

Leichtathletik in der
Fußspur

DJK
Westen 23

1/2008



Abteilungsleitung

Abtlgsleitung: Achim Hoffmann, Reichensteiner Weg 20, 14195 Bln, T: 832 28 831,

Fax: 832 28 832, E-Mail: hoffmannsued@arcor.de

stellvertretende Abteilungsleitung : Karin Paape, Lermooser Weg 57, 12209 B., T: 711 08 94

E-Mail: Karin.Paape@web.de

Homepage: Michael Hähnel, Auguststr. 7, 12209 B., T: 757 02 863

E-Mail: mhaehnel@versanet.de

Kassierer: Jens Paape, Lermooser Weg 57, 12209 B., T: 711 08 94

E-Mail: Jens.Paape@web.de

Meldewesen für DJK Westen

Sportwart: Achim Hoffmann, Reichensteiner Weg 20, 14195 Bln, T: 832 28 831,

Fax: 832 28 832, E-Mail: hoffmannsued@arcor.de

Leichtathletik der DJK- Westen im Internet

<http://www.djk-westen.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: W. Zitzlaff u. M. Hähnel; Berichte u. Photos von O. Muth, R. Stüber,
P. Krzonkalla; Achim Hoffmann

Protokoll der Abteilungsversammlung der Leichtathleten des DJK Westen 23

Termin: 12.03.2008

Ort: Saal der St.Annen-Kirchengemeinde

Beginn: 20.00 Uhr

Teilnehmer lt. Anwesenheitsliste

TOP 1:

Begrüßung durch Achim Hoffmann

TOP 2:

Die ordnungsgemäße Einberufung und Beschlussfähigkeit wird festgestellt

TOP 3:

Die Tagesordnung wird genehmigt

TOP 4:

Das Protokoll der letzten Abteilungsversammlung liegt allen vor; es gibt keine Einwendungen dagegen.

TOP 5: Bericht des Abteilungsleiters

In den abgelaufenen ca. fünf Monaten seit unserer Wahl hat es einige Änderungen gegeben, u.a. wurden Rechnungen für die Mitgliedsbeiträge versandt, die Finanzen werden jetzt über eine Vereinsverwaltung erfasst, es wurden neue Trikots finanziert, die Startpässe mussten neu beantragt - und auch bezahlt - werden und die Geschäftsstelle der LG Süd wurde geräumt sowie der Pachtvertrag noch zum Jahresende 2007 gekündigt. Eine Zusammenarbeit mit TuS Li in der LG Süd gibt es nicht mehr.

Es hat eine Änderung in der Mitgliedsstruktur gegeben, bedingt durch die Trennung von der LG Süd, d.h. wir sind auch jünger geworden und bauen die Nachwuchsarbeit auf. Die aktuelle Zahl der Mitglieder beträgt 105.

Sportliche Erfolge seit Oktober 2007: Cross-Meisterschaften in Ludwigsfelde mit einem 3. Platz in der AK M 70 durch Peter Krzonkalla sowie 1. Platz Mannschaft W 45/50.

Vereinsleben: Weihnachtsfeier mit 62 Teilnehmern im Multi-Kulti, Neujahrslauf ist ausgefallen w. Glatteis, dafür rege Beteiligung in Niederlehme mit diversen Platzierungen und ein arbeitsintensiver Hallenmehrkampf in Zusammenarbeit mit der LG Nord und über 160 teilnehmenden Athleten.

Neben Jürgen Sorge ist künftig auch Karin Paape als Kampfrichter einsetzbar.

Bericht des Kassenwartes (von Karin Paape verlesen, da Jens dienstlich bedingt abwesend):

Die Überschussrechnung 2007 hat ein Minus von EUR 1.213,20 ergeben; größte Position sind dabei die Ausgaben für Veranstaltungen und Übungsleiterhonorare, die auch für unsere Betreuung der Trainingsgruppe für die Jugendlichen erforderlich wurden.

Bericht des Kassenprüfers Erwin Gast:

Dank an Jens Paape für die Kassenübernahme und Nachbuchung der Belege, die Günter Langmann in 2007 übergeben hat. Eine lückenlose Nachbuchung ist erfolgt.

Erwin bedauert, dass Günter zu keinem Gespräch bereit war.

Ein jährliches Minus ist akzeptabel, da die Abteilung ein finanzielles Polster hat und keine weiteren Gelder anhäufen darf.

TOP 6: Aussprache: Siegfried Hoffmann fragt nach der Abrechnung und Übergabe der Finanzunterlagen und erhält die Auskunft, dass alles überprüft und nicht beanstandet wurde. Dank von Siegfried Hoffmann an die neue Abteilungsleitung, die

freigewordenen Posten zur reibungslosen Weiterführung des Sportbetriebes übernommen zu haben.

TOP 7:

Es wird beantragt, den ehemaligen Abteilungsleiter Wolfgang Zitzlaff und den zurückgetretenen Kassenwart Günter Langmann zu entlasten. Mit 15 Ja-Stimmen und einer Enthaltung (bei 16 Stimmberechtigten) wird der Entlastung zugestimmt.

TOP 8:

Eine neue Gruppe unter der Leitung von Beatrice Renner für Schüler/innen wird ab April gegründet, Reklame dazu wird Manuela Dietrich über Flyer und Anzeige im Wochenblatt machen.

Die Teilnahme an diversen Meisterschaften sowie die Ausrichtung eines Sportfestes am 23.04.2008 unter der Leitung von Achim Hoffmann ist geplant.

TOP 9:

Es lagen keine Anträge vor.

TOP 10:

- Reinhard Stüber berichtet über die Belastung der Helfer beim Hallenmehrkampf. Wir müssen neue und vor allem jüngere Helfer gewinnen. Eine Nachbesprechung findet unter der Leitung von Norbert Herich und Thomas Rohnstock separat mit den Riegenführern statt.
- Die neue Vereinskleidung wird von Achim Hoffmann vorgeführt, Bestellungen bis 01.04.2008 an Karin Paape zwecks Weiterleitung an den L+L-Laden.
- Eine Erhöhung der Mitgliedsbeiträge ist derzeit nicht geplant; sollte allerdings aufgrund der Mitgliedsstruktur der Durchschnittsbeitrag pro Mitglied und Monat unter EUR 4,30 sinken (Richtwert des LSB für die ÜL-Entgelt-Bezuschussung) müssen wir über eine Anpassung nachdenken.
- Günter Löscher gibt einen Kurzbericht zur Versammlung des Hauptvereins ab. Erwähnenswert ist dabei, dass wir eine Mitgliederzahl von insgesamt 188 haben. Der Verein ist als förderfähig und gemeinnützig anerkannt worden und kann damit Spendenbescheinigungen ausstellen. Nunmehr soll der Verein noch rechtsfähig werden, daher war eine Satzungsänderung erforderlich. Der Verein beantragt die Eintragung im Vereinsregister, damit die Haftung nicht mehr durch die Vorstandsmitglieder mit dem Gesamtvermögen erfolgt sondern künftig nur das Vereinsvermögen haftet.
- Die Beantragung der Sportstätten für das Winterhalbjahr erfolgt im Mai/Juni. Jürgen Sorge und Siegfried Hoffmann bleiben mit den Gruppen in der Halle, auch im Sommerhalbjahr.
- Das Stadion steht uns ab 17.03.2008 zu folgenden Zeiten zur Verfügung:
- Mo. 16 – 21.30 Uhr, Di. 16 – 19.30 Uhr, Mi. 16 bis 20 Uhr, Do. 16 – 18 und 19.30 bis 21.30 Uhr, Fr. 16 – 18.30 Uhr.
- Siegfried Hoffmann fragt nach dem Leichtathletik-Mehrkampfabzeichen. Karin und Achim werden sich darum kümmern.
- Ehrungen mit dem DJK-Ehrenzeichen für den Einsatz für den Verein an: Reinhard Stüber, Birgit und Michael Hähnel, Wolfgang Baack, Erwin Gast, Günter Langmann (Jürgen Sorge, Achim Hoffmann und Wolfgang Zitzlaff wurden schon auf der Versammlung des Hauptvereins geehrt).

Ende: gegen 21.45 Uhr

Protokoll: Karin Paape

Weihnachtsfeier 2007





Ergebnisse des Supercup 2007

Frauen:

| | Name | Jhrg. | 5.000 m | 10.000 m | Halbmarathon | Summe: |
|---|--------------|-------|--------------|--------------|----------------|-----------------|
| 1 | Gitta Knappe | 60 | 529 23:11 | 568 45:22 | 592 1:39:58 | 1689 2:48:31 |
| 2 | Karin Paape | 58 | 469 25:18 | 485 50:41 | 416 2:04:19 | 1370 3:20:17 |
| 3 | Petra Stüber | 56 | 439 26:45 | 426 55:31 | 433 2:04:19 | 1298 3:26:35 |

Männer:

| | Name | Jhrg. | 5.000 m | 10.000 m | Halbmarathon | Summe: |
|----|------------------|-------|--------------|----------------|----------------|-----------------|
| 1 | Achim Hoffmann | 41 | 609 22:40 | 596 47:56 | 629 1:43:31 | 1834 2:54:07 |
| 2 | Bertold Rämisch | 58 | 601 19:16 | 639 38:30 | 547 1:35:56 | 1787 2:34:02 |
| 3 | Oliver Muth | 68 | 586 18:16 | 593 37:45 | 596 1:24:19 | 1775 2:20:20 |
| 4 | Peter Krzonkalla | 37 | 588 24:28 | 571 52:01 | 564 1:57:36 | 1723 3:35:21 |
| 5 | Georg Bozdech | 39 | 524 25:46 | 512 54:29 | 551 1:56:16 | 1587 3:16:31 |
| 6 | Erwin Gast | 41 | 531 24:52 | 541 51:15 | 512 1:59:01 | 1584 3:15:08 |
| 7 | Reinhard Stüber | 58 | 525 21:07 | 564 41:58 | 488 1:43:31 | 1577 2:46:36 |
| 8 | Werner Richter | 40 | 520 26:14 | 495 56:27 | 541 1:59:11 | 1556 3:21:52 |
| 9 | Rainer Gaedtke | 40 | 515 25:43 | 512 53:47 | 487 2:04:31 | 1514 3:24:01 |
| 10 | Bernd-U. Eberle | 50 | 506 23:16 | 528 47:07 | 408 2:04:19 | 1442 3:14:42 |
| 11 | Michael Hähnel | 48 | 519 23:20 | 480 51:11 | 422 2:04:19 | 1421 3:18:50 |
| 12 | Philipp Richter | 78 | 429 21:14 | 482 41:06 | 480 1:32:19 | 1391 2:34:39 |
| 13 | Harald Voss | 45 | 374 29:33 | 349 1:04:05 | 350 2:23:31 | 1073 3:57:09 |

Ergebnisse des Läufermehrkampfes 2007

Männer:

| | | | | | | |
|---|------------------|-----------------|---------------|---------------------|---------------------|--------------|
| | | 400 m | 800 m | 1500 m | 5000 m | |
| | | 575 | 597 | 615 | 586 | |
| 1 | Oliver Muth | 63,15 | 2:24 | 4:47 | 18:16 | |
| | | 10.000m | 15 km | Halbmarathon | 25 km | Summe |
| | | 593 | 604 | 596 | 537 | 4703 |
| | | 37:45 | 58:08 | 1:24:19 | 1:47:13 | 5:13:56 |
| | | 200 m | 400 m | 800 m | 1 Meile | |
| | | 474 | 448 | 517 | 549 | |
| 2 | Peter Krzonkalla | 43,12 | 1:39 | 3:33 | 7:27 | |
| | | 2 Meilen | 5000 m | 10.000 m | Halbmarathon | Summe |
| | | 581 | 588 | 571 | 564 | 4291 |
| | | 15:20 | 24:28 | 52:01 | 1:57:36 | 3:41:17 |



Ergebnisse der Stadionpokalwertung 2007

1. Peter Caternberg
2. Norbert Herich
3. Bernd-Ulrich Eberle

Niederlehme: Tiergartencross Januar 2008





Folgende Mitglieder haben zum 1.1.2008 eine besonders lange Vereinszugehörigkeit:

15 Jahre : Achim Hoffmann, Peter Voss

20 Jahre : Christa Warnat

25 Jahre : Peter Kronkalla

30 Jahre : Jürgen Fehler

50 Jahre : Monika Kollstedt

55 Jahre : Peter Fox

BBM-Senioren (Halle), 10.02.2008 Potsdam

(oder: Das erste Mal in grün)

Da war es nun soweit: Da stand ich im grünen Leibchen und wartete auf den Startschuss für die 1500m. In meiner neuen Altersklasse M 40 hatte ich mit Jens Reif und Albrecht Bauer zwei starke Renner und geringe Aussichten auf Meisterehren. Trotzdem gab ich Gas und nach 4:43,14 min war dieses erste Rennen für mich recht schnell rum. Dank Altersklassenaufschlüsselung reichte es zu einem 3. Platz, und das sogar noch 4 sek schneller als letzten Winter.

Achim Hoffmann, der auf 800m gemeldet hatte, musste krankheitsbedingt leider absagen, so dass ich allein unsere Farben vertreten habe.

Merke: Grün macht anscheinend schnell...

Oliver

1500m, Männer M40

| | | | | | | |
|----|-----|----------------|------|----|-------------------|---------|
| 1. | 160 | Bauer Albrecht | 1964 | BB | VfL Brandenburg | 4:25,11 |
| 2. | 34 | Reif Jens | 1966 | | LG Süd Berlin | 4:29,84 |
| 3. | 13 | Muth Oliver | 1968 | | DJK Westen | 4:43,14 |
| 4. | 63 | Woiczik Andrej | 1968 | | Polizei SV Berlin | 4:46,06 |

Lauf im Britzer Garten am 9.3.2008 über 10 km

Frauen:

51. Stüber, Petra 4. W50 56:00

Männer:

137. Göbel, Silvester 3. M60 46:26

154. Stüber, Reinhard 17. M50 47:44

5,5 km

6. Muth, Oliver 1. M40 19:45

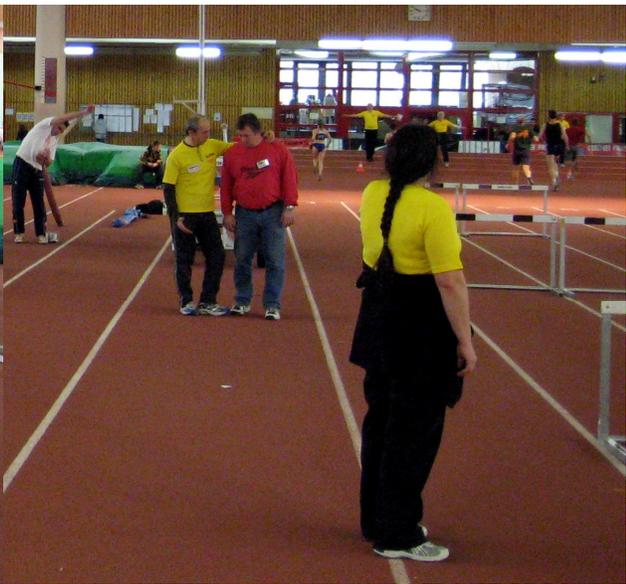
1 km Schülerinnen

27. Muth, Saskia 24. WSD 5:53

DJK Westen beim Hallen-7-Kampf in der RHH 2008







19. Lauf der Sympathie von Falkensee nach Spandau am 16.03.2008

Hallo Lauffreunde

oder vielleicht Freunde der Sympathie, ist ja auch egal, Hauptsache es liest irgendjemand diesen Bericht.

Als Erstes muss ich Euch sagen, Achim Hoffmann hat mich genötigt, beim Lauf der Sympathie zu starten. OK, er hat mich ein wenig überreden müssen. Es ist Sonntag, 7.00 Uhr früh, aufstehen, prima Scheißwetter und ich Hirsel hab zugesagt. Nach der Morgenwäsche ging es zur legalen Gewichtsreduzierung auf die Toilette. Anschließend gab es ein Dopingfrühstück (Schokomüsliriegel) und ein wenig Flüssigkeit ohne Magnesium.

So vorbereitet kann es nur eine Superendzeit geben. Dazu später mehr. Ab ins Auto und nach Spandau.

Am Treffpunkt angekommen, stand einer aus dem Paape-Clan und wedelte wild und hektisch mit den Armen - sah aus, wie ein Jongleur aus dem Circus -, um auf sich aufmerksam zu machen. War nicht zu übersehen!

Von dort aus fuhren wir mit zwei Fahrzeugen nach Falkensee zum Rathaus, wo wir alle anderen Läufer vom DJK trafen. Bei leichtem Nieselregen und ca. 8° Celsius starteten wir pünktlich um 10:00 Uhr. Die ersten drei Kilometer waren für mich etwas unangenehm, weil die Kohlenhydrate vom Samstagabend (500 g. Lasagne) nicht nur Kraft, sondern auch ein Völlegefühl in meinen Magen brachten, was für einen Wettkampflauf nicht unbedingt gut ist. Eigentlich sollte man nach ca. zehnjähriger Wettkampferfahrung schlauer sein. Also, nachdem mein Magen sich beruhigt hatte, konnte ich mich auf meine Superendzeit konzentrieren und versuchte mich an allen 6- und 5-Minutenläufern vorbei zu schieben.



Bei Kilometer 8 wurde ich von einem superschnellen Läufer aus der DJK, der auf den Namen Silvester hört und dessen Altersgruppe ich hier aus persönlichen Gründen nicht nennen möchte, g a n z l a a n g s a a m überholt. Er war auch nur kaum zu erwähnende läppische 10 Sekunden vor mir. Ich glaube es liegt daran, dass Silvester in der Blüte seiner Kraft steht und ich weit davor. Die Endzeit von Silvester war 46:10 und meine Endzeit bleibt geheim. Und für die Rettung des Namens Stüber lief Petra persönliche Bestzeit von 0:54:57. Zum Schluss möchte ich noch sagen, dass es trotz schlechten Wetters und mäßiger Endzeit ein schöner Lauf war. Wenn die Kraft in meiner Blüte steht und ich bessere Zeiten zu bieten habe, dann melde ich mich wieder bei Euch.

Bis dann, Reinhard Stübi

Damen:

- 9. W 50 (125.) Paape, Karin 1958 50:22
- 20. W 50 (222.) Stüber, Petra 1956 54:57
- 3. W 65 (352.) Herich, Gisela 1939 1:01:50

Herren:

- 20. M 30 (219.) Richter, Philipp 1978 41:57
- 158. M 40 (736.) Ladwig, Peter-R. 1964 53:15
- 42. M 50 (404.) Stüber, Reinhard 1958 46:21
- 38. M 55 (618.) Eberle, Bernd-Ulrich 1950 50:34
- 78. M 55 (1042.) Hähnel, Fred 1950 1:09:38
- 9. M 60 (398.) Göbel, Silvester 1945 46:10
- 44. M 60 (990.) Voss, Harald 1945 1:02:32
- 7. M 65 (622.) Gast, Erwin 1941 50:35
- 8. M 65 (640.) Gaedtke, Rainer 1940 51:03
- 13. M 65 (692.) Bozdech, Georg 1939 52:14



In der Altersklasse 60/65 erreichten S. Göbel, E. Gast, R. Gaedtke den 2. Platz in der Mannschaftswertung der Berlin-Brandenburgischen-Meisterschaften über 10 km. Nur die Mannschaft des SCC stellte sich unserem Team.



27. SYLT LAUF am 9. März 2008 von Peter Krzonkalla

Erstmals über die Gesamtdistanz (33,333 Km) dabei

2007 hatte ich bereits meine ersten Erfahrungen als Syltläufer gemacht, bekam damals jedoch gesundheitsbedingt nur grünes Licht für eine Teilstrecke (2. Hälfte). Einmal die Gesamtstrecke zu bewältigen, das war mein Ziel geblieben (Hörnum wirbt mit dem Slogan „der Start ist das Ziel“). Diesmal nun war ich erfolgreich, auch wenn es auf dem letzten Drittel sehr schwer für mich wurde. Als Trainingsminimalist fehlten mir doch die längeren Läufe.



Ich versteck mich im hinteren Starterfeld

Die Laufstrecke führt von Hörnum nach List (s. Abzeichen). Bald



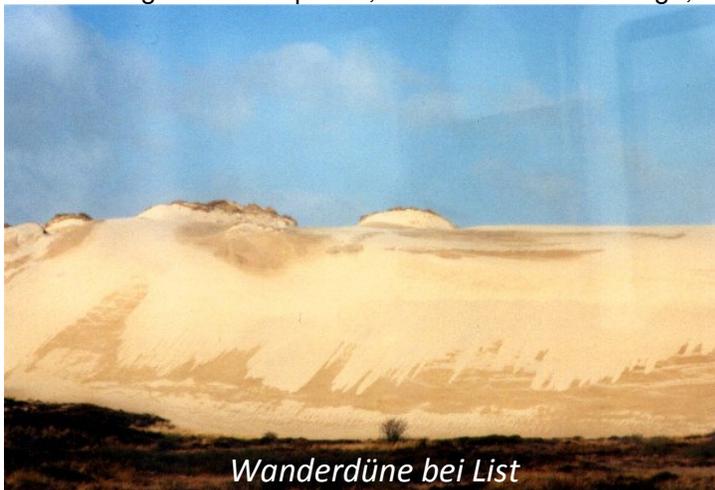
nach dem Start geht es bis kurz vor Westerland auf dem Radweg, dort über die Strandterrasse (hier viele Zuschauer), weiter in Richtung Wenningstedt. Spätestens in Kampen ist das Feld bereits stark auseinander gerissen und bald danach beginnt der schwierigere Teil des

Laufes, durch die Dünenlandschaft, überwiegend auf Sandwegen. Hier hatte ich zu kämpfen, erlebte „Runner's down“ zwischen 22 und 30 Km, kam jedoch auf den restlichen Kilometern noch einmal euphorisch auf Trab und schließlich als (korrigiert) 461. (bei insgesamt 544 männlichen Finishern) durchs Ziel. Ergebnisliste s. www.tinnum66.de. Fotos s. www.foto-team-mueller.de Startnummer 459.

Durststrecke in den Dünen, hier muss ich abreißen lassen, daher nicht im Bilde.



Witterung: Beinahe optimal, d.h. keine Niederschläge, 7 °C, leichter Schiebewind



Wanderdüne bei List

Der Rücktransport vom Ziel (List, alte Schule) nach Westerland zur Sylter Welle (Benutzung im Startgeld inbegriffen) erfolgte per Shuttle-Bus und war gut organisiert. Die Siegerehrung fand

im Congress-Centrum Westerland statt und entwickelte sich zu einem längeren Zeremoniell.

Dort saßen wir in der Runde mit Berti

Rämisch und der Läufergruppe um Bernd

Hübner, Veranstalter des Havellaufes.

FAZIT: Die Distanz ist auch in meinem Alter

zu bewältigen. Insgesamt nur zwei längere

Trainingsläufe um 2,5 h sind zu wenig. Eine

Wiederholung des Laufes konnte ich mir

einige Tage nach dem Ereignis noch nicht

vorstellen. Aber es gibt ja noch die

Möglichkeit als Staffelläufer.

HINWEIS: Die Anmeldung muss spätestens

im Herbst des Vorjahres erfolgen (damals

gehörte ich noch zur LG Sued Berlin). Das

Starterkontingent ist mit 1300 Teilnehmern

erschöpft.

Im Anschluss an den Lauf verlebten Margot

und ich abwechslungsreiche und erholsame

Wandertage auf der Insel. Sylt bietet besondere landschaftliche Reize. Wenn man nicht

gerade ins Zentrum oder nach Kampen will, ist eine Ferienwohnung in dieser Jahreszeit

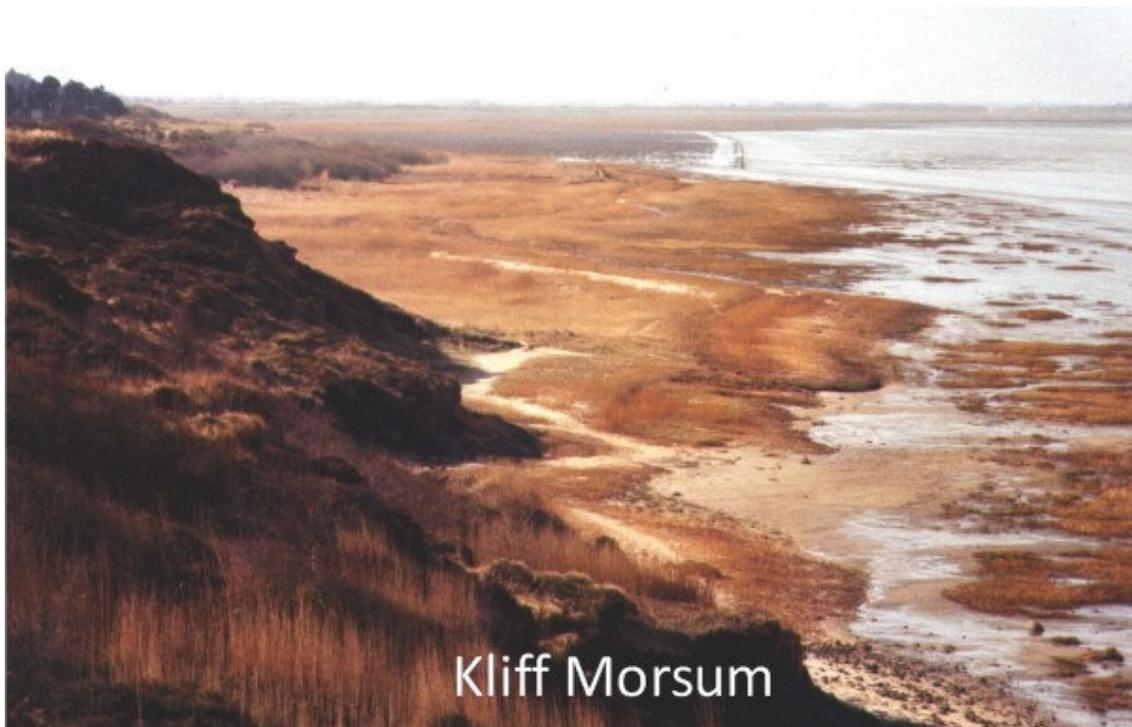
preisgünstig.

Krzonki

Die ersten beiden Fotos wurden den Sylter Nachrichten vom 10.03.2008 entnommen.



461. Krzonkalla, Peter 7. M70 in
3:35:11,90





5. Tempogefühl-Team-Staffel über 5 x 3 km am Mittwoch dem 4. Juni 2008

Ort: Lichterfelder Stadion

Zeit: 18⁰⁰ Uhr

Meldung: Angabe der wahrscheinlichen Laufzeit (Es gewinnt die Staffel mit der geringsten Abweichung)

Team-Staffeln: werden gelost

Startgebühren: keine

Danach: Siegerehrung u. gemeinsames Picknick



Ergebnisse
2007

Endzeit Abweichung

| | | | Endzeit | Abweichung |
|----|-----------|--|---------|------------|
| 1. | Staffel A | Philipp Richter, Peter Ladwig, Erwin Gast, Peter Krzonkalla, Fred Hähnel | 1:25:04 | 75 sec. |
| 2. | Staffel C | Wolfgang Dabel, Ernst Richter, Karin Paape, Wolfgang Zitzlaff, Jan Höhle | 1:21:36 | 78 sec. |
| 3. | Staffel E | Michael Hähnel, Petra Stüber, Birgit Hähnel, Gisela Herich, Jens Paape | 1:23:51 | 107 sec. |
| 4. | Staffel B | Ingo Sorge, Vincent Dabel, Hans-Jürgen Kollstedt, Norbert Herich, Günther Diels | 1:27:15 | 117 sec. |
| 5. | Staffel F | Reinhard Stüber, Nora Bäcker, Herbert Jirsack, Renate Langmann, Hans Höhne | 1:33:57 | 157 sec. |
| 6. | Staffel D | Bernd-Ulrich Eberle, Werner Richter, Carsten Boenisch, Beatrix Niedack, Christa Gast | 1:27:09 | 179 sec. |

Sporttermine 2008:

| | | | Meldung an: |
|----------|--|-----------------------|--------------------------------|
| 05.04.08 | BBM 10.000m | Lichterfelder Stadion | Achim Hoffmann |
| 06.04.08 | SCC Halbmarathon | Berliner Dom | |
| 19.04.08 | BBM Langstaffeln | Brandenburg | Achim Hoffmann |
| 23.04.08 | Saisonstart DJK Westen 23 | Lichterfelder Stadion | Achim Hoffmann |
| 27.04.08 | 5. RBB-Lauf Drittelmarathon | Glienicker Brücke | |
| 27.04.08 | Köpenicker Altstadtlauf über 10 km | Müggelturm | |
| 01.05.08 | 10 X 10.000m-Staffel | Mommsenstadion | Achim Hoffmann |
| 04.05.08 | 25 km von Berlin | Olympiastadion | |
| 07.05.08 | 4 x 400m Staffel | Potsdam | Achim Hoffmann |
| 17.05.08 | Avon Frauenlauf | Straße des 17. Juni | |
| 17.05.08 | Rennsteiglauf | Schmiedefeld | |
| 23.05.08 | Senioren-Paarlauf bei Z 88 | Ernst-Reuter Stadion | Achim Hoffmann |
| 28.05.08 | 13. Steglitzer Volkslauf über 6 km | Lichterfelder Stadion | |
| 01.06.08 | BBM Marathon | Potsdam | Achim Hoffmann |
| 04.06.08 | DJK Tempogefühlsstaffel 5 x 3.000m | Lichterfelder Stadion | Achim Hoffmann |
| 08.06.08 | BBM Seniorenmeisterschaften | Lichterfelder Stadion | Achim Hoffmann |
| 11.07.08 | 16. Preußische Meile | Potsdam | |
| 27.07.08 | Team-Zehnkampf | Stadion Rehberge | Helfereinsatz |
| 24.08.08 | Kreuzberger Viertelmarathon | Columbiadamm | |
| 30.08.08 | Nacht-Staffellauf über 5 x 5km | Potsdam | Achim Hoffmann |
| 07.09.08 | Mercedes-Benz-Halbmarathon u. 10 km | Holzhauserstr. | |
| 12.10.08 | Burgenlauf über 25 u. 8 km | Belzig | Achim Hoffmann |
| 12.10.08 | Volkslauf Onkel Toms Hütte 10 km | Rodelbahn | |
| 15.10.08 | Spiridon 10.000m | Lichterfelder Stadion | |
| 09.11.08 | BBM Cross | Reiterstadion | Achim Hoffmann |
| 23.11.08 | 30. Berliner Mannschaftshalbmarathon | Britzer Garten | Achim Hoffmann |

**Kostenloses
Probetraining!**

**Ausschließlich
lizenzierte
Trainer!**

**Laufen, Werfen, Springen
soll dir bei uns gelingen.
Mit Spannung, Spass und Spiel
erreichen wir dein Ziel!**

Wann?

Montags ab 17:30 Uhr

Wo?

Stadion Lichterfelde, Ostpreußendamm 3 - 17

Bitte nach Beatrice Renner oder Karin Paape fragen.

Ansprechpartner: Karin Paape, Tel.: 030 / 711 08 94



28. Berliner Halbmarathon am 6.04.2008

| | | | |
|--------------------------|-----------|----------------|---------------|
| 6619. Gaedtke, Rainer | 88. M65 | 10 km: 55:11 | Ziel: 1:55:42 |
| 6556. Gast, Erwin | 83. M65 | 10 km: 55:10 | Ziel: 1:55:29 |
| 3090. Göbel, Silvester | 38. M60 | 10 km: 49:15 | Ziel: 1:42:57 |
| 8050. Kollstedt, Hans-J. | 114. M65 | 10 km: 55:34 | Ziel: 2:00:16 |
| 4692. Ladwig, Peter | 1007. M40 | 10 km: 52:13 | Ziel: 1:49:06 |
| 9056. Richter, Werner | 29. M70 | 10 km: 58:52 | Ziel: 2:04:48 |
| 847. Richter, Philipp | 119. M30 | 10 km: 43:18 | Ziel: 1:30:13 |
| 12118. Voss, Harald | 328. M60 | 10 km: 1:06:08 | Ziel: 2:31:05 |
| 4896. Orłowski, Christa | 40. W65 | 10km: 1:17:21 | Ziel: 2:39:28 |



| Schülerinnen | | Jahrgang 1997 und jünger |
|---------------------|-------------------|---------------------------------|
| Trainerin : | Beatrice Renner | Handy: 0177-7050564 |
| Montag | 17:30 – 19.00 Uhr | Stadion Lichterfelde |

| Frauen | | Jahrgang 1980 und jünger |
|---------------|-------------------|---------------------------------|
| Trainerin: | Manuela Dietrich | Handy: 0176-60002006 |
| Dienstag | 18:00 – 20:00 Uhr | Stadion Lichterfelde |
| Donnerstag | 19:30 – 21.00 Uhr | Stadion Lichterfelde |

| Schülerinnen | | Jahrgang 1990 und jünger |
|---------------------|-------------------|---------------------------------|
| Trainerin : | Manuela Dietrich | Handy: 0176-60002006 |
| Dienstag | 18:00 – 20:00 Uhr | Stadion Lichterfelde |
| Donnerstag | 19:30 – 21.00 Uhr | Stadion Lichterfelde |

| Freizeitsport und Jedermann-Zehnkampf | | |
|--|--------------------|----------------------|
| Trainerin : | Andrea Emele-Geyer | 033701-57120 |
| Donnerstag | 19:30 – 21:00 Uhr | Stadion Lichterfelde |

| Grundlagen d. LA f. Seniorinnen | | |
|--|-------------------|----------------------|
| Trainerin: | Karin Paape | 711 08 94 |
| Montag | 17:30 – 18:30 Uhr | Stadion Lichterfelde |

| Läufergruppe | | |
|---------------------|-------------------|---------------------------------------|
| Ansprechpartner : | Achim Hoffmann | 832 28 831 |
| Montag | 17:30 – 18:30 Uhr | Stadion Lichterfelde |
| Mittwoch | 17:30 – 19:30 Uhr | Stadion Lichterfelde |
| Samstag | 8:00 Uhr | Großer Stern am Hüttenweg / Grunewald |
| Sonntag | 8:30 Uhr | Großer Stern am Hüttenweg / Grunewald |

| Sportabzeichen-Treff | | |
|-----------------------------|-------------------|----------------------|
| Ansprechpartner : | Günter Diels | 771 57 65 |
| Montag | 17:00 – 19:00 Uhr | Stadion Lichterfelde |
| Mittwoch | 17:00 – 19:00 Uhr | Stadion Lichterfelde |

| Senioren-Sport | | |
|-----------------------|-------------------|---|
| Ansprechpartner : | Jürgen Sorge | 821 59 47 |
| Montag | 19:30 – 21:30 Uhr | Fichtenberg-OS - Rothenburgstr. Halle auf dem Hof |
| Mittwoch | 18:30 – 20:00 Uhr | untere Halle Lauenburger Str. 110, 12169 Berlin, Eingang Steinstr. |



Klaus Böhm
Hans Hofmann

Paulsenstraße 5-6
12163 Berlin
Tel. 030/820 98 511
Fax 030/852 60 87

DJK Saisonstart am 23.04.2008 im Stadion Lichterfelde

5000 m Männer

2. Muth, Oliver 1968 18:11,28 min.

5000 m Sen. M55

1. Landes, Heinz Michael 1952 21:53,46 min.

5000 m Sen. M60

1. Göbel, Silvester 1945 21:53,51 min.

2-Meilen Sen. M70

1. Krzonkalla, Peter 1937 15:09,96 min.

100 m w J A

1. Volkmann, Jessica 1990 13,31 sec.

200 m w J A

1. Volkmann, Jessica 1990 29,21 sec.

Weitsprung w J A

1. Volkmann, Jessica 1990 4,57 m

200 m w J B

1. Renner, Beatrice 1991 31,02 sec.

2. Moraht, Friederike 1992 31,40 sec.

800 m w J B

1. Renner, Beatrice 1991 3:25,39 min.

Weitsprung w J B

1. Renner, Beatrice 1991 3,91 m

2. Moraht, Friederike 1992 3,88 m

100 m Schi A

1. Rulff, Paula 1993 17,09 sec.

Weitsprung Schi A

1. Rulff, Paula 1993 3,72 m

Weitere Ergebnisse im April und Mai 2008

Elbdeichmarathon am 20.4.08 21,1km

236. Peter Krzonkalla 1. M 70 1:59:18

Oberelbemarathon am 27.04.08 10 km

3. Gitta Knappe 1. W 45 46:44

Oberelbemarathon am 27.04.08 21,1 km

1000. Werner Richter 4. M 70 2:00:21

Vancouver-Marathon am 4.5.08 21,1 km

138. Philipp Richter 20.M 30 1:32:08

25 km von Berlin am 4. Mai 2008

753. Peter Ladwig 173. M 40 1:43:55 (HM) 2:03:08 (Brutto) 2:02:22 (Netto)

783. Silvester Goebel 14. M 60 1:43:48 (HM) 2:03:21 (Brutto) 2:03:03 (Netto)



36. GutsMuths-Rennsteiglauf am 17.5.08

Halbmarathon:

| | | | | | | |
|-------|------------|-------------|------|---|----|----------|
| 2261. | Krzonkalla | Peter | 9. | M | 70 | 02:02:11 |
| 2267. | Kollstedt | Hans-Jürgen | 45. | M | 65 | 02:02:15 |
| 2372. | Gaedtke | Rainer | 46. | M | 65 | 02:03:24 |
| 3931. | Voss | Harald | 163. | M | 60 | 02:33:13 |
| 1634. | Richter | Gisela | 80. | W | 55 | 02:56:20 |
| 1640. | Orlowski | Christa | 26. | W | 65 | 02:59:38 |

Marathon:

| | | | | | | |
|-------|---------|--------|-----|---|----|----------|
| 2207. | Richter | Werner | 24. | M | 70 | 05:27:45 |
|-------|---------|--------|-----|---|----|----------|



Neue Mitglieder

Im neuen Jahr begrüßen wir als neue Mitglieder

Tabea Hille (Jhrg. 99)
Celine Neumeyer (Jhrg. 97)
Sophia Schwirkmann (Jhrg. 94)
Friederike Moraht (Jhrg. 92)

Michael Marcy (Jhrg. 71)

Viel Spaß & Erfolg bei den anstehenden Wettbewerben wünschen Manu, Bea und Karin.

Mitgliederverwaltung

Ich „samle“ e-Mail-Adressen! Bitte zur Vervollständigung der Mitgliederdaten eine kurze Mail an mich: Jens.Paape@web.de (natürlich freiwillig und die Adressen werden garantiert nicht weitergegeben).

Spenden

Für die eingegangenen Spenden einen herzlichen Dank !

- Bernhard Gromadecki
- Gisela Herich
- Frank & Andrea Kiewitt für die Donnerstagsgruppe (die neuen Bälle sind super !)
- Firma DWS GmbH & Co.KG (für die Jugendarbeit)