

## Hallensaison 2017/18

2 x Gold, 1 x Silber, 2 x Bronze und viele neue Bestleistungen

Nachdem die Landesmeisterschaften im Blockwettkampf traditionsgemäß am ersten Märzwochenende durchgeführt worden sind, endet die Hallensaison 2017/2018. An mehreren Wochenenden in den zurückliegenden Monaten gingen ATSV-Aktive an den Start, um den derzeitigen Leistungsstand zu überprüfen. Dabei wurden schöne Erfolge erzielt, viele neue Bestleistungen aufgestellt. Doch es gab auch jahreszeitabhängig krankheitsbedingte Ausfälle sowie Verletzungen, die die Trainingskontinuität erheblich beeinflussten. Mittlerweile sind - bis auf eine Ausnahme - alle wieder „an Bord“ und im Trainingsalltag eifrig dabei, sich auf die kommende Freiluftsaison vorzubereiten.

Kurz vor Weihnachten starteten fünf Aktive beim HSV-Sportfest im Glaspalast der Hansestadt. Letztmalig startete **John Schlegl** (00) im ATSV-Trikot, ab 2018 startet er im roten Trikot des HSV. Doch dieses Mal sprang er noch im blauen Shirt des ATSV über 7 m weit (7,02m) und sprintete in 7,23 s die 60m Strecke.

Neue Bestleistungen stellte **Luca Kuschel** (00) auf, der 1,75m hoch sprang und erstmalig die 12m-Linie im Kugelstoßen überwand (12,03m).

**Clemens Müller-Rahmel** (01) freute sich über eine BL über 800m (2:13,72 min) ebenso, wie **Benno Bremmes** (02), der 5,08m weit sprang und 8,61 s für 60m benötigte.

Gleich drei Bestleistungen verzeichnete **Bjarne Lehmann** (03), der 5,09m weit sprang, die Kugel auf 9,95m stieß und nach 8,33s über die 60m-Ziellinie lief.

Mit dem Jahreswechsel änderte sich für alle Aktive - wie jedes Jahr - die Altersklasse. Für einige (2001/2003/2005/2007) Athleten änderte sich eigentlich wenig, allerdings zählen sie jetzt zum älteren Jahrgang ihrer Altersklasse. Die 2000er (U20), 2002er (U18), 2004er (U16) und die 2006er (U12) bringt der Aufstieg in die neue Altersklasse aber erhebliche Veränderungen. Vor allem bei den Jungen heißt es, deutlich schwerer Wurfgeräte zu beschleunigen, die Laufstrecken im Sprint werden länger, die Athleten des Jahrgangs 2004 müssen jetzt von Brett abspringen, usw.

Am ersten Januarwochenende startete **Bjarne Lehmann** in Bad Segeberg und konnte zufrieden mit zwei neuen Bestleistungen (11,19m - Kugel, 6,93s - 50m) nach Hause fahren.

Eine Woche später fanden schon die ersten Landeshallenmeisterschaften in Hamburg statt. Aktive der U20 und U16 ermittelten die Titelträger - und die ATSVer brachten einen vollständigen Medaillensatz mit!

Allen voran zeigte **Maila Sievers** (03) einen couragierten 800m-Lauf und gewann in tollen 2:22,87 min souverän den ersten Landestitel für sich und den ATSV. Von Beginn an lief die kleine, drahtige Triathletin und Mittelstrecklerin vor dem Feld her - allein die eigentliche Favoritin, Cathleen Richter aus Rönnau konnte ihr folgen. Doch jedes Mal, wenn Cathleen versuchte, an Maila vorbei zu ziehen, konterte diese rechtzeitig und hatte am Ende verdient „die Nase“ vorne.

Silber steuerte **Fredrik Sirkka** (00) bei, der im Dreisprung mit persönlicher Bestleistung von 12,42m nur vom Lübecker Joel Kuluki bezwungen wurde, der allerdings mit einem Sprung über 14m seine Sonderstellung im Norden unterstrich. Fredrik zeigte sich an diesem Wochenende aber überaus vielseitig auf hohem Niveau: zwei 4. Plätze (8,87s - 60m Hürden, 7,36s - 60m) sowie Rang 7 im Hochsprung, wo er mit 1,81m seine vierte Bestleistung des Wochenendes erzielte!

Die Bronzemedaille dieser LM war dann **Bjarne Lehmann** vorbehalten. Im Kugelstoßen stellte er seine neue Stärke unter Beweis und konnte mit 10,91m den 3. Platz erreichen. Bestleistungen im Weitsprung (5,43m) und über 60m Hürden (9,50s) sowie übersprungene 1,60m rundeten ein gelungenes Wochenende ab.

An der LM U18 in Hamburg nahmen drei Aktive teil: **Clemens Müller-Rahmel (01)**, **Finn Wehlte (01)** und **Lilly Güldenpfennig (02)**.

Während Clemens (800m) und Lilly (200m - Weitsprung) Erfahrungen sammelten und mittlere bzw. hintere Plätze in großen Feldern belegten, zeigte Finn vor allem im Weitsprung beachtliche Sprünge. Sein weitester verfehlte mit 5,99m die ersehnte 6m-Linie äußerst knapp, der 7. Platz war der Lohn in einem starken Teilnehmerfeld.

Am ersten Februarwochenende lud der Kreis Segeberg in ihre Leichtathletikhalle ein - und **Lisa Baumann** (06) und **Bjarne Lehmann** (03) folgten dieser gerne.

Im Vierkampf zeigte Lisa einen durchschnittlichen Hochsprung (1,15m), gute 4,11m im Weitsprung und eine neue Bestleistung über die 50m (7,44s). Doch der Kracher folgte im - erstmals für sie - durchgeführten Kugelstoßen. Mit der 2kg-Kugel zeigte sie dem Feld „die Hacken“ und stieß mit 8,88m mehr als einen Meter weiter, als die Zweitbeste! Die 1621 Punkte bedeuteten dann auch souverän Platz 1 in der Mehrkampfwertung.

Bjarne Lehmann sicherte sich hinter dem Landesbesten, Torge Prüß aus Rönau, überraschend den zweiten Rang in der Mehrkampfwertung. 10,72m im Kugelstoßen, 5,07m im Weitsprung, 1,65m (BL) im Hochsprung und 6,92s (BL) brachten ihm 2052 Punkte und den Silberrang ein.

Die letzten beiden Landeshallenmeisterschaften gehörten den Mehrkämpfern.

Am 10./11.02. trafen sie die weiblichen Fünfkämpferinnen (60H - Weit - Hoch - Kugel - 800m) und die männlichen Siebenkämpfer (60m - Weit - Kugel - Hoch - 60mH - Stab - 1000m) in Hamburg, um ihre Meister in den unterschiedlichen Altersklassen zu ermitteln. Mit dabei vom ATSV: **Miriam Stefaniak (03)** und **Bjarne Lehmann (03)**.

Da Miriam in den zurückliegenden Wochen mehrfach krankheitsbedingt nicht trainieren konnte, hatten sich Trainer und Athletin geeinigt, nur die ersten vier Disziplinen zu absolvieren und auf den abschließenden und Kräfte zehrenden 800m Lauf zu verzichten. 1,40m im Hochsprung, 10,01s über die Hürden, 4,72m im Weitsprung und 8,96m im Kugelstoßen bedeuteten nach vier Disziplinen Platz 3 in der Mehrkampfwertung - auf „Schlagdistanz“ zu Spitze. Nach kurzem Zögern widerstanden Athletin und Trainer dem Reiz, doch noch den 800er zu wagen, denn der zweite Platz wäre bei einem „normalen“ Lauf sicher gewesen. Schnell siegte die Vernunft und - wie zuvor besprochen - die Abmeldung abgegeben.

Bjarne absolvierte zum ersten Mal in seiner noch kurzen Leichtathletiklaufbahn einen zweitägigen Mehrkampf. Der Siebenkampf hat vier Disziplinen am ersten Tag, am

zweiten folgen dann mit 60m Hürden, Stabhoch und 1000m drei weitere. Das bedeutet, hier sind Athleten am Start, die überaus vielseitig ausgebildet sein müssen. Bedenkt man, dass Bjarne diesen Sport erst seit etwa 18 Monaten intensiv betreibt, dann ist allein die Tatsache, es überhaupt angehen zu können, schon beachtlich.

Aber dieser junge Athlet hat gute Anlagen und eine tolle Bereitschaft, sich für den Mehrkampf einzubringen. So galt es denn, in einem „Crash-Kurs“ noch schnell den Stabhochsprung zu erlernen. Zwei Trainingseinheiten in den Weihnachtsferien und zwei weitere kurz vor der LM reichten aus, dass Bjarne und Trainer Heiner Bock zuversichtlich waren, dass die Anfangshöhe von 1,80m zu schaffen sei - mit der Option auch bis 2,00 - 2,20m vorzudringen.

Am ersten Tag gab es Licht (60m -8,05s, Hoch - 1,60m) und Schatten (Weit - 4,95m, Kugel - 9,59m), doch am zweiten Tag dann zwei „Kracher“. Im 60m Hürdenlauf steigerte Bjarne seine Bestzeit auf 9,44s und im Stabhochsprung überraschte er nicht nur sich selbst. Mit einer Selbstverständlichkeit lief er auf die Anlage zu, traf den Einstichkasten und sprang Höhe um Höhe jeweils im 1. Versuch. Als er auch die 2,70m übersprang, war der Jubel und das Staunen riesengroß. Anschließend verzichtete Bjarne auf weitere Sprünge auf Anraten seines Trainers, denn mit jeder weiteren Höhe nimmt das Verletzungsrisiko zu - zumal bei einem Athleten in seinem 1. (!) Stabhochsprungwettkampf. Im abschließenden 1000m-Lauf fehlte dann nach diesen beiden anstrengenden Tagen die Kraft, um noch eine gute Zeit zu laufen, nach 3:31,60 min beendete Bjarne den ersten Siebenkampf seines Lebens und wurde mit 3465 Punkte Sechster.

Zur letzten Landesmeisterschaft trafen sich die Blockmehrkämpfer der U16 am ersten Märzsonntag in Bad Malente. Wie zuvor waren auch dieses Mal wieder **Miriam Stefaniak** und **Bjarne Lehmann** am Start.

Für Miriam sollte sich die Anreise mehr als gelohnt haben. Seit einigen Jahren betreibt sie intensiv unsere Sportart. Als Zwölfjährige hatte sie 2015 „ihr Jahr“, in vielen Disziplinen gehörte sie im Land zu den „Top Ten“. Doch Verletzungen warfen sie anschließend immer wieder zurück und nur durch eisernen Willen und Disziplin schaffte sie immer wieder den Anschluss. Viele gute Platzierungen und Ergebnisse waren der Lohn, im letzten Jahr wurde sie 11. bei den Deutschen Meisterschaften Block Wurf der Altersklasse 14. Was noch fehlte, war ein Landestitel - und der war endlich fällig. So startete Miriam über die 60m Hürden in 9,84s mit toller neuer Bestzeit. Der anschließende Weitsprung (4,75m) lag im Ergebnis nur knapp unter ihrer Bestleistung, doch ohne Brett gesprungen weiß jeder Kenner, was möglich gewesen wäre. Ihre ärgste - und einzige „echte“ Konkurrentin - Cathleen Richter, konnte den Rückstand vom Hürdenlauf auf 33 Punkte verringern. Gute 60m (8,70s) brachten weitere 33 Punkte ein, so dass Miriam umgerechnet 12 Sekunden Vorsprung im abschließenden 800m-Lauf hatte. Das bedeutete, dass Miriam bei zu laufenden 6 Runden pro Runde nur maximal 2 Sekunden verlieren durfte. Dabei wussten Trainer und Athletin um die Stärke ihrer Gegnerin - Cathleens Bestzeit (2:22min), Miriams Bestzeit (2:33min). Und genauso entwickelte sich das Rennen: Cathleen rannte los und übernahm sofort die Spitze, Miriam kämpfte auf Platz 2 um jede Sekunde. Aber der Vorsprung schmolz Runde um Runde. Zur letzten Runde war nur noch eine Sekunde übrig geblieben - und unter den Anfeuerungsrufen ihres Trainers gab Miriam alles und rettete einen Vorsprung von

0,4 Sekunden ins Ziel. Mit 7 Punkten Vorsprung konnte Miriam ihren ersten Landesmeistertitel gewinnen!

Bjarne trat im Block Sprung an und konnte sich mit durchschnittlichen (Weit - 5,07m), guten (60m - 8,11s, 60m Hürden - 9,59s) und tollen (Hoch - 1,65m) Leistungen einen Bronzerang sichern - 2130 Punkte im Vierkampf waren neue persönliche Bestleistung.

Bei all den Hallenwettkämpfen möchte ich aber nicht diejenigen Aktiven vergessen, die lieber in freier Natur den Crossläufen nachgehen. Die Zahl derjenigen, die dieser Freizeitbeschäftigung nachgehen, ist eher klein, aber umso bewundernswerter.

Nach Lennart, Leonie und Maila tritt jetzt auch **Malte Sievers** in die Familientradition ein. Malte wird in diesem Jahr 10 und läuft gerne die Mittelstrecken und im Gelände. So gewann er in 2018 in seiner Altersklasse den Lümmellauf und den Bergedorfer Cross. Sicherlich werden wir ihn in dieser Saison auch auf der Bahn erfolgreich laufen sehen.