



DJK WESTEN 23 BERLIN

Fußspur

Leichtathletik in der LG Süd 2005 / 3. Ausgabe



Was? Nur 15 s. langsamer?

Das Titelphoto zeigt Petra Stüber und Peter Krzonkalla fast zeitgleich im Ziel des Halbmarathons in Reinickendorf am 4.9.2005. (s. auch S. 12)

Abteilungsleitung

Abtgsleiter: Wolfgang Zitzlaff, Stanzer Zeile 44-46, 12209 B., T: 771 74 23
E-Mail: W.Zitzlaff@t-online.de

Sportwart: Michael Hähnel, Eresburgstr. 34, 12103 B., T: 75 70 28 63, Fax:75 702 864
E-Mail: mhaehnel@versanet.de

Kassierer: Günther Langmann, Marchandstr. 23, 12249 Berlin, T: 775 24 10

Meldewesen für LG Süd

Sportwart: Achim Hoffmann, Reichensteiner Weg 20, 14195 Bln, T: 832 28 831,
Fax:832 28 832, E-Mail: hoffmannsued@arcor.de

LG Süd im Internet

<http://www.lgsued-berlin.de>

Mitgliedsbeitrag

E 1 Erwachsene	92,00
E 2 Jugendliche bis 18 J., Erwachsene ohne eig. Einkommen, Rentner, Sozialfälle	46,00
F 1 Ehepaare	122,00
F 2 Erwachsener m. Kind	107,00
F 3 Familienbeitrag	122,00

Aufschlag für Nichtzahlung im 1.Quartal: **5,00**

Bankkonto: DJK Westen 23, LA-Abt., Kto.Nr. 42 15 66-100, Postbank Berlin, BLZ 100 100 10

In eigener Sache:

Fußspur-Team: W. Zitzlaff und Günther Langmann (Vertrieb)

Da diese Fußspur die letzte im Jahr 2005 ist, möchten wir all unseren Leserinnen und Lesern einen frohen Jahreswechsel wünschen. Für 2006 vor allen Dingen Gesundheit, Glück und Zufriedenheit und unseren Aktiven sportlichen Erfolg.

Diese Ausgabe unterstützten mit ihren Beiträgen: K.-H. Flucke als fleißiger Chronist der LG Süd, Michael Hähnel, Stephan Hempel, Oliver Muth, und Reinhard Stüber (Photos)



Protokoll der Abteilungsversammlung der Leichtathleten der DJK Westen 23 am 17.10.2005

Ort: Bahnhofsgaststätte am S-Bahnhof Lichterfelde Ost
Beginn: 20.02 Uhr, Ende: 21:05 Uhr
Anwesend: 21 stimmberechtigte Mitglieder

Top 1

Bericht der Abteilungsleitung: Der Abteilungsleiter W. Zitzlaff begrüßt die Anwesenden. Zu Ehren der verstorbenen Silke Böttcher und Peter Küstner wird eine Schweigeminute abgehalten.

W. Zitzlaff lobt die gute Zusammenarbeit innerhalb der Abteilung, namentlich dankt er A. Hoffmann, M. Hähnel, G. Langmann und O. Muth. In diesem Zusammenhang hebt er auch die Leistungen hervor, die von Monika Kollstedt als Betreuerin der Teamstaffeln und von Reinhard Stüber bei handwerklichen Tätigkeiten für die LG Süd erbracht wurden. Er bedankt sich auch bei allen anderen Helfern bei LG Süd-Veranstaltungen.

Der Kassenwart Günther Langmann übergibt den Anwesenden die Überschussrechnung 2004 zur Einsicht. Laut Mitgliederstatistik hat die Abteilung 112 Mitglieder, es wurden 12 Eintritte und 13 Austritte verzeichnet. Das Gros der Mitglieder ist über 50 Jahre alt, davon sind 17 Mitglieder zwischen 51 und 60 Jahren, 59 Mitglieder sind über 60.

Die Zahlungsmoral der Mitglieder ist gut, nur wenige mussten schriftlich erinnert werden, ihren Beitrag zu zahlen. Weitere Mahnverfahren finden nicht statt. Bei Beitragsrückständen von zwei Jahren erfolgt die Streichung aus der Mitgliederliste.

Übungsleiter mit gültiger Lizenz hat die Abteilung nicht mehr, da die bisher gültigen Lizenzen nicht verlängert wurden.

Die Abteilungskasse weist einen Bestand von 22.000 € aus. Die Kassenprüfung am 25.2.2005 ergab keine Beanstandungen. (s. auch TOP 2) Auch im vergangenen Jahr führte der Übungsleiter J. Sorge für die Abteilung das Sportabzeichen durch, was vom Landes-sportbund innerhalb des Sportabzeichenwettbewerbs mit 245 € honoriert wurde.

LG-Sportwart A. Hoffmann dankt in eigener Sache für die großzügige Unterstützung, die ihm anlässlich der Senioren-Europameisterschaften in Aarhus gewährt wurde. Sportwart M. Hähnel erinnert aus gegebenem Anlass die Wettkampfläufer an die Benutzung der Chips.

Top 2

Im Bericht der Kassenprüfer legen P. Krzonkalla und E. Gast dar, dass es bei der Kassenprüfung am 25.02.2005 nichts zu beanstanden gegeben hat. Die Kasse ist von G. Langmann ordnungsgemäß geführt worden.

Top 3

Die Entlastung der Abteilungsleitung wird beantragt. Bei einer Gegenstimme wird die Entlastung ausgesprochen.

Top 4

Neuwahlen

W. Zitzlaff wird einstimmig zum Abteilungsleiter gewählt. Als Kassenwart wird G. Langmann, als Sportwart M. Hähnel bzw. A. Hoffmann als LG Süd Sportwart erneut bestätigt. P. Krzonkalla und E. Gast werden einstimmig wieder als Kassenprüfer gewählt.

Top 5

Verschiedenes:

Es wird beschlossen, weiterhin die Kinder- und Jugendarbeit bei den Leichtathleten von TusLi finanziell zu unterstützen. Die Zuschüsse sollen zweckgebunden verwendet werden.

Die Weihnachtsfeier der LG Süd wird mit ca. 2.000 € aus der Abteilungskasse bezuschusst. Ehrungen werden während der Weihnachtsfeier durchgeführt.

Es besteht Übereinstimmung darin, dass auch Nichtmitglieder der DJK die *Fußspur* erhalten, wenn sie Artikel zur Verfügung stellen. TusLi erhält regelmäßig mehrere Exemplare, um sie an interessierte Mitglieder weiterzuleiten.

Eine Mehrheit der anwesenden Mitglieder spricht sich für die Anschaffung eines einheitlichen Trainingsanzuges aus, der die Traditionsfarbe Orange enthalten sollte. Eine Vorratshaltung wird im Zusammenhang mit dem Trainingsanzug abgelehnt.

Protokoll: Günther Diels

*

Trainingszeitenplan der LG Süd Winter 2005 / 2006

Leistungsgruppe Lauf		Jahrgang 1991 und älter
Trainer :	Karl-Heinz Flucke	745 52 71
Montag	18:00 - 20:00 Uhr	Stadion Lichterfelde
Mittwoch	18:00 – 20:00 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
Freitag	20:00 – 21:30 Uhr	GS Unter den Kastanien (alte Halle)
Kurs Lauf		
Trainer :	Heinrich Ruschepaul	03320754175
Donnerstag	18.00 – 19:30 Uhr	Stadion Lichterfelde
Männer Freizeitsport		Jahrgang 1988 und älter
Trainer :	Boyke Jessen	0177 833 62 76
Dienstag	18:15 - 19:30 Uhr	Fichtenberg OS –neue Halle-
männl. Jugend		Jahrgang 1989-1990
Trainer :	Boyke Jessen	0177 833 62 76
Dienstag	18:15 - 19:30 Uhr	Fichtenberg OS –neue Halle-
Schüler A		Jahrgang 1990-1992
Trainer :	Milena Kraus	
Freitag	17:30 – 19:00 Uhr	7. OG (Willi-Graf-Schule) neue Halle
Schüler B		Jahrgang 1993 - 1994
Trainer :	Torsten Böhme	774 60 77
Montag	17:30 – 19:30 Uhr	Johann-Tienemann-Oberschule
Freitag	17:30 – 19:00 Uhr	7. OG (Willi-Graf-Schule) neue Halle
Schüler C		Jahrgang 1995-1996
Trainer :	David Hoffmann	843 13 647
Dienstag	18:00 – 19.30 Uhr	Stadion Lichterfelde bei Jonas Engler
Freitag	17:30 – 19:00 Uhr	7.OG (Willi-Graf-Schule) neue Halle
Schüler D		Jahrgang 1997 und jünger
Trainer :	Jonas Engler	
Freitag	16:30 - 18:00 Uhr	7.OG (Willi-Graf-Schule) alte Halle
Trainer :	Torben Rochow	0179-99 04 982
Dienstag	16:30 - 18:00 Uhr	OSZ oben (Ostpreußendamm 108-114 / Lippstädter Str.)
Weibl. Jugend und Frauen		Jahrgang 1989 und älter
Trainer :	Kerstin Stanienda	Rica Stepanek Tel. 450 29 812
Montag	17:30 – 19:30 Uhr	Stadion Lichterfelde
Donnerstag	17:30 – 19:00 Uhr	7. OG (Willi-Graf-Schule) neue Halle

Schülerinnen A		Jahrgang 1991-1992
Trainer :	Jürgen Fehler	767 04 723
Dienstag	18:00 – 20:00 Uhr	Stadion Lichterfelde Lauf- u. Kraftarbeit (nach Absprache)
Mittwoch	18:00 – 20:00 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle (nach Absprache)
Donnerstag	17:30 – 19:00 Uhr	7.OG (Willi-Graf-Schule) neue Halle
Samstag	14:00 – 15.00 Uhr	Ausdauertraining, Treff Stadion Lichterfelde
Schülerinnen B		Jahrgang 1993-1994
Trainer :	Karin Paape	711 08 94
Dienstag	18:00 – 20:00 Uhr	Stadion Lichterfelde (nach Absprache)
Donnerstag	17:30 – 19:00 Uhr	7. OG (Willi-Graf-Schule) – neue Halle
Samstag	14:00 – 15.00 Uhr	Ausdauertraining, Treff Stadion Lichterfelde
Schülerinnen C		Jahrgang 1995-1996
Trainer :	David Hoffmann	843 13 647
Dienstag	18:00 – 19:30 Uhr	Stadion Lichterfelde bei Jonas Engler
Freitag	17:30 – 19.00 Uhr	7.OG (Willi-Graf-Schule) neue Halle
Schülerinnen D		Jahrgang 1997 und jünger
Trainer :	Jonas Engler	
Freitag	16:30 – 18:00 Uhr	7.OG (Willi-Graf-Schule) alte Halle
Trainer :	Torben Rochow	0179-99 04 982
Dienstag	16:30 - 18:00 Uhr	OSZ oben (Ostpreußendamm 108-114 / Lippstädter Str.)

RHH, Rudolf-Harbig-Halle, Glockenturmstr. 1, 14053 Berlin

Stadion Lichterfelde , Ostpreußendamm 3 – 17 ,12207 Berlin

GS unter den Kastanien , Kastanienstrasse 7 ,12209 Berlin

Willi-Graf-Oberschule , Ostpreußendamm 166 , 12207 Berlin

Fichtenberg OS , Rothenburgstr. 18 , 12165 Berlin

Paul-Braune-Schule , Drakestraße 80 , 12205 Berlin – Eingang Finckensteinallee 14 / Karwendelstraße -

OSZ Bürowirtschaft und Verwaltung , Ostpreußendamm 108 – 114 , 12207 Berlin

Freizeitsport		
Trainer :	Andrea Emele-Geyer	033701-59939
Donnerstag	20:00 - 21:30 Uhr	GS Unter den Kastanien (alte Halle)
Grundlagen der Leichtathletik für Seniorinnen		
Trainer :	Gisela Herich	712 41 09
Montag	17:30 - 19:00 Uhr	Stadion Lichterfelde
Läufergruppe		
Ansprechpartner :	Achim Hoffmann Tel. 832 28 831	
Montag	17:00 - 19:00 Uhr	Stadion Lichterfelde
Mittwoch	17:00 - 19:00 Uhr	Stadion Lichterfelde
Gehsport in Wettkampfform		
Trainer :	Norbert Gartheis	797 81 071
Montag	18:30 – 19:30 Uhr	Stadion Lichterfelde
Dienstag	19:00 – 21:00 Uhr	RHH
Freitag	19:00 – 21:00 Uhr	RHH
Wurf-Training		
Trainer :	Wolfgang Schier	721 67 83
Montag	16:00 – 20:00 Uhr	Stadion Lichterfelde / Krafraum
Mittwoch	16:00 – 20:00 Uhr	Stadion Lichterfelde / Krafraum

Freitag	16:00 – 20:00 Uhr	Stadion Lichterfelde / Kraftraum
Lauf- und Walkingtreff		
Ansprechpartner : Karl-Heinz Flucke		745 52 71
Samstag	15:00 Uhr	Rodelbahn Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 167
Breitensportgruppe		
Trainer :	Klaus Scherbel	859 49 19
	19:30 – 21:00 Uhr	Sporthalle Lauenburger Str. / Steinstr. In Steglitz
Minis (bis 18 Monate)		
Trainer :	Stefanie Schwochow	768 84 306
Dienstag	16:00 - 17:30 Uhr	GS Unter den Kastanien –alte Halle-
Maxis (18 Monate bis 3 Jahre)		
Trainer :	Sarah Dirk	795 24 75
Donnerstag	16:00 - 17:30 Uhr	GS Unter den Kastanien –alte Halle-
Neue Gruppe ab 4 Jahre		
Trainer :	Jonas Engler	
Dienstag	16:00 - 17:30 Uhr	GS Unter den Kastanien –neue Halle-

Doping

Ein schon etwas älterer, aber nicht desto weniger diskussionswürdiger Kommentar von Jens Bodemer, den viele LG Südländer noch aus seiner aktiven Zeit in Berlin kennen werden, zum Thema Doping mit kritischen Stellungnahmen von Theo Rous und Kurt Ring.

Zwischenzeit - Das Schweigekartell ist gebrochen – na und?

Darmstadt, 14. November 2003 - Kommentar von Jens Bodemer aus der Zeitschrift Leichtathletik news

Zu gerne wüssten wir, wer sich hinter dem großen Unbekannten, der die Zeitbombe Tetrahydrogestrinon (THG) frühzeitig platzen ließ, verbirgt. Dann könnten wir Rückschlüsse ziehen über die Eingeweihten. Wurde ein ganz großer Fisch geständig oder nur ein kleiner Mitwisser am Ende einer langen Kette eines riesigen Schweigekartells? Dass er den „Verrat“ anonym hielt, spricht eher für ersteren Kreis. Vielleicht einer, der seinen ärgsten Konkurrenten aus niederen Zielen eins auswischen wollte, war vermutet worden. Hat dieser Nestbeschmutzer eines offensichtlich mächtigen Apparates nicht auch Tür und Tor für neue Erkenntnisse eröffnet, biochemische zumindest? Ist jetzt nicht auch die Chance gekommen, nach weiteren verdrehten Molekülen, die bislang auf keiner Verbotliste auftauchen, zu suchen? Schürt das nicht die Hoffnung auf einen Sieg im Katz und Mausspiel von Doping und Kontrolleuren? Und wird nicht auch die Hoffnung der sauberen Athleten auf Chancengleichheit wieder wach?

Dürfen wir diese Hoffnungen jetzt wirklich schüren? Bereits vor mehr als zehn Jahren hat der Hochspringer Dietmar Mögenburg festgestellt, dass im Hochleistungssport „zunehmend mit Wachstumshormonen gearbeitet wird, die sich im Urin nicht nachweisen lassen“. Jedoch könnten diese sich nur solche Athleten leisten, die „gewisse Pole Positions innehaben“ (Kölner Stadtanzeiger vom 3.8.1992). Und wo stehen wir heute? Mehr als zehn Jahre danach? Völlig hemmungslos laufen die Athleten auf Weltmeisterschaften anno 2003 mit Zahnspannen herum, die sie vor den Nebenwirkungen (Akromegalie, unkontrolliertes Wachstum u.a. des Kiefers) genau dieser nach wie vor nicht nachweisbaren Hormone schützen. Ein schwacher Trost jedenfalls, dass nur wenige die Geldmittel für Designerdrogen und Co. aufbringen können. Es gelten die Gesetze des Superkapitalismus: Wer hat, dem wird gegeben. Wer nicht hat, dem wird genommen. Kein Wunder also, dass unter einigen Athleten hinter vorgehaltener Hand zwar nicht der Schrei nach flächendeckendem Staatsdoping nach DDR-Mannier leise ertönt, aber doch zumindest nach Unterstützung, statt weiterhin eine zweiseitige

ge Moral walten zu lassen: einerseits stolz zu sein auf die strengsten Dopingkontrollen der Welt und andererseits die Nominierungskriterien an vorderen Endkampfplatzierungen zu orientieren.

Inzwischen ist auch die B Probe von Dwain Chambers, des bis dato einzigen europäischen Leichtathleten auf der Kundenliste des Nahrungsergänzungsherstellers, THG positiv. Die Liste derer, die beim „Giftküchenmeister“, wie ihn die FAZ (25.10.2003) betitelte, Victor Conte, einkaufte, ist anscheinend so groß, dass das Aufschreien schon fast zum guten moralinsauren Ton gehört. Nur hilft die bloße moralisierende Entrüstung nicht wirklich weiter, denn sie ist nur der Parasit des Skandals, zu dem THG den Stoff liefert. Wir, die wir keine Akteure sind, schlagen uns nur zu gerne auf die moralistisch argumentierende Seite der Gutmenschen, doch was treibt die Akteure dazu, sich zu dopen? Sicherlich Kommerz, Profitgier, Ruhmsucht, aber auch die Leitdifferenz von Sieg und Niederlage, deren Opfer ein Athlet werden kann, wenn er verletzt ist, die Leistungsnormen nicht erbringen kann oder zu spät erbringt. Er wird ausgegrenzt und gar nicht erst zugelassen. Übt nicht das Sinnsystem des angeblich so fairen Sports selber brachiale Gewalt auf die Akteure aus? Sind nicht die Handlungsmuster vielmehr vom sozialen Rollenzwang geprägt als von autonomen Entscheidungen? Wie viele der heute so tugendhaft argumentierenden Offiziellen hätten nicht früher, falls sie selbst Athleten waren (womöglich in einem anderen System) bei Gelegenheit den Zaubertrank gekostet? Wer frei ist von Schuld, der werfe den ersten Stein. Ein moralistischer Bibelspruch gegen ein moralfundamentalistisches Pharisäertum.

von Jens Bodemer aus der Zeitschrift Leichtathletik news, Nr. 45 vom 11. November 2003

Die Sicht der Dinge von Theo Rous

Jens Bodemer war ein erfolgreicher Athlet und ist ein guter Trainer und kompetenter Journalist. Wenn er sich das Recht zu kritischen Äußerungen in seinem Kommentar mit dem Titel „Zwischenzeit – Das Schweigekartell ist gebrochen – na und?“ in den „Leichtathletik news“ vom 11. November 2003 nimmt, ist das legitim und kann hilfreich sein. Dass er Schwächen im Kampf gegen Doping kritisiert, dass er beklagt, es habe sich seit Dietmar Mögenburgs Zeiten nichts geändert, dass er die Hoffnungen auf eine Lösung der Dopingprobleme nach den Enthüllungen aus den USA skeptisch betrachtet: Wer mag es ihm verübeln?!

Dass er die Gefahren im Leistungssport mit seinem systemimmanenten Überbietungszwang anprangert: Auch das ist nachvollziehbar, wenn auch nicht neu. Die Soziologen Bette und Schimank haben schon vor fast einem Jahrzehnt die Mechanismen des Hochleistungssport wissenschaftlich und höchst differenziert aufgearbeitet: Abweichendes Verhalten ist nicht allein eine individuelle Entscheidung. Bei entsprechendem Umfeld und Rahmenbedingungen kann ein Athlet in einer – von Bette/Schimank so genannten – „biographischen Falle“ landen, die Bodemer als vom sozialen Rollenzwang geprägtes Handlungsmuster bezeichnet: Das „Sinnsystem des Sports“ lasse dem Sportler in bestimmten Situationen gar keine Wahl, außer zu dopen. Der Unterschied: Bette/Schimank analysieren das Verhalten, das zu Doping führt, Bodemer rechtfertigt es.

Damit beginnen aber für mich einige Gedankengänge des Jens Bodemer, denen ich nicht folgen kann:

Regeln sind die Grundlage des Sports

Der Sport hat sich den Sinn gegeben, Leistungen mit den Ressourcen des eigenen Körpers und der eigenen Psyche zu erbringen. Dazu hat er sich Regeln gegeben. Ohne die Einhaltung von Regeln ist dem Sport seine Grundlage entzogen. Wer diesen Sinn des Sports nicht akzeptiert, hat immer die Chance, sich nicht in dieses System zu begeben oder es zu verlassen. Wer sich aber hinein begibt, hat die Regeln einzuhalten. Tut er es nicht, ist es legal und legitim, die Einhaltung der Regeln einzufordern und Regelverletzungen zu sanktionieren. Aus meiner Sicht kann die Konsequenz von Bodemers Argumentation eigentlich nur sein: Abschaffung des Leistungssports oder Freigabe von Doping. Er sollte Bette/Schimank bis zum Schluss lesen: Sie analysieren zwar die systemischen Zwänge des Spitzensports in aller Schärfe, aber sie weisen Perspektiven auf, wie der Sport diese bekämpfen soll und kann. Dazu gehört keinesfalls die Rechtfertigung von Verstößen, wie sie Bodemer insinuiert, im Gegenteil: Wer sie dulde, richte den Sport zugrunde.

Dopingregeln sind sachliche juristische Texte

Wer sich die Mühe macht, das System der Dopingregeln und -sanktionen zu lesen und die Argumentationen der für die Einhaltung der Regeln verantwortlichen, von Bodemer ironisch so genannten tugendhaften „Gutmenschen“ zur Kenntnis nimmt, wird nirgendwo – zumindest nicht im DLV – moralisierende Jeremiaden oder „moralfundamentalistische Pharisäer“ finden, sondern sachliche, juristische Texte, die von höchstrichterlichen Instanzen des Staates gebilligt und mitgeprägt sind. Es ist eben nicht nur eine Sache der Moral, Verstöße gegen Regeln zu ahnden. Das ist Sache der auf demokratischem Wege zustande gekommenen, den ebenfalls demokratisch vereinbarten Sinn des Sports bewahrenden Gesetze. Wer Verstöße gegen Gesetze, auch gegen die im Sport, mit den „brachialen“ Zwängen des Systems relativiert und akzeptiert, legt die Axt an die Wurzeln rechtsstaatlicher Ordnung. Wer dem im Sport Vorschub leistet, wie Bodemer es tut, muss auch dem unverschuldet in Not geratenen, arbeitslosen Häuslebauer konzedieren, sich durch einen Einbruch in die nächste Sparkasse von der existenzbedrohenden Schuldenlast zu befreien, als Opfer kapitalistischer Systemzwänge.

Defizite nicht ausgeschlossen

Das schließt nicht aus, dass es im System des Sports Schwächen, Defizite und Härten gibt. Die ins Gigantische gewachsenen Belohnungen, die Reduzierung der Belohnung auf wenige Sieger („The winner takes it all“), die Abhängigkeit des fördernden Umfeldes (auch von Funktionären und Trainern) von den Leistungen der Athleten und manches andere sind ursächlich mitverantwortlich für illegale individuelle Abweichungen.

Diese Defizite gilt es, so weit dies möglich ist, auszumerzen. Es ist in der Tat unerträglich, dass das Umfeld von Dopingsündern nicht in hinreichendem Maße zur Verantwortung gezogen wird. Auch über Normen kann man sicher streiten. Und selbst verständlich muss – mehr als bisher geschehen – Druck auf die Organisationen des Sports und deren verantwortliche Anführer ausgeübt werden, um weltweit den Kampf gegen Doping mit den gleichen Waffen zu führen. Hier ist ohne Zweifel Handlungsbedarf angesagt, mehr und nachdrücklicher als bisher.

Was ist mit den betrogenen Nicht-Dopern?

Aber ich halte es für fragwürdig, unseren sonst in der Regel und in vielen Belangen recht autonom und individuell agierenden Spitzensportlern zuzugestehen, ausgerechnet bei Doping sei es ihnen erlaubt, als Entschuldigung von Verstößen, mit denen sie sich unrechtmäßig Vorteile gegenüber ihren nicht dopenden Konkurrenten verschaffen, allein und ausschließlich die unerträglichen Zwänge des Systems geltend zu machen. Was ist z.B. mit der Mehrheit der Wettkampfsport betreibenden Athleten, die auch Zwänge haben, aber nicht dopen und von den Dopern betrogen werden? Die gibt es auch!

Bodemer wirft diesen moralinsauren Funktionären Heuchelei vor, weil sie vermutlich, wären sie in solche Situationen geraten wie unsere Spitzenathleten, ebenfalls bei Gelegenheit zum „Zaubertrank“ gegriffen hätten: „Wer frei ist von Schuld, der werfe den ersten Stein“. Zugegeben: Dass sich auch Funktionäre in fiktiven Situationen gesetzeswidrig verhalten hätten, kann niemand mit Sicherheit ausschließen. Aber wie ist das zu verstehen: Nur weil jemand nicht die Möglichkeit gehabt hat, zu dopen, es aber gekonnt hätte, soll er für alle Zeiten disqualifiziert sein, gegen Doping zu kämpfen? Eine abartige Logik. Folgt man ihr, kann jeder jeden jederzeit mundtot machen.

Theo Rous ist DLV-Vizepräsident und Anti-Doping-Beauftragter.

In unregelmäßigen Abständen äußern sich auf leichtathletik.de Insider, Funktionäre, Journalisten, Athleten oder andere Experten, die eng mit der Leichtathletik verbunden sind, meinungsfrei und unabhängig von der Redaktion und dem DLV zu ihrer „Sicht der Dinge“.

Unrecht kann nicht mit Unrecht aufgewogen werden von Kurt Ring
Regensburg, 15. November 2003

In vielen Dingen mag Jens Bodemer in seinem Artikel „Das Schweigekartell ist gebrochen – na und?“ recht haben, in einer grundsätzlichen Sache aber nicht: Unrecht kann niemals mit Unrecht aufgewogen werden. Trotz seiner geschliffenen Sprache, die im Grunde alle Einschätzungen offen lässt, verrät sich der ehemalige Mittelstreckler in einigen Passagen deutlich. Der kurze Sinn seiner langen Rede ist im Endeffekt einfach: Er stellt in den Raum, dass dem sauberen, aber benachteiligten Athleten durch unsaubere, fest eingegrenzte illegale Mittel wieder auf die Beine geholfen werden sollte. Das einzige, was er damit beweisen kann, ist, dass viele Leistungssportler, ob nun gut oder weniger gut, inzwischen zu süchtigen Junkies geworden sind, süchtig nach „Kommerz, Profitgier und Ruhmsucht“, wie Bodemer so schön schreibt, und dabei vergessen, dass sie sich eigentlich nur mit der schönsten Nebensache der Welt, dem Sport beschäftigen. Schon in leistungsminderen Kreisen wird all zu schnell von „professionellem Verhalten“ gefaselt ob der Tatsache, dass Herr oder Frau Athlet täglich trainiert oder dafür 100 oder 200 Euro Unterstützung welcher Zielsetzung auch immer erhält. Man glaubt, durch sportlichen Erfolg den ewigen Wallhall zu erklimmen und sieht sich bestätigt durch Platz 30 eines gewissen Boris Becker, der allein durch das erfolgreiche Schwingen seines Rackets deutsche Koryphäen des Denkens und Forschens hinter sich lässt. So jedenfalls stellt sich die Sache im öffentlich rechtlichen ZDF innerhalb der Sendung „Unsere Besten – wer ist der größte Deutsche“ dar – leider!

Aber gut, verfolgen wir trotzdem noch ein wenig die theoretischen Vorstellung des Herrn Bodemer in Sachen kontrollierter u.M's, wie Doping in der früheren DDR auch hieß. Dort, wo inzwischen Millionen fließen, über die legale Illegalität ernsthaft nachgedacht wird, wird man sich dann wohl kaum am gewünschten Gleichheitsprinzip der eingesetzten Dopingmittel ausrichten. Das Gegenteil würde wohl der Fall sein. Es würde weiterhin gelogen und betrogen werden, nur auf weit höherem Niveau - mit der Konsequenz, dass der Bogen zwischen dem zu erwartenden Erfolg und der Unversehrtheit der betroffenen Athleten, immer mehr gespannt würde. In Wirklichkeit ist er jetzt schon überspannt und das seit geraumer Zeit, spätestens nach dem Todesfall Dressel, der leider in der Schnellebigkeit des Leistungssports für die derzeit jungen Protagonisten der Spezies schon wieder zur Geschichte geworden ist. Vielleicht sollte sich einfach einmal ein Verband wie der DLV aus diesem internationalem Sumpf zurückziehen, freilich nur dann, wenn ihm die derzeitigen politischen Machthaber die uneingeschränkte Unterstützung der dann wirklich geächteten Leistungsträger zusagen. Südafrika ist leichtathletisch während des langen internationalen Banns aus Gründen der Apartheid-Politik auch nicht vor die Hunde gegangen. Vielleicht beginnen dann die Herren der IAAF einmal darüber nachzudenken, was sie mit ihrem uneingeschränkt gültigen freien Geldmarkt angerichtet haben, einem Markt, von dem sie selbst am meisten profitieren. Eigentlich hat die deutsche Leichtathletik im Zeichen einer uneingeschränkten Großmacht unmittelbar nach der Wende vieles verschlafen. Der Druck eines Starken wäre eben etwas anderes gewesen als der Druck eines unter Umständen zukünftigen Exoten, zu dem die Leichtathletik in Deutschland aus vielerlei Gründen sehr schnell verkommen kann, wenn man nicht haarscharf aufpasst.



HANS - JURGEN POLSTER

Dachdeckermeister GmbH

Ausführung sämtlicher Dachdeckungs-
und Schornsteinarbeiten
Eigene Stahlrohr-Rüstung

12203 Berlin · Lipaer Straße 1

☎ 834 30 15

Prokurist Wolfgang Hoffmann

Spät aber nicht zu spät.

Der Bericht vom Triathlon bei den Weltraumjoggern vom 10. Juli 2005

Der Gedanke zur Teilnahme kam uns im letzten Jahr. Wir schwammen uns nach unserem sonntäglichen Morgenlauf in der Krummen Lanke aus, als wir unzählige Läufer mit Startnummern am Ufer langhetzen sahen. Schnell kamen wir darauf, dass es die Triathlonveranstaltung von Weltraumjoggern war. Wie wir so schwammen kam uns der Gedanke doch auch mal wieder einen Triathlon zu machen.

Gesagt getan nächstes Jahr machen wir mit. Gleich wurde auch ein Schlachtplan geschmiedet.

Wir vereinbarten gemeinsames Schwimmtraining und wollten ab sofort aufs Fahrrad steigen. Laufen brauchten wir nicht zu planen passiert ja sowieso. Das war im Juni 2004. Die Zeit plätscherte nur so vor sich hin. Es wurde Winter und wieder sprachen wir über Schwimmzeiten.

Ganz wichtig war es nicht den Anmeldetermin zu verpassen. Die Veranstaltung ist so begehrt, dass sie schon nach 2 Tagen ausgebucht ist. Das hatten wir geschafft. War schon mal die halbe Miete.

Der Winter ging, das Frühjahr kam. Raus mit dem Fahrrad und los, machte viel Spaß. Die Sonne ließ auf sich warten und wir konnten nicht anbaden. Endlich 6 Wochen vorm Wettbewerb war die Wassertemperatur der Krummen Lanke annehmbar. Das erste Mal rein und Freistil probiert, es war eine absolute Katastrophe. Also auf das bewerte Brustschwimmen zurückgegriffen.

In der Zwischenzeit bröckelte auch die Front der Teilnehmer. Durch Krankheit, Urlaub und andere Aktivitäten blieben nur noch 3 unverzagte Kämpfer zurück. Reinhard Stüber, Stefan Hempel und meine Wenigkeit. Jetzt rückte der Termin mit aller Macht heran. Keiner verletzte sich und wir waren gut vorbereitet und frohen Mutes. Ich schaute mir auch die alten Ergebnislisten an, um zu sehen, welche Zeiten in meiner Altersklasse üblich sind. Die Zeiten die



ich dort las ließen mich auf einen vorderen Platz hoffen. Die letzten Vorbereitungen mit der Ausrüstung waren abgeschlossen. Alles wurde noch mal anprobiert. Die einzelnen Wechsel in Gedanken durchgespielt. Was nehme ich mit? Wasserschüssel für die Füße, Handtücher, Helm, Getränke u.v.m. Der Tag der Entscheidung ist da. Start ist um..... Uhr. Also um Uhr aufgestanden. Ein leichtes Frühstück gemacht, alles eingepackt und los. Frühes kommen sichert gute Plätze. Reinhard und ich hatten



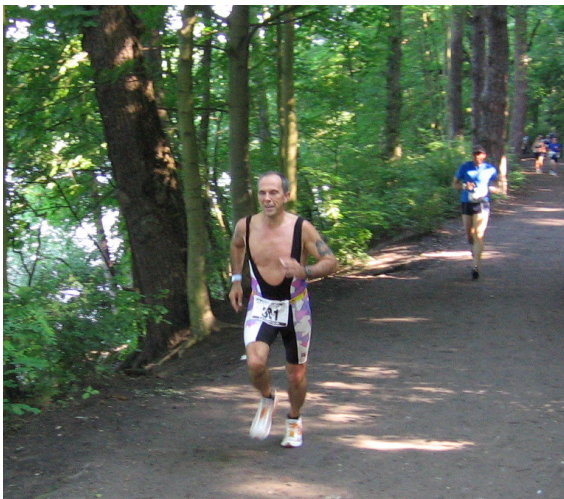
einigen guten Platz ergattert und richteten uns ein. Wasser für die Schüssel geholt, die Decke ausgelegt und Helm und Laufschuhe so platziert, dass alles problemlos gewechselt werden konnte.

Wir zogen uns die Schwimmsachen an und marschierten mit unseren Begleitern zum Schwimmstart.

Hier fanden 2 Starts statt. Die Frauen und die älteren männlichen Jahrgänge starteten zuerst. Die jüngeren Altersklassen folgten 10 Minuten später.

Dann erfolgte der Start. Das Wasser schäumte auf und los. Es war mein erster Massenstart. Es war schon ein anderes Gefühl. Im Training war das Wasser ruhig. Jetzt war es aufgewühlt und die Hände griffen schon mal ins Leere. Dort hatte schon ein andere Fuß das Wasser weggetreten. Mit nur zweimal Wasserschlucken kam ich die 750m durch. Am Ende der Krumpfen Lanke

Richtung Parkplatz zum Schlachtensee mussten wir aus dem Wasser. Hilfreiche Hände standen uns zur Seite, denn es ist dort eine hohe Kante und wir kamen kaum aus dem Wasser. Auf den steinigen Weg in die Wechselzone hatte ich mir schon halb meinen Schwimmanzug ausgezogen um keine Zeit zu verschenken. Am Rad den Rest ausgezogen und die trocknen Sachen wieder drüber. Schnell die FüÙe in die Schüssel, Schuhe an, Helm auf und los.



Die Radstrecke betrug 18 Kilometer. Sie verlief vom Parkplatz Schlachtensee zum Kronprinzessinnenweg. Dann zur Havelchausse bis zum Grunewaldturm und zurück zur Wendezone.

Hier gab es keine besonderen Vorkommnisse, nur Treten bis zum Rotglühen.

Wechselzone Helm runter die Startnummer gedreht die Laufmütze aufgezogen und los. Die ersten Schritte waren sehr schwammig, wurden dann aber immer flüssiger. Zweimal sollte die Krumpfen Lanke umrundet werden. Es waren etwa 5 Kilometer. Am Ende der zweiten Runde bekam ich plötzlich einen Klaps auf das Hinterteil. Reinhard kam vorbei, so ein Mist. Ich hatte schon gedacht, dass ich

es schaffe. War sowieso nicht meine Altersklasse. . . Ab durchs Ziel und zufrieden.

Besten Dank an alle Betreuer und Fans, die zahlreich an der Strecke standen. Es war wirklich eine gelungene Veranstaltung. Nächstes Jahr gerne wieder. Die Ergebnisse waren schon in der letzten Fußspur.

Michael Hähnel



Halbmarathon in Reinickendorf am 4.9.2005



BBM-Seniorenmeisterschaften Fünfkampf 03.09.2005

Schon nach meinem ersten Zehnkampf vor vier Jahren liebäugelte ich mit dem Gedanken, auch mal Mehrkampfmeisterschaften zu probieren. Der internationale Fünfkampf hat insofern den Vorteil, dass die technisch anspruchsvollsten Disziplinen 110m-Hürden und Stabhochsprung ausgeklammert sind. So ging ich, im Gegensatz zu früher, etwas seltener zur Jedermann-Zehnkampf-Gruppe Donnerstag Abends im Stadion Lichterfelde, da ich die Disziplinen locker anging. Immerhin schaffte ich es diesen Sommer, jeweils einmal Speerwerfen, Diskus und Weitsprung zu üben. Das eigentliche Training erstreckte sich hauptsächlich auf die 1500m.

Am Wettkampftag merkte ich bei der ersten Disziplin, dem Weitsprung, ein Desaster. Da keine Andrea und kein Frank ein Seil hielten, sprang ich nicht hoch ab und mit 3,88m gerade mal in die Sprunggrube rein. Bei der zweiten Disziplin flog der Speer nur 23,35m weit und so kurz wie noch nie, so dass das Treppchen in weite Ferne rückte. Bei den 200m konnte ich mit 27,45s nur wenig Boden gegen meine drei Mitstreiter in der M35 gutmachen und im Diskus mit 20,10m persönliche Bestweite feiern. Da machte sich das Diskus-Sondertraining mit Andrea positiv bemerkbar. Es versteht sich von selbst, dass ich mich auf die 1.500m freute und mit 4:43,26 min eine passable Zeit einfuhr. Leider nutzte mir die Überwindung meines Mitkonkurrenten wenig, da er in den Wurfdisziplinen doppelt so weit geworfen hat wie ich. 1.763 Punkte und Platz 4 (von 4) sind ein ausbaufähiges Ergebnis und Grund genug, nächstes Jahr mehr Technik zu probieren.

Oliver Muth

32. Berlin-Marathon am 25.9.2005

PLATZ	(AK)	NAME	AK	BRUTTO	NETTO
1069	(256)	Hempel, Stephan	M40	3:01:31	3:01:07
1957	(266)	Ruschepaul, Heinrich	M45	3:12:29	3:12:11
6844	(1078)	Rämisch, Berthold	M45	3:41:15	3:40:50
7188	(1735)	Ladwig, Peter	M40	3:43:46	3:42:23
12362	(163)	Goebel, Silvester	M60	4:03:42	4:02:40
17152	(302)	Meißner, Manfred	M60	4:25:18	4:24:53
19223	(161)	Richter, Werner	M65	4:37:37	4:36:45
5600	(72)	Orlowski, Christa	W60	5:39:58	5:39:46

Ergebnisse der LG Südler beim 44. Crosslauf der LG Süd



ca. 1800 m

	StartNr	Nachname	Vorname	Klasse	Platz	Zeit
1.	367	Patzer	Aljosha	M14	1	00:06:04
4.	352	Böhme	Marc	M12	2	00:06:47
5.	353	Schudoma	Marek	M12	3	00:06:48
7.	357	Gaede	Niklas	M12	4	00:06:52
8.	463	Gärtner	Niklas	M12	5	00:06:58
22.	356	Wiese	Maik	M12	7	00:07:32
27.	358	Fabian	Carolin	W14	6	00:07:52
28.	354	Schudoma	Jannik	M9	2	00:08:02
32.	364	Birkner	Tim	M9	3	00:08:32
34.	355	Wiese	Dave	M9	4	00:08:44
35.	351	Böhme	Lara	W8	2	00:08:48
40.	365	Birkner	Kira	W13	4	00:09:49



ca. 10.000 m

	StartNr	Nachname	Vorname	Klasse	Platz	Zeit
2.	75	Engler	Jonas	MHKL	1	00:34:26
30.	48	Hempel	Stefan	M40	7	00:40:48
42.	112	Rämisch	Berthold	M45	8	00:42:17
44.	104	Stüber	Reinhard	M45	9	00:42:40
56.	70	Dabel	Wolfgang	M40	9	00:44:10
81.	76	Fähnders	Fabian	MJA	1	00:47:22
102.	80	Gaede	Andrea	W35	3	00:48:52
133.	90	Krzonkalla	Peter	M65	7	00:53:26
135.	30	Schudoma	Dieter	M40	18	00:53:48
148.	103	Stüber	Petra	W45	3	00:57:47
157.	72	Dau	Brigitte	F	1	01:01:30
162.	113	Orlowski	Christa	W60	2	01:02:20



(Gedanken zum) **Laufen im Winter**

Berlin, Anfang Dezember. Die letzten milden Herbsttage sind nun schon einige Zeit vorbei und eine auf den ersten Blick etwas freudlose Laufzeit steht bevor. Statt in lauen Lüften und wärmender Sonne läuft man/Frau bei 2° C im fiesem Nieselregen oder kämpft gegen böigen Wind an.

Auf meiner Hauslaufstrecke am Kanal kann nur noch bis 16.30 gelaufen werden, danach ist es zu dunkel. Über aufgeweichten Untergrund und ausgedehnte Pfützen soll gar nicht weiter gesprochen werden. Während man sich hier im Sommer seinen Weg durch die Massen der Laufenden schlängelt, ist nun, zumindest in der Woche, die Zahl der Läufer/innen übersichtlicher geworden – auf manchen Streckenabschnitten ist man auch schon mal alleine unterwegs.

Keine wirkliche Alternative sind die Trainingstage am Montag und Mittwoch auf der öden Strecke ums schummrig beleuchtete Lichterfelder Stadion unter den mitleidigen Blicken der Fußballer und Hockeyspieler (Dafür gibt's allerdings die überaus anregenden Gespräche in Wolfgangs Laufgruppe).

Natürlich kann man, wie im Sommer, auf der Tartanbahn trainieren, aber nur wenn der Platzwart gnädigerweise die Beleuchtung einschaltet und die Bahn nicht durch Schnee und Eis zur Rutschbahn wird. Über Stürze beim Laufen auf glattem Untergrund ist mir in dieser Saison auch schon berichtet worden.

Ein Thema für sich ist die Laufbekleidung im Winter. Vorbei die Jahreszeit, als man wohlgeformten Körpern in hautengen Singlets hinterher schauen konnte – die Zeiten stehen auf Vermummung und Verhüllung. Nur die Allerhärtesten laufen noch in Kurztights.

Nun ist wieder Einheitskleidung angesagt: Schwarze Hosen und die Tschibo-Laufjacken vom letzten Jahr in schwarz-orange oder schwarz-rot. An guten Tagen kommen mir durchaus fünf oder mehr Sportsfreunde in dieser „Tracht“ auf der Kanallaufstrecke entgegen.

Ich habe den Eindruck, dass ich im Winter sowieso immer falsch angezogen bin. So kann einem die obengenannte Winterlaufjacke mit Thermo-Funktionsunterwäsche bei 6° C ganz schön warm werden und nach zügigen 7 km steht man dann in seinem eigenen Saft.

Also, nächsten Tag etwas Dünneres anziehen. Da haben wir aber nur 1,5° C mit frischem Wind aus Osten (gefühlte Temperatur – 7,5° C) und nun kann man ganz empfindlich frieren. Es zieht kalt am Rücken und die Hände werden trotz Tempoverschärfung einfach nicht warm.

Den geplanten 20 km Lauf kürzt man lieber auf 13 – 14 km ab, damit man sich nichts „einfängt.“ Merke: Genaue Studien am Außenthermometer vor dem Laufen sind unabdingbar.

Also wieder auf besseres Wetter warten? Unsinn !

Kommen wir nun zu den positiven Seiten des Laufens im Winter: So gibt es doch kaum einen schöneren Lauf als am Sonntagmorgen durch den Grunewald über frisch gefallenem Schnee (wie neulich).

Außerdem schützt regelmäßiges Laufen im Winter vor Infekten aller Art. So habe ich in den letzten Jahren keine ernsthafte Erkältung mehr gehabt – im Gegensatz zu früher, als ich nicht regelmäßig lief. Das Laufen bei widrigen Bedingungen härtet sowohl physisch als auch psychisch ab (der Begriff „Winterdepression“ ist uns unbekannt).

Nicht zuletzt werden durch ausgedehnte, langsame Läufe im Winter die Grundlagen für erfolgreiche Wettkämpfe im Frühjahr gelegt. Aber als erfahrene Läufer/innen wisst ihr das natürlich.

Stephan Hempel

Kallis Ergebnisse und Berichte

24. 08. 2005

Marzahner Läufercup

Im Testrennen über 5.000 m hatte **Jonas Engler** keine Konkurrenz und beendete in 15:59,7 Min. und kam bis auf eine Sekunde an seine persönliche Bestzeit heran. Leider ist die Langstreckenszene in Berlin dünn gesät um Bestzeiten zu erzielen, aber vielleicht gibt es im Herbst noch das eine oder andere Rennen wo dies möglich ist.

23.08.-03.09.2005

16. Senioren Weltmeisterschaften in San Sebastian (Spanien)

Zwar meldete die LG Süd keine Aktiven für diese Wettkämpfe - obwohl die Chancen gar nicht so schlecht gewesen wären - dafür betreute **Karl-Heinz Flucke** das deutsche Team und hat täglich per Wort, Ton und Bild aus San Sebastian berichtet. Nachzuschlagen unter www.leichtathletik.de/Senioren.

Außerdem hat er als DLV-Delegierter bei den entscheidenden Sitzungen im Bereich Statistik, Straßenlauf und an der Council-Sitzung teilgenommen. Dort gab es auch viele neue Besetzungen des World-Masters-Athletics Verbandes. Aber auch aus der EVAA (Europa-Sitzung) gibt es viel Neues zu berichten.

Auch bei der Wahl des neuen WMA-Präsidenten Cesare Becalli, war Karl-Heinz Flucke der erste Gratulant.

27. 08. 2005

4. Sanssouci-Pokal-Nachlauf für Staffeln 5 x 5 km

Achim Hoffmann hatte wieder zu einer gemeinsamen Aktion gerufen und die Mannschaften so geschickt zusammen gestellt, daß diese ein möglichst gleiches Leistungsniveau hatten. So gab es einen Zieleinlauf von vier LG Süd Staffeln innerhalb von zwei Minuten und das hat die Stärke und Breite der Teilnehmenden widerspiegelt.

Ergebnis:

53. LG Süd Berlin IV 1:57:38

Brigitte Dau 26:13; **Michael Hähnel** 22:05; **Andrea Gaede** 22:17; **Harald Voss** 26:41; **Günther Langmann** 20:22

54. LG Süd Berlin I

Achim Hoffmann 21:50; **Norbert Herich** 24:20; **Hans-Jürgen Kollstedt** 22:57; **Erwin Gast** 23:47; **Petra Stüber** 24:45

57. LG Süd II

Birgit Hähnel 28:07; **Georg Bozdech** 22:02; **Nora Bäcker** 26:48; **Markus Gaede** 24:19; **Oliver Muth** 17:35

59. LG Süd III

Gisela Herich 27:47; **Andrea Emele-Geyer** 23:21; **Viola Muth** 24:28; **Wolfgang Zitzlaff** 23:01; **Werner Hanke** 20:57

28. 08. 2005

LG Süd B-Schüler gehören zu den besten sechs in Berlin

Gemäss der Qualifikationsleistung (5.816 Punkte) vom 11. Juni sollten **Torsten Böhmes** Schüler gute Endkampfchancen haben um sich noch weiter zu verbessern. Dieses Vorhanden gelang ihnen auch und so wurden am Ende 337 Punkte mehr als in der Quali gezählt. Gemessen am Vorjahresergebnis wäre das der Platz 41 in Deutschland. Mal sehen was die Statistik zum Jahresende zeigt.

Mannsch.-Nr.: 1051

Schüler M13/12

Gruppe 1

LG Süd Berlin

Wettbewerb	St-Nr.	Teilnehmer	JG	Wind	Leistg.	Punkte
75 m	165	Kühne, Kevin	92		10,67	441
	162	Heinecke, Erik	93		10,82	426 867
	166	Skomski, Karl	93		10,91	-

	168	Zimmermann, Stephen	94	11,91	-	
	163	Hilgefort, Lucas	94	12,35	-	
1000 m	160	Einert, Benjamin	93	3:09,98	517	
	159	Böhme, Marc	93	3:19,72	474	991
	158	Bojanowski, Marius	94	3:40,01	-	
	168	Zimmermann, Stephen	94	3:44,15	-	
60 m Hürden	161	Ritter, Felix	92	10,9	418	
	167	Wiese, Maik	93	11,3	385	803
	158	Bojanowski, Marius	94	11,5	-	
	166	Skomski, Karl	93	11,7	-	
	163	Hilgefort, Lucas	94	12,7	-	
Hochsprung	164	Kendziora, Alexander	92	1,50	479	
	160	Einert, Benjamin	93	1,35	401	880
	167	Wiese, Maik	93	1,32	-	
Weitsprung	164	Kendziora, Alexander	92	4,75	469	
	167	Wiese, Maik	93	4,33	424	893
	159	Böhme, Marc	93	3,79	-	
Ball 200 g	161	Ritter, Felix	92	42,00	366	
	160	Einert, Benjamin	93	40,00	353	719
	159	Böhme, Marc	93	38,50	-	
4x75 m St.	165	Kühne, Kevin	92	40,43	1000	1000
1.	162	Heinecke, Erik	93			
	161	Ritter, Felix	92			
	164	Kendziora, Alexander	92			

GESAMT 6.153

Platz	M a n n s c h a f t e n			Punkte
1.	1161	BE	SV Preußen Berlin	6.693
2.	1050	BE	LG Nord Berlin	6.669
3.	1065	BE	SSV Lichtenrade	6.610
4.	1014	BE	OSC Berlin	6.523
5.	1164	BE	SV Flatow Köpenick	6.437
6.	1051	BE	LG Süd Berlin	6.153
7.	1052	BE	LAV TMP Berlin	6.146
8.	1019	BE	SCC Berlin	5.784

03.09.2005

Berlin-Brandenburgischen Fünfkampf Meisterschaften in Hakenfelde

Oliver Muth hatte sich als Sprecher bei Jedermann-Mehrkämpfen bereits verdient gemacht und wollte nun selbst einen Fünfkampf bestreiten. So trat er bei den Senioren der Klasse M35 an. Leider hat ihn sein Weitsprungergebnis (3,88 m) so ins Hintertreffen gebracht, daß er mit seiner guten 1.500 m Zeit von 4:43,26 Min. den Punkterückstand nicht wettmachen konnte. So war nur ein vierter Platz mit 1.743 Punkten drin. Einzelleistung: Weit 3,88 m-Speer 23,35 m-200 m 27,45 s-Diskus 20,10 m-1500 m 4:43,25 Min.

Im Einlagerennen über 1.500 m erzielte **Jonas Engler** 4:15 Min.

03. 09. 2005

4. Volkslauf SV Helios Berlin

Um wichtige Berlin-cup Punkte ging es **Andrea Gaede**, bei diesem Lauf, den sie wieder mit Seitenstechen beenden mußte. Trotzdem reichte der 5. Platz in der AK W35 (49:13 Min.) zur Verbesserung der Punktzahl und führt damit ihre Altersklasse bei der Berlin-Cup-Wertung an. Ein Sieg durch **Niklas Gaede** (M12) in 50:45 Min. rundeten die Familienerfolg ab.

04. 09. 2005

Mercedes-Benz Halbmarathon

Beim diesjährigen Lauf der auch für die Berlin-Cup-Serie als Halbmarathon gewertet wurde, meinte es der Werttergott - ganz zum Leidwesen vieler Läufer - besonders gut. Umso mehr sind die erbrachten Leistungen einzuschätzen:

Günther Langmann (M60) 3. Platz 1:32:45 Std.

Reinhard Stüber (M45) 34. Platz 1:33:42 Std.

Andrea Gaede (W35) 4. Platz 1:38:12 Std.

Carolin Escher (Fr) 17. Platz 1:49:25 Std.

Werner Richter (M65) 16. Platz 1:58:35 Std.

Evelin Schleifer (W55) 9. Platz 2:04:51 Std.

Peter Krzonkalla (M65) 21. Platz 2:05:12 Std.

Petra Stüber (W45) 25. Platz 2:05:27 Std.

Brigitte Dau (W70) 1. Platz 2:10:57 Std.

Christa Orlowski (W60) 5. Platz 2:38:08 Std.

10. 09. 2005

Deutsche Senioren-Meisterschaften im Bahgehen in Worbis

"Unverhofft kommt oft" sollte **Karen Böhme** sagen, als Sie bei den Meisterschaften auf der Bahn in der Klasse W40 von der Newcomerin Adelheid Robohm (LG Karlstadt) um 16,4 sec. geschlagen wurde und nur den Bronzeplatz erkämpfen konnte. Karens Zeit für 5.000 m 28:16,4 Min. ist bei den hochherstlichen Temperaturen von über 30° und gestrengen Gehrichtern besonders hoch einzustufen. Siegerin wurde ihre sonstige Widersacherin Barbara Primas (TSG Esslingen) 26:12,9 Min.

11. 09. 2005

Deutsche 10 km Straßenlauf Meisterschaften in Otterndorf

Die deutsche Langlauf-Elite traf sich in Otterndorf (nahe Cuxhaven), um auf einen 2 km Rundkurs um deutsche Titelehen zu kämpfen. Alles was Rang und Namen hatte war am Start u. a. Jan Fitschen, Stefan Koch, Carsten Eich etc.

Mit dabei auch **Jonas Engler**, der endlich wieder an alte Zeiten anknüpfen kann. Im Rennen der Junioren wurde Jonas 21. und in der Gesamtwertung der deutschen Männer 58. Bei Durchgangszeiten von 3 km 9:29 Min. und 5 km 16:04 Min. und teilweise recht böigen Wind sind seine 32:34 min. besonders anzuerkennen, zumal er in seiner Jahrgangsklasse nur fünf Athleten vor sich gelassen hat.

10. 09. 2005

Sommersportfest der LG Süd Berlin

Mit knapp 50 an den Start gegangen Aktiven fehlte in vielen Disziplinen die Gegnerschaft.

Aber auch das Wetter spielte nicht so richtig mit.

Ergebnisse:

100 m

W14 **Anna Kruse** 14,13 s

W14 **Beatrice Renner** 14,31 s

W14 **Carmen Maßbaum** 14,37 s

W15 **Miriam Brackmann** 13,71 s

W16 **Ginger Suazo** 14,51 s

400 m

W15 **Miriam Brackmann** 66,47 s

800 m

W14 **Carmen Maßbaum** 2:35,13 Min.

W14 **Beatrice Renner** 2:50,95 Min.

10./11.09.2005

11. Jedermann-10-Kampf der LG Süd Berlin

Nach einer Unterbrechung im letzten Jahr fand 2005 wieder der Mehrkampf auch mit neuer Stabhochsprunganlage im Stadion Lichterfelde statt. Rund 75 Aktive stellen sich den 10 Übungen. **Norbert Herich** und Andrea **Emele-Geier** hatten organisatorisch wieder alles gut vorbereitet nur der Wettergott spielte nicht so richtig mit. Es siegten in den einzelnen Klassen:

Frauen: **Julia Rau** 4.805 Punkte

Männer: **Jörg Schurath** (HU Berlin) 4.777 Punkte

Senioren: **Torsten Drescher** 3.887 Punkte

weibl. Jugend: **Lavinia Timme** 4.748 Punkte

männl. Jugend: **Volker Marhold** (SCC Berlin) 4.740 Punkte

17. 09. 2005

18. Schülersportfest der LG Süd Berlin

Es wurde schon befürchtet, dass unser Sportfest - mangels Beteiligung - ausfallen musste, aber dennoch kamen mit einigen Nachmeldungen über 60 jüngere Aktive aus 5 Vereinen zusammen. Sieger der Mehrkämpfe:

M13 4-Kampf **Alexander Kendziora** 1.650 Pkte.

M12 4-Lampf **Marc Böhme** 1.485 Pkte.

M11 3-Kampf **Marius Bojanowski** 1.034 Pkte.

M09 3-Kampf **Jannik Schudoma** 716 Pkte.

M07 3-Kampf **Adrian Schulz** 832 Pkte.

M06 3-Kampf **Benedikt Lempke** 443 Pkt.

W13 4-Kampf **Frederike Monath** 1.591 Pkte.

W12 4-Kampf **Laura Blume** 1.455 Pkte.

W10 3-Kampf **Marlene Doktor** 1.270 Pkte.

W07 3-Kampf **Carolin Einmold** 534 Pkte.

W06 3-Kampf **Larissa Kind** 436 Pkte.

Einige LG-Süd-Leistungen sind besonders hervorzuheben:

Mit 9,99 s über 75 m kam **Alexander Kedziora** (M13) noch nicht an den aus dem Jahre 1988 stammenden LG Süd Rekord (9,3 s) von Heiko Tuchelt heran, aber war mit Abstand bester LG Süd Läufer. Auch die 4,61 m von Alexander im Weitsprung lassen hoffnungsvoll in die Zukunft blicken..

Bei den M12-Schülern war **Karl Skomski** mit 11,28s Schnellster über 75 m, wogegen im Weitsprung **Marc Böhme** und **Erik Heinecke** jeweils auf 4,11 m kamen. Im Hochsprung war **Benjamin Einert** mit übersprungenen 1,36 bester Teilnehmer ebenso wie beim Ballwurf 200g mit 45,00 m.

Der Sieger der Schüler D (M07) **Adrian Schulz** hatte mehr Punkte (832) gesammelt, als der Sieger in der Klasse M09 mit 716 Punkten. Adrian lief die 50 m bereits in 8,79 s, sprang 3,38 m weit und warf 30,00 m weit. Ein hoffnungsvolles Talent!

Marius Bojanowski (M11) erzielte in allen drei Disziplinen die besten Leistungen: 7,99 x im 50 m Lauf, 4,00 m im Weitsprung und 36,00 m im Ballwurf.

Schnellster Sprinter bei den M10-Jungen wurde mit 8,39 **Nicolas Schlinkmann**.

Jannik Schudoma (M09) war wie Marius Bojanowski mit 8,82 s über 50 m, 3,21 m im Weitsprung und 20 m im Ballwurf in allen 3 Disziplinen Bester seiner Klasse.

Jonas Schlinkmann (M08) lässt mit seinem Ballwurf mit 36,50 m aufhorchen, dass wäre im letzten Jahr Platz 2 der Berliner Bestenliste gewesen.

Bei den M07 Schülern erzielte **Adrian Schulz** mit 8,79 s im 50 m Lauf, 3,38 m im Weitsprung und 30,00 m im Ballwurf jeweils die besten Leistungen und sollte damit auf Platz 5 in allen Disziplinen zum Jahresende wieder finden.

Friederike Morath (W13) war beste Werferin mit 35,00 m und mit 37,00 m war **Laura Blume** in der Klasse W12 noch um 2 Meter besser.

Mit 4,02 m im Weitsprung bei den Schülerinnen C (W10) wäre **Marlene Doktor** im letzten Jahr beste Berlinerin gewesen und das gleiche gilt auch für ihren Ballwurf mit 37,00 m, aber auch das Gesamtpunkt- Ergebnis ist um 130 Punkte besser, als die letztjährige Bestleistung in dieser Gruppe.

Bei den abschliessenden Mittelstreckenläufen waren folgende LG Südläufer erfolgreich:

800 m (Schi D) Lara Böhme 3:22,88 Min.

800 m (Schi B) Laura Blume 3:10,73 Min.

1.000 m (Schü C) Philipp Ramsbacher 3:30,76 Min.

1.000 m (Schü B) Benjamin Einert 3:12,05

Einlagelauf:

1.000 m (M14) Aljosha Patzer 2:58,00 Min.

1.000 m (MJB) Chenming Ha 3:03,20 Min.

1.000 m (MJA) Tim Schröter 3:01,05 Min.

24. 09. 2005

79. Deutsche Gehermeisterschaften in Gleina

Die Meisterschaft auf den Strecken jenseits der 20 Kilometer beinhaltete auch einige Rahmenwettbewerbe, so u. a. auch das 5 km Straßengehen für Frauen und Seniorinnen.

Karen Böhme konnte bei spätherbstlichen Sommerwetter ihre in diesem Jahre hervorragende Form bestätigen und wurde in neuer persönlicher Bestzeit von 27:40 Min. Siegerin in der Klasse W40 und verbesserte damit ihre Bestzeit um 2:41 Min.

25. 09. 2005

32. Berlin Marathon

Nimmt man die Skater, den Schülerlauf, den Bambinilauf zusammen, dann waren mehr als 60.000 Aktive beim 33. Berlin Marathon am Start. Ein seltenes Jubiläum durfte unser **Silvester Göbel** (M55) gefeiert haben, denn er war in diesem Jahr zum 20. Male dabei und lief 4:02:40 Std. und wurde 163. in seiner Altersklasse M60.

Doch bevor die Marathonläuferinnen und -läufer auf die Strecke geschickt wurden, gingen die Schülerinnen und Schüler der Berliner Grund- und Oberschulen auf die "Reise" und da waren die LG Südländer recht erfolgreich. Bei den Schülerinnen A konnte sich **Carmen Maßbaum** mit 19:13 Min. als 18. in die Siegerlisten eintragen. Besser lief es in der Wertung der Grundschulen für **Marc Böhme** von der Eckner Oberschule der als Gesamtsieger der Schüler B in 16:42 Min. vor seinen Vereinskameraden **Marek Schudoma** von der Grundschule an der Bäke in 17:00 Min. ins Ziel kam. Auf Platz drei kam ein ehemaliger LG Südländer aus der Gruppe von Torsten Böhme: **Niklas Gärtner** mit 17:04 Min. ein und auch **Niklas Gaede** mit 17:12 Min. war mit Platz 6 der Schüler B sehr zufrieden. Bei den Oberschulen war die gesamte Berliner Leichtathletik-Schülerelite vertreten und so wurde **Aljosha Patzer** fünfter in seiner Altersklasse mit 14.47 Min. und aus seiner Trainingsgruppe siegte **Jasper Emeis** in der Klasse MH mit 15:05 Min.

Bei unseren Marathonläufern war **Stephan Hempel** (M40) mit 3:01:07 Std. der schnellste Läufer, aber verpasste abermals die 3:00:00-Stunden-Grenze zu knacken, aber vielleicht gelingt ihm dies im nächsten Jahr. **Heinrich Ruschepaul** (M45) war dagegen mit beachtlichen 3:12:11 Std. unterwegs.

Weitere Ergebnisse:

M45 1.078. Platz **Berthold Rämisch** 3:40:50 Std.

M40 1.735. Platz **Peter Ladwig** 3:42:23 Std.

M60 302. Platz **Manfred Meißner** 4:24:53 Std.

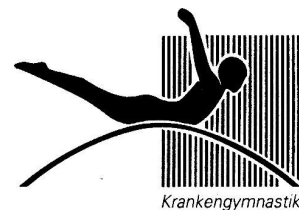
M65 161. Platz **Werner Richter** 4:36:45 Std.

Als einzige LG Süd Läuferin ging **Christa Orłowski** an den Start und kam in 5:39:46 Std. in der Klasse W60 auf Platz 72.

16. 10. 2005

44. Volkslauf der LG Süd Berlin

Ein neues Auswertungsprogramm mit all seinen Tücken setzten die EDV-Verantwortlichen ganz schön unter Druck, zumal an diesem sonnigen Tage auch noch etliche Nachmeldungen zu verarbeiten waren. Insgesamt war es wieder eine gelungene LG Süd Veranstaltung, die auch der Wettergott dazu noch unterstützte.



Klaus Böhm
Hans Hofmann
Gemeinschaftspraxis
Alle Kassen

Bundesallee 117
12161 Berlin
Tel. 030/851 60 42
Fax 030/852 60 87
Termine nach Vereinbarung



Die älteren LG Südler betreuen die Kinder der LG Süd beim 1, 8 km Lauf

Leider war aufgrund der Feriensituation nur 3 LG Süd Schülerinnen und 14 Schüler am Start. Umso erfreulicher der Auftritt von Aljosha Patzer als Sieger des Schülerlaufes und Jonas Engler der in die neue Cross-Saison gut gestartet ist und sich um über 2 Minuten gegenüber dem Vorjahr bereits auf dieser Strecke verbesserte und Sieger in der Hauptklasse wurde.

Ergebnisse:

ca. 1.800 m

- W08 2. Lara Böhme 8:48 Min.
- M09 2. Jannik Schudoma 8:02 Min.
 - 3. Tim Birkner 8:32 Min.
 - 4. Dave Wiese 8:44 Min.
- M12 2. Marc Böhme 6:47 Min.
 - 3. Marek Schudoma 6:48 Min.
 - 4. Niklas Gaede 6:52 Min.
 - 5. Niklas Gärtner 6:58 Min.
 - 7. Maik Wiese 7:32 Min.
- W13 4. Kira Birkner 9:46 Min.
- M14 1. Aljosha Patzer 6:04 Min.
- W14 6. Carolin Fabian 7:52 Min.

ca. 10.000 m

- MJA 1. Fabian Fähnders 47:22 Min.
- HK 1. Jonas Engler 34:26 Min.
- W35 3. Andrea Gaede 48:52 Min.
- W40 7. Stefan Hempel 40:48 Min.
 - 9. Wolfgang Dabel 44:10 Min.
- M45 8. Berthold Rämisch 42:17 Min.
 - 9. Reinhard Stüber 42:40 Min.
 - 18. Dieter Schudoma 53:48 Min.
- W45 3. Petra Stüber 57:47 Min.
- W60 2. Christa Orlowski 62:20 Min.
- M65 7. Peter Krzonkalla 53:26 Min.
- W70 1. Brigitte Dau 61:30 Min.

18. 10. 2005

Von Woche zu Woche...

...erscheint die laufende Deutsche Bestenlisten im Fachmagazin "Leichtathletik-News" und erfreulich dabei zu lesen ist, dass **Karin Böhme** als einzige Aktive im 20 km Gehen der Frauen (nicht Seniorinnen) noch auf Platz 10 mit 2:01:35 Std.geführt wird.

19. 10. 2005

Spiridon Läuferabend der LG Süd mit Bestzeiten

Nach 2 Ruhetagen stand für **Jonas Engler** die letzte Chance offen, sich noch gut für die diesjährige Junioren-Bestenliste zu qualifizieren. An gleicher Stelle vor 2 Jahren lief er sein erstes 10.000 m Bahnrennen und nachdem Christian Kranich (NSF) 4.000 m geführt hat lief Jonas 6.000 m "Mutterseelenallein" vorne weg und gewann in 32:34,2 Min. Diese Zeit hätte im letzten Jahr für Platz 13 in der Deutschen Junioren Bestenliste gereicht. Aber auch **Bertold Rämisch** (M45) erzielte mit: 39:34,5 Min. noch eine neue persönliche Jahresbestzeit auf dieser Strecke. Besonders zu bemerken war, dass auch 6 Teilnehmer aus Westdeutschland angereist waren um noch eine gute 10.000 m Zeit für die Bestenliste zu erlaufen.

Weitere Ergebnisse unserer AK-Läuferinnen und Läufer

Stephan Hempel (M45) 38:36,4 Min.

Martin Petsch (M50) 38:51,2 Min.

Bertold Rämisch (M45) 39:34,5 Min.

Reinhard Stüber (M45) 39:39,2 Min.

Erwin Gast (M65) 48:57,4 Min.

Rainer Gaedtke (M65) 51:31,8 Min.

Christa Orłowski (W65) 60:06,5 Min.

24. 10. 2005

Endstand im Deutschen Geherpokal

Nun liegen die Ergebnisse zum Endstand der TOPTEN vor, wobei sich **Karen Böhme** bei den TOP-TEN auf Platz 60 und als Vizemeisterin in der AK 40 aus Gesamt Deutschland qualifizieren konnte. In der Team Wertung kam die LG Süd Berlin durch die hervorragenden Platzierungen von **Karen Böhme** auf Platz 56 von 67 gewerteten Mannschaften (Vorjahr 49. Platz).

29. 10. 2005

Erster Lauf der Sägerserie 2005 über 12,8 km

Jonas Engler (45:22,1 Min.) konnte seine derzeitige Form gegenüber der Deutschen 1.500 m Spitze (*Ergebnisse der diesjährigen Bestenliste in Klammern*): Jonas Stifel (3:42,13 Min./LG Nord Berlin) in 43:32,7 Min. Franek Haschke (3:40,39 Min./LG Nord Berlin) in 43:33,1 Min., Carsten Schlangen (3:40,79 Min./SV Union Meppen) in 43:33,5 Min. ins gute Licht rücken. In der zuvor angegebenen Reihenfolge kam Jonas als Vierter ins Ziel, was für ihn eine weitere Leistungssteigerung inbezug auf die Deutschen Crossmeisterschaften Ende November in Darmstadt bedeutet.

Als weiterer Starter war nur **Bernd-Ulrich Eberle** (1:04:06,5 Min.) in der Klasse M50 vertreten.

Mit dieser Leistung sicherte er sich Platz 5.

30. 10. 2005

27. Jahn-Crosslauf in der Hasenheide

Beim letzten Berlin-Cup-Lauf griffen die LG Süd Sportler noch einmal ins Geschehen ein. Während sich einige Nachwuchsaktive sich gut in Szene setzten, kämpften unsere Berlin-Cup-Teilnehmer abermals um die Punkte. Beim Lauf über 3,6 km kam **Aljosha Patzer** bei den Schülern A auf Platz 4 und war bester in seinem Jahrgang mit 13:24,8 Min. Diesen Erfolgen nachzueifern scheint **Carolin Fabian**, die bei ihrem zweiten Start für die LG Süd Berlin auf dieser Strecke insgesamt mit einem 10. Platz und Platz 6 in ihrem Jahrgang mit 18:23,7 Min. belohnt wurde. Bei den Senioren M45 erkämpfte sich **Bertold Rämisch** in 14:00,5 Min. den dritten Platz und gleich Platzierung gelang auch **Andrea Gaede** in 16:38,4 Min.

31. 10. 2005

Endstand Berlin-Cup-2005-Wertung

15 Läufe vom März bis Oktober über Distanzen zwischen 3,6 km und Halbmarathon standen für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen des diesjährigen Berlin-Cups wieder zur Auswahl. Auch der

44. Volkslauf der LG Süd Berlin war ein Wertungslauf dabei. Die besten acht Läufe brauchten nur in die Wertung eingebracht werden und so konnten sich in den letzten Läufen noch einige Unterschiede ergeben. Leider war die LG Süd Beteiligung in diesem Jahr mit 3 Seniorinnen und 2 Senioren nicht so hoch wie in den vorjahren und so sieht das vorläufige Ergebnis aus:

M45 Platz 5 **Bertold Rämisch** mit 130 Punkten

M65 Platz 9 **Peter Krzonkalla** mit 116 Punkten

M70 Platz 3 **Werner Lahn** mit 152 Punkten (Werner Lahn ist seit Jahren eifriger Teilnehmer am Lauftreff der LG Süd)

W35 Platz 2 **Andrea Gaede** mit 154 Punkten

W45 Platz 6 **Gitta Knappe** mit 100 Punkten

W70 Platz 1 **Brigitte Dau** mit 180 Punkten

06. 11. 2005

Berlin-Brandenburgische und Norddeutsche Crossmeisterschaften in Luckenwalde

Bei sonnigen Herbstwetter und relativ milden Temperaturen war "unsere Hausstrecke" in Luckenwalde wieder einmal Austragungsort für die Crosstitel. Bereits im erst Lauf über 1.100 m eröffnete

Lara Böhme als Dritte bei den Schülerinnen W08 den Reigen der LG Süd-Erfolge. Besonders glücklich war sie, als sie ihre erste Medaille für ihre Leistung (5:11 Min.) in Bronze in Empfang nehmen durfte.

Nicht so glücklich verlief das Rennen der W10 über die 1.100 m Distanz für **Marlene Doktor**.

Gleich nach dem Start ging sie im wahrsten Sinne des Wortes zu Boden und nachdem sie sich aufgeppelt hat, sprang noch ein 11. Platz (4:54 Min.) heraus.

Bei den Jungen der M12 hatte man einiges mehr vorgenommen, leider sagte ein Läufer nicht ab und so musste **Marek Schudoma**, **Marc Böhme** und **Niklas Gaede** das beste draus machen. Mit der Bronzemedaille in der Mannschaft waren dann alle glücklich. Eine weitere Bronzemedaille sicherte sich **Marek Schudoma** auf dem 2.200 m langen Kurs (8:28 Min.) und auf den Plätzen kamen **Marc Böhme** (9:00 Min.) als Fünfter und **Niklas Gade** als Sechster (9:04 Min.) ein.

Bei den Schülerinnen der W12 über 2.200 m war die einzige LG Süd Vertreterin **Katharina Ratzko**, die mit 10:04 Min. auf dem 8. Platz einkam.

Bei den Schülern der M14 hatte **Aljosha Patzer** ebenfalls einen "verpatzten" Start, indem er mit einem Seitenhieb gleich in die letzte Position gedrängt wurde. Auf der 4.400 m langen Strecke konnte er im Ziel noch einen 3. Platz von den Berliner Schülern heraus laufen. Leider spann das Computersystem und so gab es auf den Urkunden und Ergebnislisten nur die Systemzeit des Computers.

Bei den weiblichen Schüler W14 hatten wir mit **Carolin Fabian** die einzigste Starterin am Start, die über die 3.300 m lange Distanz 16:26 Min. benötigte und damit auf Platz 16 ins Ziel einlief.

In der männlichen Jugend A startete **Fabian Fänders** der auf dem 19. Platz (29:35 Min.) in der Wertung der Norddeutschen Jugend-Meisterschaft eingereiht wurde. Leider lag das Ergebnis für die Berlin-Brandenburgische Meisterschaft bis zum Veranstaltungsende noch nicht vor.

Bei den Seniorinnen über 3.300 m wurde in der W45 **Petra Stüber** in 25:10 Min. Vierte, in der W60 **Christa Orlowski** in 27:49 Min. Fünfte und **Brigitte Dau** wurde Berlin-Brandenburgische Meisterin in der Klasse W70 im Cross in 25:57 Min.

Bei den Senioren erkämpfte sich **Stephan Hempel** in 26:27 Min. in der Klasse M40 in 26:27 Min den sechsten Platz. In der älteren Alterklasse M45 kam **Bertold Rämisch** in 27:26 auf Platz 6 und bei der Norddeutsche Meisterschaftswertung auf Platz 10 und **Reinhard Stübner** war mit 27:35 Min., jeweils eine Platzziffer dahinter. Leider standen bis 17:00 Uhr am Veranstaltungstage immer noch die Mannschaftsergebnisse fest. Kalli Flucke konnte jedoch ermitteln, das noch ein dritter Platz in der Mannschaftswertung herausprang. Urkunden und Medaillen werden dann noch nachgereicht.

In der Klasse M65 wurde **Peter Krzonkalla** mit einem 8. Platz bei den Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften und



16. Platz in dieser starken Klasse bei den Norddeutschen Meisterschaften belohnt und brauchte für diese Strecke 35:12 Min.

Einen weiteren Meister stellte die LG Süd durch **Axel Knuth**, der auch gleichzeitig Norddeutscher Vizemeister über die 6.600 m lange Strecke in 33:23 Min. wurde.

Auf der 8.800 m langen Strecke war unser Nachwuchstalente **Jonas Engler** am Start, der sich gegen Ronald Weßlin (VfL Brandenburg, der in diesem Jahr schon ein 31:16 Min. auf der Straße lief), den 7. der Deutschen 3.000 m Hindernis-Bestenliste Norbert Löwa (LG Nord Bestzeit: 8:41,47 Min.) und Sebastian Gerig (Neuköllner Sportfreunde) durchzusetzen hatte. Im ersten Ergebnisprotokoll stand Jonas Engler auf Platz 3. Eine nachträgliche Korrektur brachte ihn den 4. Platz bei den Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften (30:05 Min.) ein und die vorgenannten waren leider noch etwas schneller. Platz Fünf sprang in der Wertung bei den Norddeutschen Meisterschaften heraus. Sehen wir, was jetzt bei den Deutschen Cross Meisterschaften in Darmstadt am 26. November 2005 in der Juniorenklasse herauspringt.

06. 11. 2005

Wuhlheide Marathon

Neben dem Marathon war auch die Halbmarathon-Strecke ausgeschrieben. **Oliver Muth** startete in der Klasse M35 und wurde in seiner AK Zehnter mit 1:24,28 Min. Dagegen kam **Philipp Richter** (HK) als Siebenter von 81 Teilnehmer seiner Klasse in 1:40,29 Min. ein.

19. 11. 2006

1. Wettkampf zum Deutschen Geherpokal 2006 mit persönlicher Bestzeit

Obwohl das Hallentraining erst einige Tage andauert, konnte Karen Böhme bei ihrem ersten Hallen-Wettkampf zur neuen Wertungs-Serie 2006 bereits ihren ersten Sieg beim Erfurter Hallengehen verzeichnen. Über die Distanz von 3.000 m benötigte sie 15:51,4 Min. und verbesserte ihre persönliche Bestzeit aus dem Frühjahr abermals um 31,61 sec. Auf die im nächsten Jahr in Linz stattfindenden 2. Weltmeisterschaften der Senioren kann dies nur ein gutes Ohmen sein.

20. 11. 2006

27. Mannschafts-Halbmarathon der LC Stolpertruppe

Traditionell - früher am Bußtag - heutzutage am Wochenende drauf, wird der Startschuss zum Halbmarathon rund um das "BUGA"-Gelände gegeben. Achim Hoffmann hatte 4 Mannschaften ins Rennen geschickt, auch wenn nicht alle LG Süd Aktive in den Mannschaften vorhanden waren, sondern mit "geliehenen" ins Rennen gingen, gab es gute Ergebnisse.

In 1:36:30 Std. kam die Mannschaft LG Süd I (**Michael Bluhm-Reinhard Stüber-Günther Langmann-Stephan Hempel-Bertold Rämisch** und dem Tri-Athleten **Przewek Ilski**, der schon einmal eine Zeit unter Kallis Leitung bei der LG Süd Laufen trainierte) als 11. ins Ziel. In der Mannschaft LG Süd 2 war **Ralf Schulz** (Z88) die Verstärkung, die mit **Silvester Göbel-Eginhard Paul-Philipp Richter- Erwin Gast** und **Hans-Jürgen Knacke** in 1:47:56 Min. als 27. ins Ziel kamen. Die Mannschaft LG Süd III mit **Hans-Jürgen Kollstedt-Carolin Escher-Andrea Emele-Geyer-Jürgen Riedel-Mathias Amtsfeld** und **Bernd-Ulrich Eberle** benötigte 1:55:25 Std. und kam auf Platz 37 ein. Auf Platz 49 kam die Mannschaft LG Süd 4 mit **Petra Stüber-Evelin Schleifer-Peter Krzonkalla-Brigitte Dau-Christa Orłowski** und **Werner Knuth** in 2:12:40 Std. auf Platz 49 ein.

Im Einzellauf des Halbmarathons der M50er Klasse gewann **Martin Petsch** (M50) in 1:28:28 Std. Auf der noch kürzeren Strecke (Viertelmarathon) lief in der Klasse M65 **Rainer Gaedtke** als Vierter in 54:41 Min. ein.

Jedenfalls hat es allen wieder einmal Spaß gemacht.

21. 11. 2005

Deutsche Schülerbestenliste 2005

Erfreulich können wir feststellen, daß in den jetzt veröffentlichten Schülerbestenlisten des DLV (Deutscher Leichtathletik-Verband) auch LG Südlerner wieder vertreten sind und sich recht erfolgreich platziert haben:

W14

2. Platz im Kugelstoßen Laura Einert mit 12,79 m

16. Platz im Diskuswurf Laura Einert mit 30,28 m

M14

14. Platz über 3.000 m Aljoshka Patzer mit 9:59,23 Min.

Beide haben auch die Kadernormen des Berliner Leichtathletik-Verbandes erreicht!

26. 11. 2005

Deutsche Crossmeisterschaften in Darmstadt mit LG Süd Beteiligung

Aljosha Patzer ist vom Berliner Leichtathletik Verband zum DLV-Talentecross nach Darmstadt, zusammen mit zwei weiteren Berliner Läufern seines Jahrganges eingeladen worden und wird Samstag um 15:15 Uhr bei den Schülern M14 an den Start gehen, bevor Jonas Engler in der Juniorenklasse über 9.200 m um 15:30 Uhr auf den Kurs geht. Gelingt es Jonas unter die ersten 20 Junioren zu kommen, hat er für die 10.000 m Meisterschaften im nächsten Jahr bereits die Teilnahme in der Tasche und braucht keine Qualifikationszeit mehr zu rennen!

26. 11. 2005

Deutsche Meisterschaften im Crosslauf in Darmstadt

Fast stand in Frage, ob eine Anreise nach Darmstadt mit dem Auto überhaupt zu verantworten sein, als der Wintereinbruch in der Nacht von Donnerstag zu Freitag in Deutschland sich vollzog. Trotz etwas längerer Fahrzeiten kamen wir glücklich in Darmstadt an und waren überrascht wie das in der Ausschreibung beschriebene "Geläuf" mit einer Schneedecke von ca. 10 - 15 cm überzogen war. Am Samstagmorgen kam dann die Sonne bei strahlend blauem Himmel auf und bereits um 10:00 Uhr starteten die ersten Wettbewerbe. Um 15:15 Uhr trat **Aljosha Patzer** (M14) an die Startlinie, der mit **Marco Kaiser, Christopher Teetz, Georg Beyrich** die BLV-Auswahl des DLV-Talentecross bildete. Als der Startschuss erfolgte gingen über 200 Läufer der Klassen M14/M15 auf den Kurs, der mit einigen Hindernissen gespickt war und durch ein 80 m langes Zelt führte wo die Aktiven und Zuschauer die Möglichkeit hatten sich aufzuwärmen, während sich die Läufer über mehrere Stohballhindernisse "quälen" mussten. Eigentlich ein flacher Kurs und so konnte gleich am Anfang richtig gebolzt werden. In 7:48 Min. kam der erste M14 Schüler in Ziel und für Aljosha Patzer der als 26. mit einem Riesenendspurt ins Ziel kam wurde 8:57 Min. gestoppt, zeitgleich mit dem 24. und 25. Schade nur das Georg Beyrich mit in die BLV-Mannschaft gewertet wurde, die hinter dem Niedersächsischen Leichtathletik-Verband auf den Silberplatz gewertet wurde.



Das BLV-Nachwuchs-Team von links nach rechts: Georg Beyrich, Christopher Teetz, Aljosha Patzer

Anders lief das Rennen der Junioren über 9.200 m. Über 120 Läufer der Männer und Junioren gingen über die 7 Runden. Taktisch gut eingeteilt lief **Jonas Engler** (Junioren) das Rennen verhalten an und erhielt von Coach Kalli jede Runde die Platzziffer der Juniorenwertung, denn Ziel war es unter die ersten 20 Junioren zu kommen, um damit bereits die Quali für Deutschen 10.000 m Meisterschaften im nächsten Jahr in Tübingen (in der Heimat von Dieter Baumann) in der Hand zu haben, die am 6. Mai 2006 stattfinden. Von Platz 28 arbeitete sich Jonas Runde für Runde weiter vor um mit 28:32 Min. genau als 20. mit einem bravourösen Endspurt ins Ziel zu kommen. Beiden Athleten gilt eine besondere Gratulation, dass ihr Auftritt so mit Erfolg gekrönt war.



Jonas Engler (312) LG Süd Berlin greift gerade Oliver Mannweiler (54) vom 1. FC Kaiserslautern an.

26. 11. 2005

Hans-Senftleben-Sprint-Cup 2005 in Potsdam Luftschiffhafen

Einzigster LG Süd Teilnehmer war **Chenming Ha** (MJB), der sich über die Distanzen 30 m fliegend, 60 m und 100 m "traute". Da Chenming im letzten Jahr bereits zum Hans-Senftleben-Sprint-Cup angetreten ist, war er mit dem Regelwerk und der Halle gut vertraut.

Während bei den Kurzsprints recht gute Leistungsverbesserungen (30 m fliegend 3,19 s, 60 m 7,65 s) heraus kamen wollte auf der 100 m Distanz immer noch nicht die dauerhafte 11 vor dem Komma stehen. Mit 12,01 s beendete er diese Strecke. Damit steht **Chenming Ha** nach dem ersten Wettkampftag auf Platz vier in seiner Altersgruppe. Am 10. Dezember ist der nächste Start im Sportforum Hohenschönhausen mit den gleichen Distanzen und da wird es hoffentlich klappen!

10. 12. 2005

Hans-Senftleben-Sprint-Cup (2. Wettkampftag)

Beim zweiten Wettkampftag der diesjährigen Cup-Serie ging es nach Hohenschönhausen ins Sportforum. Auch dieses Mal die gleichen Wettbewerbe: 30 m fliegend, 60 m und 100 m jeweils aus dem Startblock. **Chenming Ha** (MJB), nach dem ersten Wettkampftag auf Platz vier liegend wurde in den ersten Lauf eingereit und konnte sich auf den kürzeren Distanzen:

30 m fliegend auf 3,17 s und 60 m 7,59 s wiederum verbessern nur auf den 100 m fehlt im noch der Durchbruch. Am nächsten Samstag ist dann der dritte und letzte Wettkampftag und dann gibt es auch sogenannte "Streichergebnisse", d. h. nur die besten beiden Ergebnisse kommen in die Wertung. Somit ist noch alles offen, wenn es um die Endplatzierung geht.

11. 12. 2005

58. Plänterwald Volkslauf

Statt einer normalen Trainingseinheit "Tempodauerlauf" ging **Jonas Engler** (MHK) über 10 km an den Start. Obwohl ihm unterwegs noch das Schnürband am Schuh aufging und zubinden mußte gewann er souverän diesen Lauf in 34:25 Min. Dies ist schon eine gute Zwischenzeit, wenn es Sylvester auf gleicher Strecke mit stärkerer Konkurrenz um die Plätze geht.

11. 12. 2005

BLV Hürden-Cup

Einzigster LG Süd Teilnehmer an den Läufen am 26. 11., 04. 12. und 11. 12. war unser Youngster **Marek Schudoma** (M12) aus der Trainingsgruppe von Torsten Böhme. Mit seinen Bestleistungen
 1. Tag 12,10 s
 2. Tag 11,63 s

3. Tag 12,06 s

wurde Marek nicht nur Tagesbester, sondern gewann auch den gesamten Hürden-Cup 2005 mit 25 Punkten, gefolgt vor Lennart Hirscher (SG Zühlsdorf) mit 17 Punkten und dem Dritten Daniel Schmidt (LAV Tempelhof-Mariendorf) mit 15 Punkten.



Stolzer Hürden-Cup-Sieger 2005: Marek Schudoma (M12)

11. 12. 2005

Adventsgehen des Polizei SV



Nachdem sein Trainer **Norbert Gartheis** ihn für diesen ersten Wettkampf vorbereitet hatte ging **Lucas Hilgefort** (M11) zum ersten Mal beim Wettkampf über 1.000 m mit. Sicherlich erfreut und überrascht war er, als er als Dritter (7:05,6 Min.) ins Ziel kam. Wir hoffen das Lucas auch weiterhin der Disziplin treu bleibt um auch noch mehr Nachwuchs aus eigenen Reihen im Süden Berlins zu erhalten.

Schon saubere Technik (gute Beinstreckung) von Lucas Hilgefort (M11) bei seinem ersten Wettkampf im Gehen

Etwas anders lief es für **Karen Böhme** (W40), die kurz vor der 1.000 m Marke bereits die erste Verwarnung kassierte und auf Bestzeit-Kurs war. Sie nahm Tempo heraus und ging recht locker in 16:06,0 Min. über die 3.000 m Ziellinie. Damit wurde sie in der Frauenwertung Zweite und Siegerin in der W40-Klasse. Damit kassierte sie aber schon wieder wertvolle Punkte für die Wertung zum Deutschen Geherpokal.

LG Süd Veranstaltungen 2006

(Änderungen aufgrund gesperrten Stadions wahrscheinlich!)

- 07.01. 23. Winterlaufserie, 6. Lauf (Rodelbahn Zehlendorf)
- 14.01. 23. Winterlaufserie, 7. Lauf (Rodelbahn Zehlendorf)
- 15.01. Neujahrslauf der LG Süd (Grunewald)
- 21.01. 23. Winterlaufserie, 8. Lauf (Rodelbahn Zehlendorf)
- 28.01. 23. Winterlaufserie, 9. Lauf (Rodelbahn Zehlendorf)
- 04.02. 23. Winterlaufserie, 10. Lauf (Rodelbahn Zehlendorf)
- 12.02. 23. Winterlaufserie, Abschlußveranstaltung
- 18./19.02 Hallen-Siebenkampf (RHH)
- 15.04. Werfertag / alle Klassen
- 29.04. "Stadion-Saisonöffnung"
- 29.04. Schülersportfest
- 29.04. Werfertag / alle Klassen
- 13.05. Werfertag / alle Klassen
- 27.05. Werfertag / alle Klassen
- 31.05. 6 km Volkslauf im Rahmen der Steglitzer Woche
- 03.06. Werfertag - Werfervierkampf / alle Klassen
- 08.07. Seniorensportfest
- 16.08. 2. Abendsportfest der LG Süd Berlin
- 26.08. Werfertag / alle Klassen
- 09.09. Werfertag / alle Klassen
- 16.09. Schülersportfest
- 16. /17.09. 11. Jedermannzehnkampf
- 11.10. SPIRIDON-Läuferabend
- 15.10. 10 km Cross Rodelbahn Zehlendorf

LG Süd Berlin und

Sportarbeitsgemeinschaft Steglitz-Zehlendorf e.V.



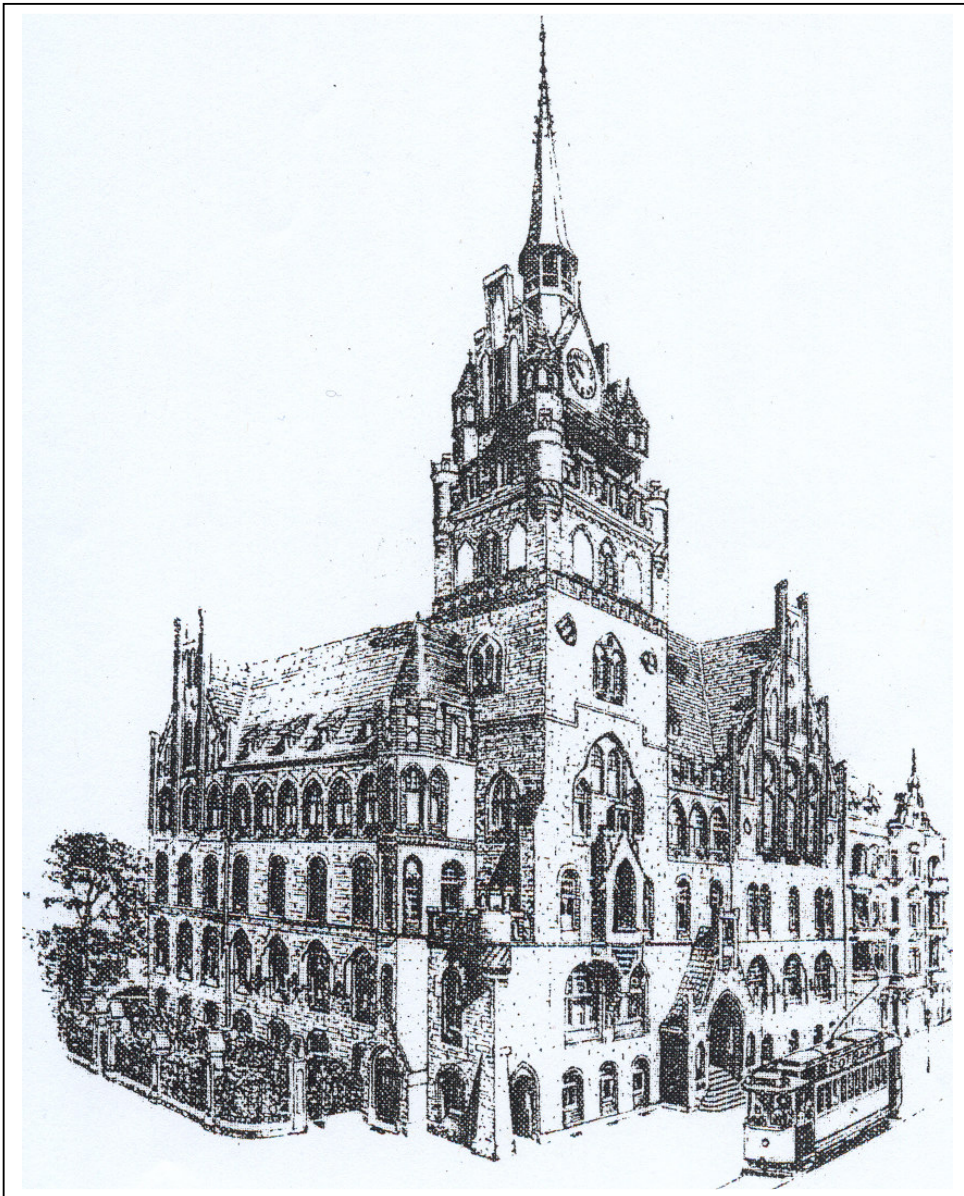
11. Steglitzer Volkslauf

am Mittwoch, den 31. Mai 2006

DAK

Unternehmen Leben

mit walking!



Im Rahmen der Steglitzer Woche



LG SÜD BERLIN

DAK

Unternehmen Leben

11. Volkslauf im Rahmen der Steglitzer Woche am Mittwoch, 31. Mai 2006 mit Walking

Veranstalter:

LG Süd Berlin und Sportarbeitsgemeinschaft Steglitz-Zehlendorf e.V.

Start und Ziel:

Stadion Lichterfelde, Ostpreußendamm 3-17, 12207 Berlin

Verkehrsverbindungen: Bus 186, 380 bis Stadion Lichterfelde, X11, M11, 184 bis Königsberger/ Ecke Ostpreußendamm, S-Bahn S 25 bis Lichterfelde Ost

Startzeit: 19.00 Uhr

Strecke:

Pendelstrecke ca. 6 km : Stadion Lichterfelde, Krahmersteg, Paul-Schwarz-Prom. am Teltowkanal, über die Bäkestr., unter der Königsberger Str. durch (Brücke), bis zur Wismarer Str.(Wendepunkt) und zurück zum Stadion Lichterfelde.

Für Walker: Zeitwertung mit Altersklasse, Teilnehmerurkunde

Voranmeldungen: Meldeformular im Internet: www.lgsued-berlin.de

oder schriftlich mit folgenden Angaben: Name, Vorname, Jahrgang, Verein, laufen oder walking an: David Hoffmann, Finckensteinallee 92, 12205 Berlin, oder e-mail: lgsued@gmx.de

durch gleichzeitiges Einzahlen des Startgeldes auf das Konto:

Sonderkonto Klaus Scherbel, Konto Nr. 0 534 447 109 Postbank Berlin, BLZ 10010010

Voranmeldungsschluss: 29.5.2006

Nachmeldungen am Tage der Veranstaltung ab 17.00 Uhr im Stadion Lichterfelde,

Meldeschluss: 18.30 Uhr.

Startgeld: Schüler / Jugendliche / Erwachsene € 4,00 Nachmeldegebühr € 2,00

Auszeichnungen / Wertung:

Jeder Teilnehmer erhält im Ziel eine Teilnehmerurkunde mit Platzziffer und ein T-Shirt, Wertung nach DLO

Ergebnisliste: Wird ausgehängt ca. 40 Minuten nachdem der letzte Läufer das Ziel passiert hat u. im Internet unter: www.lgsued-berlin.de

Auskünfte: Klaus Scherbel 8594919

Achtung! Neuer Termin!!!

LAUF ins neue JAHR am SONNTAG, dem 15. JANUAR 2006

Wie am 2. Januar 2005 findet auch der kommende Lauf ins neue Jahr auf der leichten und flachen Strecke um das Dahlemer Feld im Grunewald statt, die je nach Kondition und aktuellem Befinden ein-, zwei- oder dreimal gelaufen werden kann. Weniger der Wettkampf als der Spaß am Laufen oder Walken zum gemeinsamen Jahresbeginn sollte im Vordergrund stehen.

Start:
Gemeinsamer Start um **10⁰⁰ Uhr** für alle.

Zeitmessung:
Für Zeitbewusste steht eine große Digitalanzeige im Ziel!

Strecken:
1 Runde (ca. 2650m) für Mittelstreckler sowie Walker und Spaziergänger
2 Runden für Vergnügungssüchtige
3 Runden für Ausdauerfreaks

