mit sieben SC-Sportlern



Die Jüngsten haben wieder einen Mehrkampf der Kinderleichtathletik ausgetragen mit Heulerwurf, Standweitsprung, 30 m und einer gut 200 Meter langen Cross-Strecke. Manche schnupperten erstmals Wettkampfatmosphäre.

Die W6-Mädchen standen alle auf dem Podest mit **Lara Warnack** als Erster, **Lilli Marie Steinke** als Zweiter und **Enny Epperlein** als Dritter.

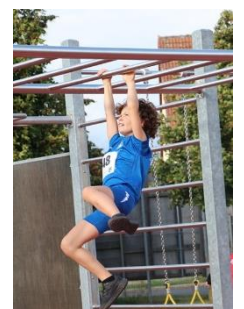
Bei den W7 konnte sich **Pauline Thorz** als Zweite vorn platzieren.



### Trainingsgruppe U10 mit acht SC-Sportlern

In der Altersklasse standen neben klassischen Disziplinen auch Abwandlungen – 600 m und Standweitsprung in Zonen – zur Auswahl.

Einziges Mädchen des SC war in der W8 **Jette Papenfuß**. Sie hat sich beim Ballwurf um tolle sechs Meter verbessert. Dabei ging ihr das Einwerfen für ihre erste Disziplin an diesem Wettkampftag noch nicht so leicht von der Hand. „Die Bälle wollten nicht so weit fliegen, wie Jette und ihre Trainer es gerne gehabt hätten“, schildert Doreen Wojahn. Dann begann der Wettkampf und Jette war hoch konzentriert. „Den zweiten Wurf haute Jette technisch perfekt raus und der Ball flog auf 23,50 Meter. Sie fühlte, dass dieser Wurf einfach perfekt für sie war“, erzählt die Trainerin weiter. Der Lohn: Platz 2 für Jette und



Gänsehaut-Gefühl bei der Trainerin. Ab da war Jette motiviert, alles zu geben. Im Sprint lief sie zu neuer Bestzeit. Beim 600m-Lauf lief sie ein tolles Tempo und führte sehr lange das Feld an. Doch knapp vor dem Ziel verließen sie die Kräfte und Jette kam als Vierte ins Ziel. Dennoch war sie sehr stolz. „Als sich Jette verabschiedete, sagte sie, dass es ihr schönster und bester Wettkampf war“, so Doreen Wojahn.

Bei den ein Jahr älteren Mädchen konnte sich **Charlotte Frase** über 600 m in neuer Bestzeit Platz 2 sichern. Im Weitsprung hat sie mit 3,24 m um einen Zentimeter Bronze verpasst – eine Erfahrung, die andere Kinder auch machen.



Erfolgreichster Athlet in dieser Altersgruppe war – wieder einmal – **Alan Clark Kehder (M8)**. Er stand nach jedem Start auf dem Treppchen. Zweimal ganz oben – beim Ballwurf und Standweitsprung. Bei dieser Sprungdisziplin war er der einzige Junge seiner AK, der dreimal bis in die Zone 7 sprang. Zweiter wurde Alan über 600 m und Dritter über 50 m. Bei den Jungen der M9 gab es mit **Philipp Rose** als Zweitem im Ballwurf den einzigen Athleten auf dem Podest.

### Trainingsgruppe U12 mit acht SC-Sportlern

**Mia-Marie Weidner (W11)** ist ihrer Favoritenrolle im Ballwurf wieder gerecht geworden und hat sich mit 39 Metern den Sieg gesichert. **Lukas Pape (M11)** konnte sich bei seinem ersten Hürdenlauf – über 50 m – Platz 3 sichern. In anderen Disziplinen ist er sonst auch für vordere Platzierungen „gebucht“, doch weil er mitten im Wachstum ist, braucht es für neue Leistungssteigerungen gerade etwas Geduld.

Wie Mia war auch **Clara Rosenträger (W10)** in ihren Disziplinen gut dabei, auch wenn sie es nicht aufs Podest geschafft hat. „Ein Lob gebührt ihr für die neue Bestzeit über 50 Meter. Clara hat hier das Training gut umgesetzt“, sagt Trainerin Riccarda Bohrisch. Bestleistungen erzielten auch **Vincent Lüppker** über 800 m und **Hannes Marschel** im Sprint.



### Trainingsgruppe U14 mit neun SC-Sportlern, davon zwei aus der Freizeitgruppe

Mit drei Medaillen verabschiedete sich **Colin Kampioni (M12)** aus der Freiluftsaison. Seine Siege über 60 m Hürden (10,57s) und im Weitsprung (4,69 m) würzte er mit persönlichen Bestleistungen. Zweiter wurde er über 75 m (10,63 s), zwei Hundertstelsekunden hinter dem Sieger.

Zweimal als Siegerin geehrt wurde auch **Frida Marowski (W12)**. Sie warf den Speer auf die neue Bestweite von 19,27 m. Im Kugelstoßen war sie in ihrer AK einzige Starterin.

Hier hatte **Levi Joe Herrmann (M13)** mehr Konkurrenz. 11,70 m bedeuteten Platz 2. Dritter wurde er im Weitsprung mit (4,55 m)

Silber im Hürdensprint holte sich **Florian Martin Mansfeld (M13)** ebenfalls mit pB (10,31 s). Nach Speerwurf und 75m-Sprint stand er zwar nicht auf dem Siegertreppchen, aber er steigerte hier seine Bestleistungen.

Mit einer Bestleistung im Weitsprung beendete **Louisa Berndt (W12)** ihren Wettkampf. Ihre Wettkampfpremiere im Weitsprung und über 75 m erlebte **Marie Vögeding**.

Aus der Freizeitgruppe von Wolfgang Heinrich konnte sich auch **Hans Zieger** platzieren. Er wurde Dritter im Speerwurf der M13 mit 30,44 m.



Für Trainerin Clara Bechly sind die Leistungen aller ihrer Sportler „in Ordnung. Sie haben sich aber mehr persönliche Bestleistungen gewünscht,“ weiß sie. Viele seien in den Ferien gewachsen, daher haben einige – wie in dieser Phase üblich – Probleme beim Anlauf im Weitsprung. Was dennoch auffällt, so die Trainerin: „Anlauf und Schrittlänge sind bei vielen zu ungleichmäßig. Daher wird das Brett nicht getroffen.“ Ein großes Dankeschön sagt sie unserem neuen FSJler **Aaron Bertel**, der als Kita-Kind zum Verein kam, mit der 7. Klasse an die Sportschule in Potsdam gewechselt war und nun als FSJler eine super Unterstützung sei. „Er motiviert die Sportler nochmal anders. Mit ihm zusammen kann an den ‚Schwachstellen‘ gearbeitet werden“, so Clara Bechly.

### U16 bis U20 etwa 16 SC-Teilnehmer

In diesem Altersbereich ist im September die Saison bereits abgeschlossen: „Besonders für Teilnehmer an Deutschen Meisterschaften ist der Bahnabschluss eine Zugabe und auch eine Möglichkeit, sich in anderen Disziplinen zu versuchen und zu schauen, was geht“, erklärt Trainer Hartmut Schulze. **Aidan Ballaschke** und **Tim Thielemann**, die beide bei den Deutschen Jugendmeisterschaften der U18 u.a. über 400 m Hürden gestartet waren, hätten das sehr gut getan und teils sehr deutliche Bestleistungen erreicht, würdigt ihr Trainer. Aidan kam nach 100 Meter erstmals bei 12,00 Sekunden in Ziel und touchierte mit 5,98 m die 6-Meter-Marke. Auch Tim konnte sich im Weitsprung verbessern, auf 5,11 m und warf den Speer erstmals auf 45,26 m. „Diese Ergebnisse zeigen, dass man mit gutem Hürdenttraining auch in anderen Disziplinen gut sein kann“, so der Trainer.



Auch unsere Sportschüler **Guibert Djouaka Ziwo** und **Ian Constantine Kehder** (beide M15) gingen an den Start. „Guiberts hat zwei Kracher abgeliefert. Er ist zum Saisonende mit 11,11 s über 100 Meter nur um fünf Hundertstelsekunden an seiner Bestzeit vorbeigelaufen. Das zeigt, dass er noch Substanz hat. Und mit einer Hürdenzeit hätte er das Zeug für eine Finalteilnahme bei Deutschen Meisterschaften“, urteilt Hartmut Schulze über Guibert, der Deutschlands schnellster M15-Sprinter ist. Ian hat es nach seinem Neunkampf bei den Deutschen Jugendmeisterschaften vor zwei Wochen ruhiger angehen lassen. „Er braucht noch Erholung“.

Für andere SC-Athleten, die aufgrund geringerer Trainingsumfänge nicht so oft an Wettkämpfen teilnehmen, war es noch mal ein kleiner Höhepunkt. Angesichts der sehr kleinen Teilnehmerfelder in diesen AK stand auch jeder Starter fast immer auf dem Treppchen.

„Es war wieder ein guter Wettkampf, der eine oder andere Athlet hat eine Landeskadernorm erfüllt, für die der Bahnabschluss die letzte Möglichkeit bildete. Für die Austragung der Meisterschaften Langstaffeln war dies ein würdiger Rahmen, auch wenn wir uns mehr Teilnehmer gewünscht



haben. Es gab dennoch Gespräche, dass wir das künftig weiterhin beim Bahnabschluss ausrichten“ resümierte die 1. Vorsitzende Clara Bechly, die zugleich Wettkampfleiter war.

Und sie hat ein großes Dankeschön parat „an alle Helfer, sei es beim Aufbau am freitag- oder samstagfrüh, an den Wettkampfanlagen, beim Imbiss, als Kuchenbäcker, beim Abbau und/oder als Trainer/Übungsleiter. Viele Personen haben dazu beigetragen, dass die Sportler einen fairen, sportlichen und gut organisierten Wettkampf hatten. Von den auswärtigen Vereinen haben wir auch wieder viel Lob bekommen“, lobt sie. Ein extra-Dankeschön geht auch an die Firma Spie Versorgungstechnik aus Müllrose, die uns kurzfristig Absperrungen zur Verfügung für die Wettkampfanlagen gestellt hat.



Text: Kerstin Bechly/(23.9.2023)

Fotos: Bechly/M. Thorz/A. Kampiointi/J. Kehder/P. Weidner/R.a.d.Heiden – super vielen Dank dafür!

Viele weitere Bilder in der Bildergalerie



## Platzierungen der SC-Sportler

**W7/Vierkampf** (Heulerwurf, Standweitsprung, 30 m, Cross)

2. Pauline Thorz (Platzziffer 8; jeweils Rang2)

**W6/Vierkampf**

1. Lara Warnack (Platzziffer 6; Rang 1/1/2/2)

2. Lilli Marie Steinke (7; Rang 3/2/1/1)

3. Enny Epperlein (11; Rang 2/4/2/3)

**W8/Ballwurf**

2. Jette Papenfuß 23,00 m (pB)

**M8/50 m**

3. Alan Clark Kehder 8,75 s

600 m

2. Alan 2:23,29 min

Standweitsprung

1. Alan Zone 7,00 (als Einziger dreimal)

Schlagball

1. Alan 31,50 m

**W9/600m**

2. Charlotte Frase 2:08,74 min (pB)

**M9/Ballwurf**

3. Philipp Rose 29,00 m

**W11/Ballwurf**

1. Mia-Marie Weidner 39,00 m

**M11/50m Hürden**

3. Lukas Pape 10,28 s

### Landesmeisterschaften Langstaffel

mU16 3x1000m

1. StG Oder-Spree (Leo und Kai an der Heiden, Moritz Müller/Bee) 10:08,64 min

mU14 3x800m

1. StG Oder-Spree (Ben Vincent Götze/Bee, Paul Bruno Herrmann, Florian Martin Mansfeld) 8:17,64 min

**W12/Kugelstoßen**

1. Frida Marowski 6,03 m

Speerwurf

1. Frida 19,27 m (pB)

**M12/75m**

2. Colin Kampioni 10,63 s

60 m Hürden

1. Colin 10,57 s (pB)

Weitsprung

1. Colin 4,69 m (pB)

**M13/60 m Hürden**

2. Florian Martin Mansfeld 10,31 s

Weitsprung

3. Levi Joe Hamman 4,55 m

Kugelstoßen

2. Levi 11,70 m

Sperrwurf

3. Hans Zieger 30,44 m

**W14/Speerwurf**

3. Emilia Thaens 20,69 m

**M14/100 m**

2. Jakob Windmüller 12,84 s

3. Kai an der Heiden 12,89 s

80m Hürden

1. Kai 11,97 s (pB)

Weitsprung

3. Leo an der Heiden 5,03 m

Kugelstoßen

3. Kai 8,30 m (pB)

Speerwurf

3. Kai 28,06 m (pB)

**W15/100m**

1. Anne Papenfuß 15,46 s

Speerwurf

3. Lisann Kubinski 23,60 m

**M15/80m Hürden**

1. Guibert Djouaka Ziwo 10,88 s (pB)

Weitsprung

2. Noel Janiak 3,96 m

**mU18/100 m**

1. Guibert 11,11 s (höher gestartet)

2. Aidan Ballaschke 12,00 s (pB)

400 m

1. Aidan 54,43 s

2. Tim Thielemann 54.99 s

Weitsprung

1. Aidan 5,98 m (pB)

3. Tim 5,11 m (pB)

Speerwurf

1. Tim 45,26 m (pB)

2. Ian Constantine Kehder 42,77 m

(M15/höher gestartet)

**wU18/100 m**

3. Anne 79,02 s

(höher gestartet)

Speerwurf

1. Tamina Thielemann 33,64 m

**wU20/100 m**

1. Zoe Janiak 13,99 s

400 m

1. Zoe 71,59 s