



# Bestleistungen bei Sportfesten in Berlin und Potsdam

Mit Aidan, Leo, Kai, Tim und Mia-Marie können sich SC-Athleten in einigen ihrer Paradedisziplinen verbessern

Auch am zweiten und dritten Dezember-Wochenende waren die Jugendlichen aus der Trainingsgruppe von Hartmut Schulze in Berlin bei Wettkämpfen unterwegs. Weil in einigen Disziplinen aufgrund sehr kleiner Starterfelder ein Podestplatz fast sicher war, zählten vor allem die erzielten Leistungen.

Und: „Die Teilnahme an den Wettkämpfen findet aus dem vollen Training heraus. Damit wollen wir die eingeschränkten Trainingsbedingungen bei uns ein klein wenig kompensieren. Es macht einen großen Unterschied, ob man im Training 100-mal die 60 m sprinten kann oder wie wir eben nur 40, 45 Meter“, begründet Trainer Schulze. Dann würde gerade beim Hürdensprint die Kraft auf den letzten Metern fehlen. Die Wettkämpfe dienen dazu zu erfahren, „wo stehen wir und wie können wir was kompensieren.“

Beim **2. Jugendsportfest am 8. Dezember in Berlin-Charlottenburg** konnte sich **Aidan Ballaschke** (U20) in zwei Disziplinen verbessern: über 60 m auf 7,53 s und über 60 m Hürden auf 8,53 s (0,01 s gegenüber dem 1.12.), was den Sieg bedeutete.

**Leo an der Heiden** (U16) kam über 60 m und 200 m (2.) in der Rudolf-Harbig-Halle dicht an seine Bestzeiten heran und lief als Zweiter über 60 m Hürden Bestzeit in der Halle. „Gerade die 200-m-Zeit ist top, da ist noch was vom Sommer hängen geblieben“, schätzt der Trainer ein.

Auch **Tim Thielemann** (U20), der aufgrund des Lehramtsstudiums in Potsdam (Sport/Mathe) zurzeit nur sporadisch trainieren kann, konnte sich im Hürdensprint leicht auf 9,30 s verbessern.

Beim **16. Run + Jump am 14. Dezember** ebenfalls in der **Rudolf-Harbig-Halle** startete **Kai an der Heiden** in der nächsthöheren Altersklasse U18 über die ungewohnte, aber mal interessante Distanz 30 m fliegend, für die er 3,22 s (pB) benötigte.

Über 60 m blieb er im Vorlauf nur 0,05 s über seiner pB.

Kai startete auch im Weitsprung, wo er gleich im ersten Versuch auf 5,86 m kam und nur acht Zentimeter unter seiner (Freiluft)-Bestmarke blieb. Bei insgesamt vier Versuchen konnte er noch einen weiteren gültigen setzen.

Über 150 m in der Männer-AK verbesserte sich **Aidan Ballaschke** (U20) auf 18,00 s.

Zu den Ergebnissen der ersten drei Hallensaison-Wettkämpfe sagt Hartmut Schulze: „Die Jungs sind in dieser Art Vorhallensaison gut dabei. Wir sind auf einem guten Weg. Im Januar gibt es für ihre Altersklassen nicht so viele Wettkämpfe, bevor im Januar die Landesmeisterschaften der U18/20 stattfinden.“ Eventuell stehe Anfang Februar noch die Teilnahme an den Norddeutschen Hallenmeisterschaften in Potsdam im Raum. An den Deutschen Jugendhallenmeisterschaften werde nicht teilgenommen, auch wenn Aidan (60 m Hürden) dicht dran an der Norm sei (in der U18 gibt es keine DJHM Einzel). Aber aufgrund der eingeschränkten Trainingsmöglichkeiten könne er dort nicht mit der Konkurrenz mithalten.

Jakob Windmüller aus der Trainingsgruppe konnte an den Wettkämpfen krankheitsbedingt nicht teilnehmen, für Florian Martin Mansfeld stand die Teilnahme bzw. Vorbereitung auf Mathe-Olympiaden im Vordergrund.

Beim **Adventssportfest am 14. Dezember in Potsdam** war der SC Frankfurt in Minimalbesetzung dabei, obwohl alle Altersklassen hätten starten können.

**Tim Thielemann** (U20) konnte sich gegenüber dem Start eine Woche zuvor über 60 m Hürden deutlich auf 9,13 s verbessern und siegte damit.

Mit neuer Bestzeit von 8,66 m im Kugelstoßen (Halle/Freiluft) ist auch unsere Sportschülerin **Mia-Marie Weidner** (W12) weiterhin auf einem guten Weg im Stoßen.

In derselben Altersklasse startete auch **Clara Rosenträger** und schnupperte damit schon mal in ihre neuen Bedingungen ab 2025 hinein. Das heißt, sie lief erstmals die 60 m und sprang erstmals beim Weitsprung vom Brett. „Unser Ziel war, dass Clara das Brett trifft, das ist ihr bei drei Versuchen zweimal gelungen. Die Weite war noch nicht wichtig“, erklärt Trainerin Clara Bechly. Ihr Schützling blieb mit 3,51 m etwa 30 cm unter ihrem Bestwert – ganz normal beim Wechsel aufs Brett. Über 800 m ging es ums Dranbleiben.



Text: Kerstin Bechly/18. Dezember 2024

Ergebnisse

## 2. Jugendsportfest am 8.12.

**U16:** 60 m 5. Leo an der Heiden 7,64 s (zweitbeste pB)  
200 m 2. Leo 24,31 s (zweitbeste pB)  
60 m Hürden 2. Leo 8,75 s (zweitbeste pB, pB Halle)

**U20:** 60 m 4. Aidan 7,53 s (pB)  
200 m 2. Aidan 24,53 s  
60 m Hürden 1. Aidan 8,53 s (pB)  
5. Tim 9,30 s (pB)

## 16. Run + Jump am 14.12.

**U18:** 30 m fliegend 8. Kai an der Heiden 3,22 s (pB)  
60 m 8. Kai an der Heiden 7,88 s (VL 7,87)  
Weitsprung 2. Kai an der Heiden 5,86 m

**U20:** 60 m Aidan 7,58 s (VL)  
60 m Hürden 1. Aidan 8,65 s

**Männer:** 150 m 14. Aidan 18,00 s (pB)  
15. Kai 18,28 s

## Adventssportfest am 14.12.2024 in Potsdam

**W12:** 60 m (36 TN) 28. Clara Rosenträger 9,56 s  
33. Mia-Marie Weidner 9,88 s  
800 m 17. Clara 3:13,41 min  
Weitsprung 28. Clara 3,51 m  
Kugelstoßen 1. Mia 8,66 m (pB)  
**U20:** 60 m Hürden 1. Tim Thielemann 9,13 s (pB)