# LG - KURIER

2013 Leichtathletik-Gemeinschaft Bamberg Nr. 40

## Post SV Bamberg – TSG 05 Bamberg - MTV Bamberg – TSV Hirschaid

## 40 Jahre Silvesterlauf im Bamberger Hain

Eine Tradition im Bamberger Sportkalender. Am letzten Tag des Jahres treffen sich Laufbegeisterte seit vier Jahrzehnten am Jahnwehr um aktiv das alte Jahr zu verabschieden.
Auf der Drei-Kilometer-Runde läuft man bei Schnee oder Sonnenschein, mit Freunden oder ganz für sich. Mit dem guten Gefühl etwas geschafft zu haben, startet man gern ins neue Jahr.

Ein weiteres Jubiläum mit Tradition, unser LG-Kurier. Vierzig mal haben wir zum Ende der Saison über die erfolgreiche Bamberger Leichtathletik berichtet. Viel Freude beim Lesen.

# Liebe Sportlerinnen und Sportler,
# liebe Mitglieder, Freunde und Gönner der LG Bamberg,

auch für das Jahr 2013 gibt es bei der Leichtathletikgemeinschaft Bamberg wieder viele herausragende sportliche Erfolge zu feiern und einige Neuigkeiten zu vermelden.

Ganz herzlich bedanke ich mich für das Vertrauen, das Sie mir bei der Neuwahl der Vorstandschaft im Rahmen der Mitgliederversammlung im März 2013 aussprachen. Ich freue mich auf eine weitere erfolgreiche Zusammenarbeit mit Ihnen und begrüße ganz herzlich in der Vorstandschaft meinen neuen Vizepräsidenten Heinz Kuntke sowie Irene Bickel als Schriftführerin (endlich eine Frau im Vorstand!) und Dr. Thomas Koch als Sportwart. Allen bisherigen Vorstandsmitgliedern danke ich für ihr großes Engagement. Ganz besonders herzlich möchte ich mich noch einmal bei Alfred Kotissek für seine langjährige Mitarbeit bedanken. Er war von den Anfängen der LG im Jahr 1972 bis jetzt immer für die Leichtathletinnen und Leichtathleten der LG und ganz Oberfrankens da und ich hoffe, er wird auch weiterhin ein wichtiger Ansprechpartner für uns alle bleiben.

Bei der Mitgliederversammlung wurde auch dem Antrag des SV Waizendorf auf Beitritt zur LG Bamberg zugestimmt. Inzwischen sind auch die Formalitäten mit dem BLV abgeschlossen und ich freue mich, dass wir mit dem SV Waizendorf einen fünften leistungsstarken Stammverein begrüßen dürfen. Herzlich willkommen!

Organisatorisch war in diesem Jahr wieder viel zu bewältigen: Im Fuchs-Park-Stadion wurden die Oberfränkischen Meisterschaften der Frauen, Männer, Senioren sowie der Altersgruppe U 18 ausgetragen, in Hirschaid die Staffelmeisterschaften mit Abendsportfest, außerdem die Kreismeisterschaften für Schüler und Schülerinnen der Altersgruppen U16, U14, U12 und U10 sowie der Oster-, Klinikum- und Silvesterlauf. Mein Dank geht auch noch einmal an alle Helfer und Organisatoren, die sich beim Weltkulturerbelauf 2013 engagiert haben.

Doch nun zum Sportlichen: 2013 war wieder ein sehr erfolgreiches Jahr für die LG. Wir konnten 129 oberfränkische Titel erringen. 6 x Platz 1, 12 x Platz 2 und 5 x Platz 3 im bayerischen Vergleich sind ebenfalls ein hervorragendes Ergebnis. Und auch bei den Süddeutschen und Deutschen Meisterschaften wurden gute Platzierungen erreicht. Herzlichen Glückwunsch! Wir haben derzeit ein wirklich tolles Team!

Diese guten Ergebnisse sind nur durch das intensive Training all unserer Athletinnen und Athleten möglich, durch die starke Nachwuchsarbeit des Trainerstabs und die Mithilfe von Betreuern, Kampfrichtern und fleißigen Helfern im Hintergrund. Ihnen danke ich genauso wie auch den Eltern und Sponsoren, die unsere Vereinsarbeit durch ihre Zeit, Ihr Engagement und ihre finanzielle Hilfe unterstützen und erst möglich machen. Vielen herzlichen Dank!

Ich wünsche nun allen Sportlerinnen und Sportlern, allen LG'lern und Freunden unserer Leichtathletikgemeinschaft mit ihren Familien einen guten und erfolgreichen Start in das Jahr 2014.

Ihr

Werner Hipelius

Werner Hipelius / Präsident der LG

# 2013 Bericht des Sportwarts

Die Saison 2013 war erfreulicherweise wieder sehr erfolgreich für die LG Bamberg. Es wurden insgesamt 129 Oberfränkische Titel errungen, wobei der Bereich Frauen und weiblicher Nachwuchs mit 85 Titeln wie im letzten Jahren wieder deutlich erfolgreicher war als die Männer und der männliche Nachwuchs. Da spiegelt sich die überwiegend weibliche Zusammensetzung der Nachwuchsgruppen wieder. Auf überregionaler Ebene konnten weitere Erfolge verbucht werden. Bei Bayerischen Meisterschaften wurden 6 erste Plätze 12 zweite Plätze und 5 dritte Plätze erreicht. Bei Deutschen Meisterschaften sind die Erfolge von Felix Hentschel mit Platz 5 über 3000m Hindernis bei den Aktiven Männern und Platz 3 von Johann Schuler über 800m bei den Seniorenmeisterschaften in der AK M55 hervor zu heben. Dazu kommen ein 4. und ein 5. Platz durch Rebecca Zimmer bei den Süddeutschen Meisterschaften in der AK W U18 in den Disziplinen Hammerwurf und Diskuswurf.

Die Kern-Disziplinen der LG Bamberg waren früher mal die Sprinterinnen und Sprinter, später die Springerinnen und Springer und dann die Läuferinnen und Läufer und natürlich der Bereich Mehrkampf weiblich. Die Erfolge von Rebecca deuten aber schon daraufhin, dass es neue Schwerpunkt-Disziplinen bei der LG Bamberg gibt, in einem Disziplin-Bereich der früher eher unauffällig war, nämlich der Bereich Wurf und Stoß beim weiblichen Nachwuchs. Neben Rebecca Zimmer (Diskus und Hammer) sind das vor allem noch Simone Schramm (Speer) und Christina Holzner (Kugel), die sich mit ihren Leistungen und Erfolgen für höhere Aufgaben empfehlen. Rebecca wurde mittlerweile als jüngeres assoziiertes Mitglied in den Bundeskader (C-Kader) mit aufgenommen und Simone wurde aufgrund ihrer starken Leistungen bei den Bayerischen Meisterschaften vom BLV zu einem U20 Länderkampf gegen Tschechien, Ungarn, Slowakei und Frankreich und trug mit zum Gesamtsieg der Bayern bei.

Auch 2013 gab es wieder viele sportliche Veranstaltung mit Beteiligung der LG Bamberg bzw. in Eigenregie. Ganz oben steht da der Weltkulturerblauf, bei dem mit Carlo Schramm und Reiner Schell zwei LGler im Kern-Organisationsteam mitwirken und viele ehrenamtliche Stunden für diese Großveranstaltung investieren. Dazu kommen am Wochenende nochmal

zirka 100 Helfer der LG Bamberg, die bei der Startnummern-Ausgabe oder im Zielbereich zum Gelingen der Veranstaltung mit beitrugen. Im Stadion gab es zwei weitere Veranstaltungen: Die Oberfränkischen Meisterschaften der Männer und Frauen zusammen mit den Senioren und dem U18-Nachwuchs und die Kreismeisterschaften der Schülerinnen und Schüler. Für solche Veranstaltung ist es immer wieder eine besondere Aufgabe, genügend Helfer und Kampfrichter auf die Beine zu stellen. Da wäre es wünschenswert, dass sich mehr Freiwillige (Ex-Aktive und/oder Eltern) zur Verfügung stellen würden. Zu guter Letzt sind da noch das Abendsportfest mit den Oberfränkischen Langstaffel-Meisterschaften zu erwähnen, das traditionsgemäß am Ende des Schuljahres vor dem Beginn der Sommerferien stattfindet. Das war auch dieses Jahr vom TSV Hirschaid hervorragend organisiert.

Um den Nachwuchs brauchen wir uns momentan nicht zu sorgen, die Nachwuchs-Trainingsgruppen sind bis zum Rand gefüllt, so dass sogar Aufnahme-Stopp besteht. Das Problem das sich dabei auftut, besteht jetzt eher darin, genügend Übungsleiter zu finden, die zwar auf dem Papier existieren, aber praktisch dann doch aus verschiedenen Gründen keine Nachwuchsgruppe übernehmen wolle oder können. Das nächste Problem was dann noch dazu kommt, sind die Trainings-Möglichkeiten im Winter, da offensichtlich fast alle Hallen im Bamberg zeitgleich renoviert werden müssen. Das Problem ist dann hoffentlich bis zum nächsten Winter gelöst. Ansonsten können wir zuversichtlich in die nächste Saison blicken und hoffen, dass sie ähnlich erfolgreich wird wie die letzte.

Thomas Koch

# Oberfränkische Meisterschaften 2013

## Männlich:

| | | |
|---|---|---|
| Schuler Johann | Crosslauf Mittelstrecke | **M 55** |
| Schuler Johann | Crosslauf Mannschaft Langstrecke | **Männer (8)** |
| Schuler Johann | 10km Straße | **M 55** |
| Martini Peter | Dreisprung (Halle) | **M 45** |
| Teuscher Tobias | Crosslauf Langstrecke | **M 40** |
| Teuscher Tobias | Crosslauf Mannschaft Langstrecke | **Männer (8)** |
| Teuscher Tobias | 10km Straße | **M 40** |
| Kunzelmann Stephan | 100m | **M 40** |
| Kunzelmann Stephan | 200m | **M 40** |
| Kunzelmann Stephan | Weitsprung | **M 40** |
| Schmitt Peter | Weitsprung (Halle) | **M 35** |
| Schmitt Peter | Dreisprung (Halle) | **M 35** |
| Hofmann Florian | 100m | **M 35** |
| Hofmann Florian | 200m | **M 35** |
| Hofmann Florian | Weitsprung | **M 35** |
| Hofmann Florian | Weitsprung | **Männer** |

| | | |
|---|---|---|
| Kupfer Franz | 60m (Halle) | **M 30** |
| Kupfer Franz | 100m | **M 30** |
| Kupfer Franz | 200m | **M 30** |
| Kupfer Franz | 4x100-m-Staffel | **Männer (1)** |
| Hentschel Felix | Crosslauf Mittelstrecke | **Männer** |
| Hentschel Felix | Crosslauf Mannschaft Mittelstrecke | **Männer (6)** |
| Hentschel Felix | Crosslauf Langstrecke | **Männer** |
| Hentschel Felix | Crosslauf Mannschaft Langstrecke | **Männer (8)** |
| Hentschel Felix | 5.000m Bahn | **Männer** |
| Hentschel Felix | 800m | **Männer** |
| Hentschel Felix | 3x1000-mStaffel | **Männer (3)** |
| Weißhaupt Michael | Crosslauf Mannschaft Mittelstrecke | **Männer (6)** |
| Karrer Kevin | 3x1000-m-Staffel | **Männer (3)** |
| Weber Adrian | 3x1000-m-Staffel | **Männer (3)** |
| Weber Adrian | Crosslauf Mannschaft Mittelstrecke | **Männer (6)** |
| Körner Philipp | 400m | **Männer** |
| Körner Philipp | 4x100-m-Staffel | **Männer (1)** |
| Fröhlich Paul | 4x100-m-Staffel | **Männer (1)** |
| Jaschik Fabian | Hochsprung | **Männer** |
| Jaschik Fabian | 4x100-m-Staffel | **Männer (1)** |
| Holzner Patrick | 4x400-m-Staffel | **U 20 (4)** |
| Holzner Patrick | 3x1000-m-Staffel | **U 18 (5)** |
| Bottler Pascal | 4x400-m-Staffel | **U 20 (4)** |
| Bottler Pascal | Crosslauf | **U 18** |
| Bottler Pascal | Crosslauf Mannschaft | **U 18 (7)** |
| Bottler Pascal | 3x1000-m-Staffel | **U 18 (5)** |
| Bottler Pascal | 3.000m | **U 18** |
| Vogel Julian | 4x400-m-Staffel | **U 20 (4)** |
| Vogel Julian | Crosslauf Mannschaft | **U 18 (7)** |
| Heimburg Johannes | Crosslauf Mannschaft | **U 18 (7)** |
| Vaskovics Tim | 4x400-m-Staffel | **U 20 (4)** |
| Vaskovics Tim | 3x1000-m-Staffel | **U 18 (5)** |
| Vollhüter Jan | DSMM | **U 16 (2)** |
| Vollhüter Jan | 300m Hürden | **U 16** |
| Schmitz Emanuel | DSMM | **U 16 (2)** |
| Seidler Jonas | DSMM | **U 16 (2)** |
| Seidler Jonas | Block Lauf | **M 15** |
| Baumgartl Christian | DSMM | **U 16 (2)** |
| Baumgartl Christian | Kugelstoßen (Halle) | **M 14** |
| Baumgartl Christian | 800m | **M 14** |
| Baumgartl Christian | Diskus | **M 14** |
| Lang Julius | Hochsprung | **M 14** |

| | | |
|---|---|---|
| Lax Malte | 800m | **M 12** |
| Wicht Marius | Weitsprung | **M 11** |
| Böttinger Felix | 50m | **M 8** |
| Böttinger Felix | 800m | **M 8** |
| Böttinger Felix | Weitsprung | **M 8** |

Oberfränkische Titel männlich: **44**

## Weiblich:

| | | |
|---|---|---|
| Löffler-Röder Birgit | 60m (Halle) | **W 45** |
| Löffler-Röder Birgit | Kugelstoßen (Halle) | **W 45** |
| Schramm Claudia | Kugelstoßen | **W 45** |
| Schramm Claudia | Speerwurf | **W 45** |
| Lutz Susanne | Crosslauf | **Frauen** |
| Lutz Susanne | 5.000m Bahn | **Frauen** |
| Lutz Susanne | 800m | **Frauen** |
| Lutz Susanne | 3x800-m-Staffel | **Frauen (11)** |
| Schütz Alexandra | 3x800-m-Staffel | **Frauen (11** |
| Weichert Sara | 3x800-m-Staffel | **Frauen (11)** |
| Weichert Sara | 4x400-m-Staffel | **Frauen (12)** |
| Krügel Nadine | Dreisprung (Halle) | **Frauen** |
| Krügel Nadine | 400m Hürden | **Frauen** |
| Krügel Nadine | 200m | **Frauen** |
| Krügel Nadine | 100m Hürden | **Frauen** |
| Krügel Nadine | 4x100-m-Staffel | **Frauen (4)** |
| Krügel Nadine | 4x400-m-Staffel | **Frauen (12)** |
| Saffer Eva | 4x100-m-Staffel | **Frauen (4)** |
| Saffer Eva | 4x400-m-Staffel | **Frauen (12)** |
| Weiß Helena | 4x400-m-Staffel | **Frauen (12)** |
| Hofmann Tanja | 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (7)** |
| Hofmann Tanja | 4x400-m-Staffel | **U 20 (13)** |
| Zweier Barbara | 400m | **Frauen** |
| Zweier Barbara | Weitsprung | **Frauen** |
| Zweier Barbara | 4x100-m-Staffel | **Frauen (4)** |
| Zweier Barbara | 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (7)** |
| Hanske Hanna | 4x100-m-Staffel | **Frauen (4)** |
| Voß-Stemping Judith | 10.000m Bahn | **Frauen** |
| Voß-Stemping Judith | 10km Straße | **Frauen** |
| Schmiedeberg Eva | 100m | **Frauen** |
| Schmiedeberg Eva | Hochsprung | **Frauen** |
| Schmiedeberg Eva | 60m (Halle) | **U 20** |
| Schmiedeberg Eva | Hochsprung (Halle) | **U 20** |
| Schmiedeberg Eva | 4x100-m-Staffel | **U 20 (3)** |

| | | |
|---|---|---|
| Zweier Verena | 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (7)** |
| Zweier Verena | 100m Hürden | **U 20** |
| Zweier Verena | 4x100-m-Staffel | **U 20 (3)** |
| Weichert Tonia | 800m | **U 20** |
| Mühlböck Theresa | 4x400-m-Staffel | **U 20 (13)** |
| Pistorius Regina | 4x100-m-Staffel | **U 20 (3)** |
| Schramm Simone | Weitsprung (Halle) | **U 20** |
| Schramm Simone | Dreisprung (Halle) | **U 20** |
| Schramm Simone | Kugelstoßen (Halle) | **U 20** |
| Schramm Simone | Speerwurf | **U 20** |
| Schramm Simone | Kugel | **U 20** |
| Schramm Simone | Dreisprung | **U 20** |
| Schramm Simone | 4x100-m-Staffel | **U 20 (3)** |
| Ruß Julia | 100m | **U 20** |
| Ruß Julia | Weitsprung | **U 20** |
| Ruß Julia | 60m (Halle) | **U 18** |
| Ruß Julia | Weitsprung (Halle) | **U 18** |
| Ruß Julia | Weitsprung | **U 18** |
| Zimmer Rebecca | Diskus | **U 20** |
| Zimmer Rebecca | Kugelstoßen (Halle) | **U 18** |
| Zimmer Rebecca | Kugelstoßen | **U 18** |
| Zimmer Rebecca | Diskuswerfen | **U 18** |
| Leicht Rebecca | Hochsprung | **U 18** |
| Leicht Rebecca | Dreisprung | **U 18** |
| Leicht Rebecca | 7-Kampf Mannschaft | **U 18 (8)** |
| Eberwein Bettina | 200m | **U 20** |
| Eberwein Bettina | 4x400-m-Staffel | **U 20 (13)** |
| Eberwein Bettina | 7-Kampf Mannschaft | **U 18 (8)** |
| Kammerer Lena | 100m Hürden | **U 18** |
| Kammerer Lena | 4x100-m-Staffel | **U 18 (5)** |
| Kammerer Lena | 7-Kampf Mannschaft | **U 18 (8)** |
| Lopatina Krystyna | 800m | **U 18** |
| Funcheon Kati | 100m | **U 18** |
| Funcheon Kati | 200m | **U 18** |
| Funcheon Kati | 4x100-m-Staffel | **U 18 (5)** |
| McNeil Devinae | 4x100-m-Staffel | **U 18 (5)** |
| McNeil Deshae´ | 4x100-m-Staffel | **U 18 (5)** |
| Geissler Lisa | 4x400-m-Staffel | **U 20 (13)** |
| Geissler Lisa | Block Mannschaft | **U 16 (1)** |
| Geissler Lisa | 4x100-m-Staffel | **U 16 (6)** |
| Geissler Lisa | DSMM | **U 16 (9)** |
| Geissler Lisa | Vierkampf | **U 16 (15)** |
| Geissler Lisa | 300m Hürden | **W 15** |
| Arnoldt Klara | Block Mannschaft | **U 16 (1)** |

| | | |
|---|---|---|
| Neundorfer Nina | Vierkampf Mannschaft | **U 16 (15)** |
| Jansen Flora | Block Mannschaft | **U 16 (1)** |
| Jansen Flora | 4x100-m-Staffel | **U 16 (6)** |
| Kropf Ann-Christin | DSMM | **U 16 (9)** |
| Kropf Ann-Christin | Vierkampf Mannschaft | **U 16 (15)** |
| Kropf Ann-Christin | Block Wurf | **W 15** |
| Genz Anna-Lena | DSMM | **U 16 (9)** |
| Loch Mona | Block Mannschaft | **U 16 (1)** |
| Loch Mona | 4x100-m-Staffel | **U 16 (6)** |
| Loch Mona | DSMM | **U 16 (9)** |
| Loch Mona | Vierkampf Mannschaft | **U 16 (15)** |
| Loch Mona | 60m (Halle) | **W 14** |
| Loch Mona | 60m Hürden (Halle) | **W 14** |
| Loch Mona | 100m | **W 14** |
| Loch Mona | 80m Hürden | **W 14** |
| Loch Mona | Weitsprung | **W 14** |
| Loch Mona | Block Sprint/Sprung | **W 14** |
| Sauer Dominique | Block Mannschaft | **U 16 (1)** |
| Sauer Dominique | 4x100-m-Staffel | **U 16 (6)** |
| Sauer Dominique | DSMM | **U 16 (9)** |
| Sauer Dominique | Vierkampf Mannschaft | **U 16 (15)** |
| Sauer Dominique | Hochsprung (Halle) | **W 14** |
| Sauer Dominique | Kugelstoßen (Halle) | **W 14** |
| Sauer Dominique | Hochsprung | **W 14** |
| Sauer Dominique | Vierkampf | **W 14** |
| Weber Lisa | Hochsprung (Halle) | **W 12** |
| Weber Lisa | Hochsprung | **W 12** |
| Weber Lisa | Speerwurf | **W 12** |
| Weber Lisa | Vierkampf | **W 12** |
| Gehring Marlene | 3-Kampf Mannschaft | **W 12 (2)** |
| Gehring Marlene | Crosslauf | **W 10** |
| Gehring Marlene | 4x50-m-Staffel | **W 10/11(16)** |
| Gehring Marlene | Crosslauf Mannschaft | **W 10/11(18)** |
| Krebs Naomi | 3-Kampf Mannschaft | **U 12 (2)** |
| Krebs Naomi | DSMM | **U 12 (10)** |
| Krebs Naomi | 50m | **W 10** |
| Krebs Naomi | Weitsprung | **W 10** |
| Krebs Naomi | Schlagball | **W 10** |
| Krebs Naomi | 3-Kampf | **W 10** |
| Krebs Naomi | Vierkampf | **W 10** |
| Krebs Naomi | 4x50-m-Staffel | **W 10/11(16)** |
| Andersch Sarah | 3x800-m-Staffel | **U 12 (14)** |
| Andersch Sarah | Crosslauf Mannschaft | **W 10/11(18)** |
| Güthlein Anna | 3-Kampf Mannschaft | **U 12 (2)** |
| Güthlein Anna | DSMM | **U 12 (10)** |
| Güthlein Anna | 3x800-m-Staffel | **U 12 (14)** |

| | | |
|---|---|---|
| Güthlein Anna | Vierkampf | **W 11** |
| Güthlein Anna | 4x50-m-Staffel | **W 10/11(16)** |
| Güthlein Anna | Crosslauf Mannschaft | **W 10/11(18)** |
| Heer Michelle | DSMM | **U 12 (10)** |
| Heer Michelle | 3x800-m-Staffel | **U 12 (14)** |
| Heer Michelle | 4x50-m-Staffel | **W 10/11(16)** |
| Reichel Julia | DSMM | **U 12 (10)** |
| Hölzlein Helena | 3-Kampf Mannschaft | **U 12 (2)** |
| Markert Weike | 3-Kampf Mannschaft | **U 12 (2)** |
| Schellenberger Lara | Crosslauf | **W 9** |
| Schellenberger Lara | Crosslauf Mannschaft | **W 9/8 (17)** |
| Reichel Johanna | Crosslauf Mannschaft | **W 9/8 (17)** |
| Gehring Theresa | Crosslauf Mannschaft | **W 9/8 (17)** |

Oberfränkische Titel weiblich: **85**

**Gesamtzahl der oberfränkischen Titel männlich und weiblich: 129**

# Nordbayerische Meisterschaften

## Männlich:

| | | |
|---|---|---|
| Hentschel Felix | 1. Platz 1500m (Halle) | **Männer** |
| Baumgartl Christian | 2. Platz Kugelstoßen (Halle) | **M 14** |
| Lang Julius | 3. Platz 60m (Halle) | **M 14** |

## Weiblich:

| | | |
|---|---|---|
| Lutz Susanne | 1. Platz 800m (Halle) | **Frauen** |
| Zweier Barbara | 1. Platz Hochsprung (Halle) | **Frauen** |
| Zweier Barbara | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (3)** |
| Zweier Verena | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (3)** |
| Hofmann Tanja | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (3)** |
| Müller Laura | 3. Platz 4x200m (Halle) | **U 20 (1)** |
| Schütz Alexandra | 3. Platz 4x200m (Halle) | **U 20 (1)** |
| Weichert Tonia | 3. Platz 4x200m (Halle) | **U 20 (1)** |
| Hölzl Sonja | 3. Platz 4x200m (Halle) | **U 20 (1)** |

| | | |
|---|---|---|
| Winkler Leoni | 3. Platz Dreisprung (Halle) | **U 18** |
| Friedel Melanie | 3. Platz Kugelstoßen (Halle) | **U 18** |
| Friedel Melanie | 2. Platz 4x200m (Halle) | **U 18 (2)** |
| Eberwein Bettina | 2. Platz 4x200m (Halle) | **U 18 (2)** |
| Eberwein Bettina | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **U 18 (4)** |
| Kammerer Lena | 2. Platz 4x200m (Halle) | **U 18 (2)** |
| Kammerer Lena | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **U 18 (4)** |
| Leicht Rebecca | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **U 18 (4)** |
| Mühlböck Theresa | 2. Platz 4x200m (Halle) | **U 18 (2)** |
| Holzner Christina | 3. Platz Kugelstoßen (Halle) | **W 15** |
| Loch Mona | 2. Platz 60m Hürden (Halle) | **W 14** |
| Jansen Flora | 2. Platz Weitsprung (Halle) | **W 14** |

**2x Platz 1; 5x Platz 2; 4x Platz 3**

# Bayerische Meisterschaften

## Männlich:

| | | |
|---|---|---|
| Kupfer Franz | 1. Platz 100m | **M 30** |
| Kupfer Franz | 1. Platz 400m | **M 30** |
| Wernsdörfer Mario | 2. Platz Langstrecke Crosslauf Mannschaft | **Männer (1)** |
| Hentschel Felix | 1. Platz 3.000m Hindernis | **Männer** |
| Hentschel Felix | 2. Platz Langstrecke Crosslauf Mannschaft | **Männer (1)** |
| Karrer Kevin | 2. Platz Langstrecke Crosslauf Mannschaft | **Männer (1)** |
| Karrer Kevin | 2. Platz Berglaufmeisterschaften | **U 23** |
| Bottler Pascal | 3. Platz Berglauf | **U 18** |
| Baumgartl Christian | 2. Platz Diskuswurf | **M 14** |

**Männlich: 3x Platz 1 - 3x Platz 2 - 1x Platz 3**

## Weiblich:

| | | |
|---|---|---|
| Lutz Susanne | 2. Platz 3.000m Hindernis | **Frauen** |
| Lutz Susanne | 3. Platz Crosslauf Mittelstrecke | **Frauen** |
| Lutz Susanne | 2. Platz 5.000m | **Frauen** |

| | | |
|---|---|---|
| Mayr Lina | 2. Platz Mehrkampf Mannschaft (Halle) | **Frauen (1)** |
| Mayr Lina | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (3)** |
| Zweier Barbara | 2. Platz Mehrkampf Mannschaft (Halle) | **Frauen (1)** |
| Zweier Barbara | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (3)** |
| Zweier Verena | 2. Platz Mehrkampf Mannschaft (Halle) | **Frauen (1)** |
| Zweier Verena | 2. Platz 7-Kampf Mannschaft | **Frauen (3)** |
| Weichert Tonia | 2. Platz 4x400-m-Staffel | **U 23 (2)** |
| Weichert Sara | 2. Platz 4x400-m-Staffel | **U 23 (2)** |
| Michler Madleine | 2. Platz 4x400-m-Staffel | **U 23 (2)** |
| Hölzl Sonja | 2. Platz 4x400-m-Staffel | **U 23 (2)** |
| Schramm Simone | 2. Platz Speer (Winterwurfmeisterschaften) | **U 20** |
| Schramm Simone | 3. Platz Kugelstoßen (Halle) | **U 20** |
| Schramm Simone | 2. Platz Speerwerfen | **U 20** |
| Schramm Simone | 3. Platz Kugelstoßen | **U 20** |
| Zimmer Rebecca | 1. Platz Diskus (Winterwurfmeisterschaften) | **U 18** |
| Zimmer Rebecca | 1. Platz Diskus | **U 18** |
| Zimmer Rebecca | 1. Platz Hammerwerfen | **U 18** |
| Holzner Christine | 3. Platz Kugelstoßen (Halle) | **U 16** |
| Holzner Christina | 2. Platz Kugelstoßen | **W 15** |
| Sauer Dominique | 2. Platz Hochsprung | **W 14** |

**Weiblich:** **3x Platz 1 - 9x Platz 2 - 4x Platz 3.**

**Gesamtergebnis männlich und weiblich: 6x Platz 1 - 12x Platz 2 - 5x Platz 3**

# Süddeutsche Meisterschaften

## Weiblich

| | | |
|---|---|---|
| Zimmer Rebecca | 4. Platz Hammerwurf | **U 18** |
| Zimmer Rebecca | 5. Platz Diskuswurf | **U 18** |

# Deutsche Meisterschaften

## Männlich:

| | | |
|---|---|---|
| Schuler Johann | 3. Platz 800m | **M 55** |
| Hentschel Felix | 5. Platz 3.000m Hindernis | **Männer** |

**RS**

# Platzierungen in der deutschen Bestenliste

**Weiblich U16**
**Kugelstoß** - 3 kg
Platz 15 12,84 m **Holzner, Christina** 98 21.09. Bad Homburg

**Weibliche Jugend U18**
**1500 m Hindernis**
Platz 40 6:24,42 min **Michler, Madleine** 96 28.04. Gilching
**Diskuswurf** - 1 kg –
Platz 6 42,58 m **Zimmer, Rebecca** 97 15.06. Bamberg
**Hammerwurf** - 3 kg -
Platz 27 47,89 m **Zimmer, Rebecca** 97 14.09. Schönwald
**Siebenkampf Mannschaft**
Platz 41 8558 Punkte 08./09.06. Oberasbach
(**Rebecca Leicht** 3386, **Bettina Eberwein** 2888, **Lena Kammerer** 2284)

**weibliche Jugend U20**
**4 x 400 m**
Platz 49 4:59,69 min 30.07. Hirschaid
(**Tanja Hofmann** 94, **Bettina Eberwein** 97, **Theresa Mühlböck** 97, **Lisa Geissler** 98)
**Diskuswurf** - 1 kg –
Platz 16 42,58 m **Zimmer, Rebecca** 97 15.06. Bamberg
**Hammerwurf** - 4 kg –
Platz 27 40,08 m **Zimmer, Rebecca** 97 21.09. Erfurt
**Speerwurf** - 600 g -
Platz 29 41,09 m **Schramm, Simone** 95 13.07. Plattling

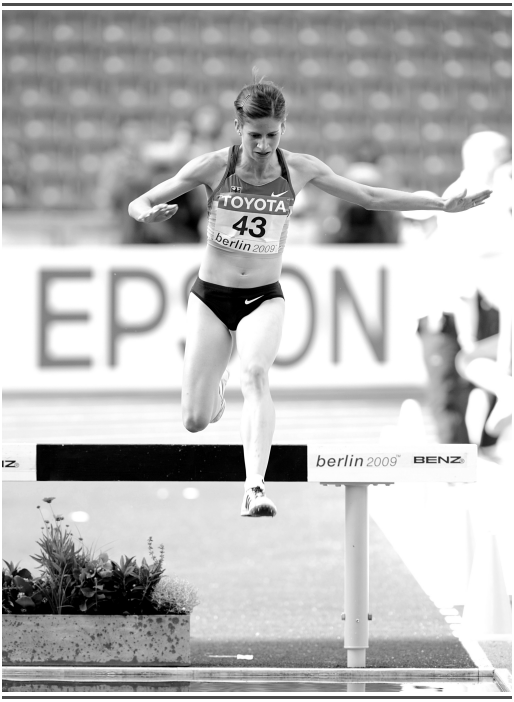
**Juniorinnen**
**Diskuswurf** - 1 kg –
Platz 28 42,58 m **Zimmer, Rebecca** 97 15.06. Bamberg

**Frauen**
**1500 m**
Platz 50 4:33,81 min **Lutz, Susi** 87 25.05. Darmstadt
**5000 m**
Platz 25 17:03,00 min **Lutz, Susi** 87 19.04. Baunach
**10 km Straßenlauf**
Platz 47 36:24 min **Lutz, Susi** 87 17.03. Bamberg
**3000 m Hindernis**
Platz 9 10:37,13 min **Lutz, Susi** 87 08.06. Regensburg
**Siebenkampf Mannschaft**
Platz 21 10266 03./04.08. Friedberg
(**Barbara Zweier** 3754, **Verena Zweier** 3572, **Lina Mayr** 2940)

**Männer**
**5000 m**
Platz 26 14:21,68 min **Hentschel, Felix** 88 15.05. Koblenz
**3000 m Hindernis**
Platz 12 8:59,90 min **Hentschel, Felix** 88 06.07. Ulm

Stand: 6.12.2013 - CS

# Susanne Lutz
Ass der LG 2013




Die Saison 2013 war für Susanne Lutz eine Zwischenstation. Während ihres zweiten Jahres in Bamberg konnte die 26-Jährige vor allem auf der Straße Erfolge feiern, lief auf der schwierigen Weltkulturerbelauf-Strecke auf Anhieb Streckenrekord und qualifizierte sich wenige Wochen später über die 3000m Hindernis für die Deutschen Meisterschaften.

## Vergangene Erfolge

Mit Recht kann Susanne sagen sie sei routiniert, was die Besuche auf Deutschen Meisterschaften angeht. Schon in der Jugend feierte sie, damals noch für Regensburg startend, etliche Erfolge. Mit ihren Leistungen konnte sie

zweimal eine Bronzemedaille bei Europameisterschaften erlaufen.
2010 gelang dem Ass der LG Bamberg dann auch bei den Erwachsenen der große Erfolg. Im Braunschweiger Stadion wurde sie über 3000m Hindernis Deutsche Meisterin.

Im Moment schreibt Susanne an ihrer Masterarbeit an der Universität Bamberg, deswegen sitzt sie oft am Schreibtisch oder in der Bibliothek vor einem großen Stapel Bücher. „Nach über zehn Jahren Leistungssport freue ich mich schon auch auf den Einstieg ins Berufsleben nach meinem Studium“, so die Oberfränkische Rekordhalterin über 3000m Hindernis, 5000m und 10km.

## Zukünftige Ziele

Dem Laufsport will sie aber noch lange nicht den Rücken kehren. Zusammen mit ihrem neuen Trainer Felix Hentschel will Susanne den Schritt auf die Straße wagen und sich in den nächsten Jahren als Marathonläuferin versuchen. „Mir macht es immer noch Spaß an Wettkämpfen auf der Bahn teilzunehmen, aber ich brauche eine neue Herausforderung. Wenn ich mir Ziele setzte, will ich ein Kribbeln im Bauch haben, wenn ich an sie denke“, erklärt sie ihre Neuorientierung.

## Vorbildliche Athletin

In Regensburg war Susanne ein Vorbild für viele Läuferinnen und Läufer. In Bamberg war sie erstmal neu in der Stadt, im Verein und in der Laufszene. Das änderte sich in den letzten Monaten aber von Lauferfolg zu Lauferfolg. „Als Assistenztrainerin von David (Hentschel) möchte ich jetzt auch positive Energie an die Nachwuchsathleten abgeben und versuche so auch im Verein zu helfen.“
Von Susannes Erfahrungen auf Deutschen und Internationalen Meisterschaften können sicherlich Viele

profitieren. Zusätzlich sammelt sie aber weiterhin viele 100 Kilometer, damit auch der Marathon eine möglichst positive Erfahrung werden kann.

**Susannes Laufbahn in Zahlen:**

- 2003 Deutsche Meisterin U18 3000m
- 2004 Deutsche Meisterin U18 3000m, 1500m Hi; Deutsche U23 3000m Hi
- 2005 Deutsche Meisterin U20 5000m; *3. Platz U20 Europameisterschaften*
- 2006 2. Platz Deutsche U20 2000m Hi; Crosslauf
- 2007 3. Platz Deutsche U23 3000m Hi; Crosslauf
- 2008 2. Platz Deutsche U23 3000m Hindernis
- 2009 *3. Platz U23 Europameisterschaften 3000m Hi*
- 2010 *Deutsche Meisterin 3000m Hi*; Deutsche Meisterin U23 3000m Hindernis; 10 000m
- 2011 4. Platz Deutsche Hallenmeisterschaften 3000m
- 2012 5. Platz Deutsche Meisterschaften 3000m Hi
- 2013 1. Platz Weltkulturerbelauf 10,9km

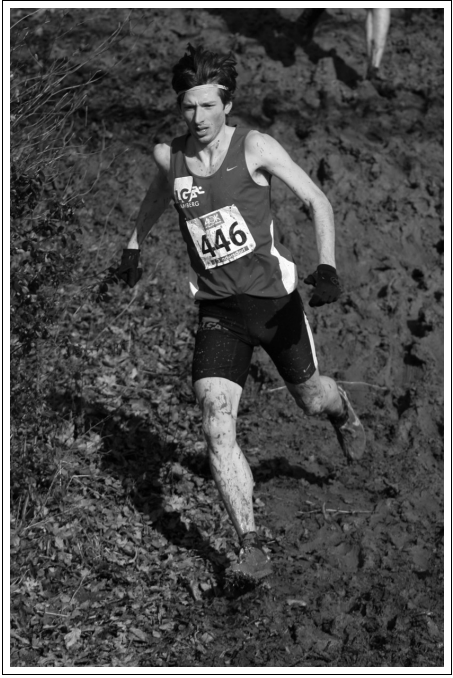
Susanne Lutz bei Bergläufen im Trainingslager

## Trainingsgruppe Langstrecke Felix Hentschel

Zu den Höhepunkten für Bambergs Läufer zählt sicherlich der Weltkulturerbelauf. Auch unsere Trainingsgruppe fieberte diesem Event lange entgegen. In diesem Jahr starteten sowohl *Felix Hentschel* als auch *Susanne Lutz* über die 10,9km-Distanz des Brose-Laufs. Felix Hentschel traf in seinem Rennen mit dem Bedforder Läuferkollegen *Will Mackay* auf starke Konkurrenz. Schon am ersten Berg konnte sich Felix etwas von seinem Gegner absetzen und baute seinen Vorsprung bis ins Ziel noch auf 54 Sekunden aus. Dieser klare Sieg wurde nur noch getoppt durch das Frauen-Rennen. LG-Athletin Susanne Lutz gewann mit neuem Streckenrekord über die 10,9km-Strecke und war im Ziel total begeistert: „Mir ist als Neu-Bambergerin schon so viel von diesem Lauf erzählt worden und es war wirklich nicht übertrieben. Die Stimmung an der Strecke war beeindruckend, ich hatte 10km lang Gänsehaut!“

## Bayerische Cross-Meisterschaften

Aber nicht nur auf der Straße, sondern auch im Crosslauf, machte die Trainingsgruppe eine gute Figur. Felix Hentschel, selbst nicht nur Athlet sondern auch der Trainer der Gruppe, erreichte in der Männer-Mannschaft zusammen mit *Mario Wernsdörfer* und *Kevin Karrer* (Trainingsgruppe Thomas Koch) bei den Bayerischen Cross-Meisterschaften den 2. Platz. Susanne Lutz gewann auf der anspruchsvollen Strecke in Markt Indersdorf die Bronzemedaille in der Einzelwertung.




## 5. Platz bei den Deutschen

Im Sommer konnte Felix Hentschel bei den Deutschen Meisterschaften mit einem 5. Platz seine selbst gesteckten Ziele nicht ganz erreichen. Allerdings konnte er in der Vorbereitung mit einer enormen Trainingssteigerung, mit Umfängen von 140km über 10 Wochen, sein Training auf ein völlig neues Level zu stellen.

Dass dieser Trainingsfortschritt im Wettkampf noch nicht direkt umgesetzt werden konnte, war aber erwartet gewesen.

*Alois Fuchs* fand in seinem ersten Jahr bei der LG Bamberg schon gut in neue, ungewohnte Trainingseinheiten und kann mit seiner diesjährigen 5000m Leistung zufrieden sein. Langstreckler *Markus Blenk* legte wegen seines Hausbaus ein Pausenjahr ein.

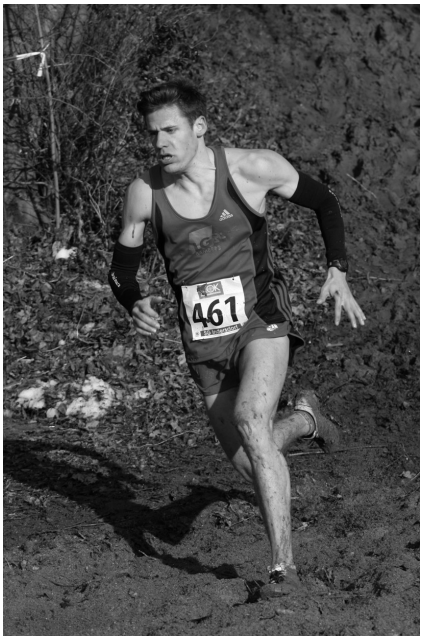
Mittelstreckler *Marvin Dierker*, der sich für einige seiner Einheiten der Trainingsgruppe anschließt, aber von seinem Heimtrainer Anton Siemer von Osnabrück aus trainiert wird, glänzte in der Saison 2013 mit einer Bestzeit von 3:58,74min über die 1500m. Nächstes Jahr möchte er sich für die Deutschen Juniorenmeisterschaften qualifizieren.

## Punkte für Bedford

Die Bahnsaison schlossen Susanne und Felix mit einem Wettkampf in der englischen Partnerstadt Bedford ab. Im

Bedforder Trikot konnten beide mit einem Sieg auf den Hindernisstrecken wichtige Punkte für die Mannschaft sammeln.

*Mario Wernsdörfer* hat in diesem Jahr die Umstellung auf die Marathondistanz gewagt. Dauerläufe von 35km waren keine Seltenheit und auch bei Bahneinheiten zeigte er sein Talent für die langen Strecken. Eine Trainingseinheit mit 6x3km lief er in 3:20-Tempo mit 1km-Pausen in 3:50 Min-Schnitt. Geplant ist für ihn jetzt ein Frühjahrsmarathon. Sein erster Marathon-Start sollte eigentlich im Herbst sein, wegen einer kleinen Verletzung konnte Mario nicht die gewünschte Vorbereitung realisieren und deswegen entschieden sich Athlet und Trainer für einen Aufschub des Debüts über die 42,195 Kilometer lange Strecke.




Verstärkung erfuhr die Gruppe noch im Herbst durch Neuzugang *Torben Heck*, der zum Studium nach Bamberg gekommen ist. Wir freuen uns über einen weiteren Langstreckler in unserem Team!

**Mit Teamgeist zu den Deutschen**

Der Trainingsgruppe und sich hat Felix Hentschel ein gemeinsames Ziel gesetzt: Anfang April wollen sie die LG Bamberg mit mindestens einer Mannschaft bei den Deutschen Halbmarathonmeisterschaften in Freiburg vertreten. „Die Energie die bei solchen Mannschafts-

aktionen für jeden der Athleten geweckt wird, steckt auch mich an und hilft auch mir als Laufprofi im täglichen Training," erklärt Felix Hentschel. Er wird in der kommenden Saison 2014, trotz des Ausflugs zum Straßenlauf, im Sommer seinen Fokus auf die 3000m Hindernis legen.

Wer sich über unsere Trainingsgruppe und Felix' Training informieren will, sollte auf *www.felixhentschel.de* vorbei schauen.

Text: Susanne Lutz Fotos: Ludwig Lutz

## Wie und warum ich Leichtathlet wurde (eine Glosse)

Der wahre Mensch - ist es der betuchte ohne Bekleidung? Der echte Mensch - genügt es, die Maske der Zivilisation abzulegen, um auf einer anderen Bühne aufzutreten? Als Kind flößte mir die Vorstellung vom Erzengel Furcht ein: Igitt, geflügeltes Metall! Die Flugzeugschwärme des Zweiten Weltkriegs hatten genug Panik erzeugt, ich war geheilt. Später misstraute ich ebenso metallglänzenden Ritterrüstungen: Gab's dahinter noch Haut und Hirn?

Könnten mir die idealen, klassisch geglätteten Marmorkörper weiter helfen, die aus den Studios eines Phidias, eines Myron, eines Michelangelo? Zu welchen Erkenntnissen führten die nachdenklich zerrissenen Bronzekörper eines Rodin, die geballt schrundigen eines Hrdlicka, die gestreckten bis spinnenbeinigen eines Lehmbruck, eines Giacometti? Könnten zuletzt Transparenz schaffen die dehydrierten und zu Scheiben im Längs- und Querformat geschnittenen menschlichen Körper eines Gunther von Hagen? Ja, Anatomie, Anatomie - wo aber steckte der innere Code, auf den ich hoffte? Freilich, ich sah Tennisspieler, die im Wutausbruch teure Schläger am Boden zerdepperten. Klar, ich sah Fußballspieler zur Blutgrätsche ansetzen, als wollten sie Gebeine liefern statt Tore machen. Und ich sah Kids in Hemden- und Hosen-Übergrößen, ganz große Nummern oben drauf und viel Platz fürs Kilo Lebensangst, falls es in die Hose und nicht in den Korb gehen sollte.

Ja,ich wollte bei denen da unten auf der Aschenbahn sein, wo kein Blut, nur Schweiß fließt, wo kein Stab von Hintermännern agiert (Manager, Physiotherapeut, Psychologe, Pharmazeut, Systemanalytiker, Anlageberater, Pressereferent etc.). Ich wollte 'myself' werden, ich wollte 'my own' sein, ich wollte Strategien entwickeln neben dem Alltag für mehr Alltagstauglichkeit: Autonomie sagt man dazu, na ja, jedenfalls wollte

ich meine Selfmade-Optimierung weder von biomechanischen Messungen noch von molekularbiologischen Analysen abhängig machen. Das Motto 'schneller, weiter, höher' leuchtete mir auf ganz naive Weise ein. Als Leichtathlet bekam ich meine Bahn, meinen Sprung, meinen Wurf zugeteilt - also Grenzen, Fristen, Reserven, eine einzigartige Konfrontation mit meinem Ego: 'ego ergo sum'. Konzentration auf mich, Korrespondenz mit dem Körper und allen guten Geistern, Bildung meines Charakters: 'in corpore sano'.

Erste Sahne, sagte ich mir damals und sage ich noch sechzig Jahre danach. Sport, der nicht Mord, sondern ein Kunstwerk schafft. Junge, du kannst dir dabei sogar ein Mädchen abschneiden, eins aus demselben Stoff. Und ich bekam es mit mir zu tun, wähnte mich den Wolken näher, wenn ich in 11,5 Sekunden über die Aschenbahn lief, wenn ich mit sechs Metern im Weitsprung die Erdanziehung ein wenig außer Kraft setzte, stets aber auf den eigenen Beinen landete. Mein Korrektiv fürs Ego war der bessere Andere. Und mein Netzwerk bestand aus Trainingsplan und einem Staffelholz, das mich mit Hinter- und Vordermann verband. Und wenn sich mancher Zeitungsbericht über die eigene sportliche Leistung über drei Zeilen hinzog, einschließlich gefälligem Adjektiv, mochte ich das auch als Glosse lesen. Leichtathleten sind schließlich lauter Ich-AG's, die sich durch Reflexion optimieren, ohne auf einen Schiedsrichter zu schimpfen oder sich hinter einem Team verstecken zu können.

Ich meine sogar, Leichtathleten sind, wenn sie in die Zivilisation zurückkehren, zu Philosophen geworden. Wenn sie um eine eigene Zeit im Stadionrund laufen, laufen sie da nicht partout gegen den Uhrzeigersinn? Welch ein Widersinn: Beschleunigungsrekorde, im Hundertstel-Sekundenbereich gestoppt als Gegenschleunigung, wie Geisterfahrer. Der Philosoph sagt dazu: Sich die Zeit nehmen, um sich der Zeit zu stellen, ist Reflektieren auf höchstem Niveau.

Siegfried C. Matschke

Energie- Rückführung

Alle reden vom EEG, dem Energie-Einspeisungs-Gesetz, auf Deutsch etwa 'Input auf Rechnung von Output'. Ich hingegen möchte reden vom ERG, dem Energie-Rückführungs-Gesetz. Ich werde Ross und Reiter nennen:

1. Dr. Birgit Löffler: Nach Operation am Fuß möchte sie die verlorene Saison 2013 vergessen machen. Man sollte nicht frohlocken, da habe sich eine von BLV- und DLV-Ebene zurückgezogen, sagt Siegfried C., der sich sicher ist: Birgit bringt's auf den Punkt, ob mit Standbein oder mit Spielbein.

2. Eva Saffer: Nach einer Wettkampf-Pause ist die Gymnasial-Referendarin und ehemalige bayerische Dreisprungmeisterin auf neuen Wegen zurück zu sich: 'Ich probier's mal auf den längeren Strecken, 4oo m und so.' Siegfried C. sieht's mit Spannung: Da ist eine neue Leichtigkeit zugange.

3. Hanna Hanske: Nach jahrelanger sportlicher Abstinenz wegen Studium und Berufseinstieg ist die 24jährige und ehemalige bayerische Vizemeisterin (Weitsprung, 1oo m, 2oo m) bereit, einen Einstieg zu wagen. Ihr ansatzloser 5,43 m-Weitsprung am Saisonende war inspirierend, sagt Siegfried C.

4. Dr. Peter Martini: Nach Familiengründung und Geburt von Sohn Daniel sollte auch ein neuerlicher Dreisprung gefällig sein. Peter hat noch immer den Bogen raus, sagt Siegfried C., und ganz gewiss einige Pfeile im Köcher.

5. Peter Schmitt: Nach dem Hausbau sollten ihm weitere Volltreffer gelingen. Eine weiche Landung bei Weit- und Dreisprung in die Grube ist garantiert, meint Siegfried C.

P.S. Siegfried C. weiß, wer andern eine Grube, der kann auch rote Teppiche.

# Titelreigen im Nachwuchsbereich

Die talentierten LG-Athletinnen in der Altersklasse U16 bewiesen ihre Stärke im Jahr 2013 vor allem wieder in den Teamwettbewerben.
So ging der Oberfränkische Mannschafts-titel im Blockwettkampf, im Vierkampf und im DSMM-Finale an die Schüler-innen der LG. Auch den Sieg in der 4x100m Staffel konnten die vielseitigen Athletinnen für sich verbuchen.
Sehr erfreuliche Einzelleistungen machten in diesem Jahr für einige Talente auch den Start bei den Bayerischen Einzelmeisterschaften möglich, bei denen Dominique Sauer schließlich die Silbermedaille im Hochsprung gewann.

**Dominique Sauer** wurde Bayerische Vizemeisterin im Hochsprung der W14 und steigerte ihre Bestleistung dabei auf 1,57m. Ihre Vielseitigkeit lässt zudem auf eine erfolgreiche Mehrkampfsaison im nächsten Jahr hoffen.

**Flora Jansen** steigerte sich im Hochsprung auf 1,43m und führt im 100m-Sprint (13,54s) und im Weitsprung (4,84m) die oberfränkische Bestenliste an.

**Mona Loch** hat ihre Vorliebe für den Hürdensprint auch heuer unter Beweis gestellt. Mit 13,02 Sek. über 80m Hürden rangiert sie auch in Bayern ganz weit vorne.
Bei den Oberfränkischen Meisterschaften sammelte sie im Jahr 2013 zehn Titel.

# Trainingsgruppe U18 bei D. Hentschel

Die letzte Saison begann, wie jede Saison angefangen hatte – mit Grundlagentraining. Das hieß für uns Athleten: Ausdauertraining, Krafttraining, die eine oder andere Koordinationseinheit. Zweimal wöchentlich trafen wir uns im Stadion und einmal in der E.T.A.-Turnhalle. Später kamen Trainingseinheiten in der Fürther Halle dazu, doch das war eher die Ausnahme als die Regel. Trotzdem genossen dies Trainer und Athleten gleichermaßen. Der Trainer wegen besonderen Einheiten, die er draußen nicht absolvieren konnte und die Sportler, weil sie mal nicht mit abgefrorenen Fingern und Zehen nach Hause kamen. Diese Zeit war geprägt von den ersten Hallenwettkämpfen des Jahres: Den oberfränkischen Meisterschaften in Ebermannstadt, den nordbayerischen und bayerischen Meisterschaften in Fürth, um die drei zu nennen, die mir persönlich am meisten in Erinnerung geblieben sind, wegen toller Atmosphäre und packenden Duellen. Im Frühling begann dann intensiveres Techniktraining.

Unser Trainingslager in Zinnowitz brachte uns zusätzlich in Form.

Diese Phase war für uns alle die anstrengendste, wegen der schnellen Umstellung auf die Stadionwettkämpfe.

Dann der Höhepunkt der Saison: Die bayerischen Meisterschaften.

Danach ließen wir die Saison mit Schwimmbadbesuch und Bowlen gemütlich auslaufen. Alles in allem war es wie jedes Jahr, nämlich eine gute Saison!

Jonas Seidler

*Bilder: Sophia Rothlauf beim Speerwerfen, Anna-Lena Genz, Anne Kropf und Jonas Seidler in Wettkampflaune, Christina Holzner und Julius Lang bei den bayerischen Meisterschaften*

## U18-Trainingslager in Zinnowitz

Schon etliche Kilometer vor dem kleinen verschneiten Ort Zinnowitz, in der Nähe Berlins, konnte man die motivierenden Gesänge von Davids Trainingsgruppe hören, die sich über die restliche Woche zogen. Die gute Stimmung nutzte David dazu, uns mit einem kleinen Dauerlauf einen noch harmlosen Vorgeschmack auf die Woche zu geben, um die Umgebung gründlich zu erkunden. Am nächsten Tag schmiss er uns schon viel zu früh aus den Federn, und wir mussten uns unser Frühstück hart erkämpfen, indem wir bei Minusgraden unsere Füße in eiskaltem Ostseewasser badeten. Nach der Sprinteinheit am Strand bekamen wir unsere erste richtige Pause und versammelten uns in dem kleinen Wohnzimmer zur Erholung.

Dann ging es los mit dem vollen Trainingsprogramm, Koordination mit Felix und Susi, bei dem die Ersten schon sehr früh ihre Beine zu spüren bekamen. Inklusive der Hölle am Donnerstagnachmittag, die mit einem ausgiebigen Stabilisationsprogramm verbunden war und einem Besuch im Schwimmbad.

Aber nicht nur unsere sportlichen Leistungen wollten gefördert werden. Eines Nachmittags versammelten wir uns für eine besondere Aufgabe: Wer baut den höchsten Turm von

Zinnowitz? Dafür wurden wir in Gruppen aufgeteilt und jede von diesen bekam eine begrenzte Anzahl von Papier und Klebstoff und wer nach Ablauf der Zeit den höchsten Turm gebaut hatte, gewann.

Außerdem machten wir uns einen Spaß daraus, in der Küche zu experimentieren, wenn wir uns nicht gerade beim Einkaufen verliefen oder von Davids und Jonas' Klugscheißen abgelenkt wurden ;) Oder wir entschlossen uns spontan mitten in der Nacht, einen Ausflug auf den nahegelegenen Steg zu unternehmen um uns den kalten Wind um die Ohren wehen zu lassen.

Der letzte Tag war mit einem Highlight verbunden, denn Jonas hatte sich vorgenommen, ganz und gar ins Meer zu springen, da ihm kalte Füße wohl nicht ausreichten. Unter Jubeln und Klatschen kam er tatsächlich frierend aus der Ostsee und wurde verdient zum „Held des Tages" gekürt.

Obwohl es sehr anstrengend war, verabschiedeten wir uns nur widerwillig von dem schönen Apartment, dem Stadion und dem Meer, putzten das Haus und machten uns auf den Weg nach Hause. Und wenn man Eins aus den paar Tagen lernen konnte: Beanspruche nie das Zimmer im 2. Stock für dich, wenn du keinen Trainer hast, der dich regelmäßig die Treppe hinauf trägt. Danke David ☺.

Sophia Rothlauf

Finn Comfort®
Made in Germany

FINNCOMFORT® – DER SCHUH ZUM WOHLFÜHLEN.

**Die neue Frühjahr/Sommer-Kollektion ist da!**
Erleben Sie die neuen Modelle unserer qualitativ hochwertigen Bequemschuhe.

Wir freuen uns auf Sie!

FINNCOMFORT · 97433 HASSFURT/MAIN · WWW.FINNCOMFORT.DE

# Rückblick der U14/U12 Athleten auf eine erfolgreiche Saison

Der Nachwuchs der LG Bamberg kann stolz auf den letzten Sommer zurück blicken. Unsere Trainingsgruppe hat sich mit Spaß und der nötigen Portion Ehrgeiz auf die Wettkampfsaison vorbereitet. Dabei war das Ostercamp in den Ferien ein kleines Highlight in der langen Vorbereitungsphase. Neben erfolgreichen Teilnahmen an Hallenwettkämpfen und Crossläufen am Anfang des Jahres, erzielten viele Athleten Bestleistungen während der Sommermonate.

Johannes Bayer erzielte den dritten Platz in der oberfränkischen Wertung unter den Crossläufern der M12 und ebenfalls den dritten Platz in der Jahresbestenliste 2013 über 2.000m. Bei den Kreismeisterschaften in Bamberg konnten, trotz heißen Wetters, weitere erfolgreiche Leistungen erzielt werden. In der Altersklasse M12 erzielte Lukas Popp den dritten Platz im Weitsprung. In der M11 überzeugten Christoph Heublein (3. Platz 39,50m) und Yasin Wenzel (4. Platz 37,50m) im Ballwurf. Lars Raffel (M10) verfehlte im Ballwurf mit 35m nur knapp die erste Platzierung.

Die Bestenwettkämpfe der U12 bildeten den Wettkampfeinstieg für viele Mädchen der Trainingsgruppe. Naomi Krebs (W10) erzielte hier vier erste Plätze. Neben dem Ballwurf konnte sie vor Allem in den Lauf- und Sprungdisziplinen die Konkurrenz weit hinter sich lassen (50m 7,60sek; 800m 3:01min; Weitsprung 4,15m). Trotz regnerischen und kalten Wetters haben sich Anna Güthlein (2. Platz), Michelle Heer (3. Platz) und Weike Markert (7. Platz) erfolgreich über die 800m geschlagen. Auch bei den Kreismeisterschaften in Bamberg fielen einige Bestleistungen. In der W10 sicherte sich Naomi Krebs den ersten Platz über 50m und im Weitsprung. Marlene Gehring erzielte in dieser Altersklasse den dritten Platz im Weitsprung. Anna Güthlein (W11) wurde auf heimischen Boden mit drei ersten Plätzen belohnt. Nachdem sie sich in dieser Saison schon über 40m im Ballwurf gesteigert hatte, erzielte sie auch im Weitsprung (4,11m) und über 50m (8,0sek) tolle Leistungen. Ihre Teamkollegin Sarah Andersch belegte den dritten Platz über 50m (8,42sek). Michelle Heer erzielte den zweiten Platz im Weitsprung und den dritten Platz im Ballwurf. Weike Markert steigerte sich auf 3,70 im Weitsprung und holte sich den vierten Platz im Ballwurf. In der W12 lässt Lisa Weber ihre Konkurrenz in allen Disziplinen weit hinter sich. So konnte sie sich in den oberfränkischen Bestenlisten dieses Jahres weit vorne einreihen (2. Platz Hochsprung 1,32m; 1. Platz Weitsprung 4,41m; 2. Platz Diskuswurf 17,47m; 1. Platz Speerwurf 26,24m; 2. Platz Ballwurf 39m; 2. Platz 4 Kampf).

Ein großes Dankeschön an alle Eltern, die uns auf Wettkämpfe begleiten und auch als Kampfrichter in Bamberg geholfen haben!

NK

# Trainingsgruppe Alex und Ello

Seit dieser Saison trainieren immer am Freitag ca. 20 Kinder zwischen 9 und 12 Jahren im Stadion. Zu Beginn der Saison war Michael Weißhaupt und Johannes Spielberger zusammen die Trainer, allerdings verhinderte das Studium von Johannes in München ein weiteres Engagement. Aber Danke für die Zeit. Danach hat Alex Schütz das Training mit übernommen. Im Training war oft ihr Motto:“ Wild, wilder, am wildesten“. Das Training hat noch viele spielerische Elemente, in denen die Kleinen schon ein Gefühl für die Wettkampfsituation bekommen sollen. Im Training ging es immer darum, möglichst weit über Bananenkisten zu fliegen, Staffeln zu gewinnen und im Ballwurf gegen den Trainer Bonbons zu gewinnen. Aber vor allem im Sommer wurden die ersten Erfahrungen auf Wettkämpfen gesammelt und die Kleinen konnten schon sehr gute Ergebnisse bei den Stadtmeisterschaften in Bamberg erzielen. Diesen Herbst waren vier der Mädels auch sehr erfolgreich bei dem Memmelsdorfer Schlosslauf und konnten dort schon Titel gewinnen.

Trainingsgruppe in der Halle des DG´s

Ello

# Was machen denn die vielen Kurzen im Stadion?

Sie laufen um die Wette, sie fangen sich gegenseitig, sie hüpfen hoch und springen weit, sie werfen auf Ziele.
In vielseitigen Spielformen werden die einzelnen Disziplinen angebahnt und ausprobiert.

**Ein paar Einblicke aus dem Trainingsjahr 2013:**

Nachdem die Kinder noch im Frühling in der Halle schwitzten, freuten sich alle endlich wieder im Stadion zu trainieren. Los ging es gleich mit der Vorbereitung auf einen Dreikampf in Memmelsdorf.

Nach dem Warmmachen zeigten wir wieder was wir drauf haben.
Unsere Stärke:
Wir haben Spaß...

... und

damit fliegen wir mancher Konkurrenz davon.

Ein kurzer Sprint – .
Was für eine Aufregung –
aber alle kamen gut aus den Startlöchern und zeigten, dass sie so richtig flitzen können.

Weiter trainierten wir dann im Sommer unter teilweise heißesten Bedingungen alternative Wettkampfformen und nahmen an einem weiteren Wettkampf im eigenen Stadion teil.

Im Herbst trafen wir uns dann bei jeder Wetterlage und manch seltsamen Übungen wieder .

Die Stadionfüchsla

# MTV Kinder

Wir sagen "Hallo"...

"Wir", das ist bislang eine kleine Trainingsgruppe, die überwiegend aus Kindern des Jahrgangs 2003 besteht. Vorgenommen haben wir uns, das ganze Jahr über draußen im Stadion zu trainieren und dabei viel Freude an der Leichtathletik zu haben. Wer noch dazu stoßen möchte - wir nehmen noch Kinder auf! Unsere Trainingszeit: Freitags von 17-18.00 Uhr.
Das Trainerteam besteht aus Uwe Dütsch, Wiebke Markert und Ute Weininger.

UW

---

# *39. Osterlauf*

*des Post SV Bamberg*
*für Läufer, Jogger, Walker*

*Ostersamstag, den 19. April 2014*
*Start: 14:00 Uhr*

*Anmeldung: Platz des Post SV Bamberg-Bug*
*Ab 13:00 Uhr*

*Organisation: Hans Wagner Tel.0951-47511*

## ***FSJ – was ist das denn genau?***

## ***Und was hat es im LG Kurier zu suchen??***

FSJ steht für Jugendfreiwilligendienst Freiwilliges Soziales Jahr und wird ganztägig in „gemeinwohlorientierten" Einrichtungen geleistet. Dieses Jahr kann auch als Bildungs- und Orientierungsjahr im Bereich Sport durchgeführt werden. Dabei müssen u. U. mehrere Organisationen zusammenarbeiten. Denn ein Sportverein hat kaum die Möglichkeit, einen FSJler sinnvoll die ganze Woche einzusetzen Schließlich unterschreiben die FSJler einen Arbeitsvertrag über 38,5 h pro Woche. Davon müssen sie mindestens 20 h mit Kindern oder Jugendlichen „arbeiten".

**Und wo ist jetzt der Zusammenhang mit der Leichtathletik?** Nun, der TSV Hirschaid beschäftigt seit September einen FSJler, Erik Eberl, der seine praktischen Stunden teilweise in der Leichtathletikabteilung einbringt. Der Verein ist dabei einer der notwenigen Kooperationspartner, die für so einen (komplizierten) Vertrag notwendig sind. Einen Großteil der Stunden verbringt Erik in der Verwaltung der Schule Hallerndorf und zusätzlich dort in der Mittags- und Nachmittagsbetreuung durch die AWO. Auch hier darf er täglich bis zu 40 Kinder in der Turnhalle beschäftigen.

Für die Leichtathletik-Abteilung löste der Einsatz von Erik ein Riesenproblem. Mit Hans Panzer beendete das „Urgestein" der Hirschaider Leichtathleten seine Trainerlaufbahn nach ca. 37 Jahren und die „Kleinen" wären unversorgt geblieben. Erik sprang in diese Lücke und ist jetzt zuständig für die Kleinen ab ca. 7 Jahren. Und wer ihn einmal in der Halle mit den Kindern beobachtet hat, braucht nicht lange, um zu merken: er macht es richtig gut!

# Schulbuch des Jahres 2013

**Die Jury sagt:**
**„‚Kompakt' bedeutet im besten Sinne eine klare Fokussierung in gebührender Qualität und Tiefe."**

**C.C.Buchner GmbH & Co. KG**
Laubanger 8 | 96052 Bamberg
Tel.: +49 951 160980 | Fax: +49 951 16098-270
service@ccbuchner.de | www.ccbuchner.de

# Bamberger Seniorensprinter – quo vadis?

- eigentlich quo vadis II., denn diese Frage musste der Verfasser vor gar nicht allzu langer Zeit schon einmal stellen…

- die Antwort auf jene oft gestellte Frage erfolgt dieses Mal zumindest partiell in eher kryptischer Form unter Zuhilfenahme des geneigten und sachverständigen LG-Kurier-Lesers (von (Sach)Verstand zeugt ja schon die Auswahl der Lektüre…)

## LG (Senioren)Rätsel 2013/2014

***„Ist das Glas [nun] halb voll oder halb leer?“***

1.) Ergänzen Sie die abgedruckte Tabelle unter Berücksichtigung der psychologisch-philosophischen Auseinandersetzung differenter Weltanschauungen und Lebenshaltungen, welche die obig angeführte Redewendung in sich birgt!
2.) Erläutern Sie Ihren Vorschlag kurz und gehen Sie dabei besonders auf den Zusammenhang zwischen der Redewendung und dem Leistungsbild der LG-Seniorensprinterriege ein!

| Wer? | Aussage |
|---|---|
| Der Optimist | Das Glas ist halb voll. |
| Der Pessimist | Das Glas ist halb leer. |
| Der Ingenieur | Das Glas ist doppelt so groß wie nötig. |
| Der Jugendliche | Das Glas ist voll leer. |
| Der Realist | Das Glas ist! |
| Der Skeptiker | Das Glas ist? |
| Der Egoist | Das Glas ist meins! |
| Der Kommunist | Das Glas ist Volkseigentum. |
| Der Populist | Das Glas? Es sind genügend Gläser für alle da! |
| Der Praktiker | Das Glas trink ich komplett leer. |
| Der Säufer | Das Glas ist zu wenig, ich will die Flasche. |
| Der Physiker | Das Glas ist halb voll Flüssigkeit und halb voll Luft. |
| Der Chinese | Das Glas ist glün! |
| Der LG-Seniorensprinter | ??? |

Quelle: Andreas Wächter (o. J.): Spaß-Gläsernes. Online unter: http://andreas-waechter.de/Spass/Glaesernes.html (letzter Abruf: 24.11.2013).

Antworten bitte an Florian Hofmann.

1. Preis: 1x Bergtraining mit Falk Krause.
2. Preis: 1x Bahntraining mit Carlo Schramm und Florian Hofmann.
3.-10. Preis: Ein geistreicher Spruch beim Training, der dich motiviert und inspiriert.

LG Seniorensprinter II

## „Niemals geht man so ganz…“ bzw. „Wenn nicht jetzt, wann dann?“

Da beim zugehörigen LG-Seniorensprinterrätsel bereits eine Redewendungen im Zentrum des (sprintenden) Plots stand, soll – um den (LGB-roten) Faden zu wahren – auch bei der Kurzdarstellung der abgelaufenen Saison auf allseits bekannte Zeilen zurückgegriffen werden - dieses Mal sogar mit akustischer Verknüpfung.
Da Musik – frei nach Falk Kraus – verbindet, Grenzen verschiebt und Emotionen weckt, möge der geneigte Leser zum imaginären Hörer werden und beim Lesen der Zeilen entsprechende Melodie(n) im Ohr haben…

### LG-Sprint-Triptychon „Niemals geht man so ganz“

- … „niemals geht man so ganz“ ist wohl das Motto, welches das (Sprint)Dasein der drei im Triptychon abgedruckten LG-Oldies am geeignetsten in Worte fasst. Obwohl alle drei entweder offiziell oder schleichend und im Stillen ihren Rücktritt erklärten und die „Spikes an den [berühmten – partiell auch berüchtigten] Nagel hingen“ (die nächste Redewendung…), sind alle dieses Jahr bei diversen Sportfesten gesichtet worden, manche findet man gar in Ergebnislisten…

**Stephan Kunzelmann** (M40) hat dieses Jahr zwei Mal seine Wettkampfspikes geschnürt und jedes Mal trotz fehlenden Trainings achtbare Ergebnisse erzielt. Bei den Oberfränkischen Meisterschaften in Bamberg konnte er in seiner Altersklasse über 100m, 200m und im Weitsprung den Titel gewinnen. Beim folgenden Abendsportfest in Hirschaid trat er nochmals über 100m und 200m an und gewann abermals seine Altersklasse. Über 200m konnte er seine Saisonbestzeit hier noch einmal deutlich steigern.

Auch **Florian Hofmann** (M35) nahm wegen der Bezirkstitelkämpfe im heimischen Stadion eine kurze Auszeit vom Rücktritt. Wie Stephan gelang es ihm ebenfalls trotz weniger Trainingsstunden das Stadionoval als Oberfränkischer Meister zu verlassen: 100m (M35); 200m (M35) Weitsprung (M35 und Aktive) –immerhin die Bezirkstitel Nr. 39 - 42.

**Falk Krause** (M 55) tauchte mehrmals bei Wettkämpfen auf oder erwog im Vorfeld dieser einen Rücktritt vom Rücktritt. Leider ist es aus Termin- oder Verletzungsgründen bisher nicht zum erhofften Comeback gekommen, was aufgrund seiner regen Trainingstätigkeit aber nur eine Frage der Zeit sein dürfte.

## Ehrenportrait „Franz Kupfer“

Ehre, wem Ehre gebührt – der erfolgreiche Jungsenior **Franz Kupfer** (M30) bildet den krönenden Abschluss des Ergebnisberichts Bamberger Seniorensprinter. Anders als bei den drei bereits genannten Oldies kann bei ihm von Rücktritt oder Kürzertreten keine Rede sein. Vielmehr ging er hoch motiviert in die Saison, immer mit dem Motto „Wenn nicht jetzt, wann dann“ auf den Lippen. Auf Bezirksebene hat er eine makellose Bilanz aufzuweisen: Er gewann über 60m (M30), 100m (M30), 200m (M30) und mit der LG-4x100m-Männerstaffel. Im 200m-Rennen bei den Oberfränkischen Meisterschaften verpasste er nur um die Winzigkeit von einer Hundertstel den Sieg in der Aktivenklasse.

In der abgelaufenen Saison war Franz auch der einzige LG-Seniorensprinter mit überregionalen Ambitionen. Leider verhinderte die weite Anreise und fehlende Konkurrenz bei den nach Thüringen ausgelagerten Bayerischen Seniorenmeisterschaften schnelle Zeiten. Dennoch konnte Franz beachtliche Resultate erzielen:

1. Platz 100m M30
1. Platz 400m M30

Seine Saisonbestmarken (11,80s und 24,43s) möchte der sympathische Sportler nächstes Jahr unbedingt übertreffen und auch bei den Landesmeisterschaften will er seinen erfolgreichen Auftritt des Jahres 2013 noch überbieten.

Florian Hofmann

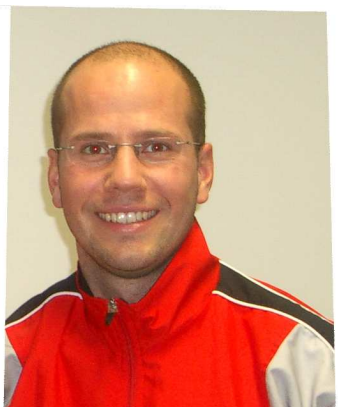
# LGB-Teamarzt PD. Dr. Matthias Brem hilft auch 2014

Auch der austrainierteste LGB-Körper (den haben LGB-Athleten ja alle…) bleibt vor VerLetzungen nicht verschont. Aber oft kann eine richtige und zeitnahe Diagnose sowie die damit verbundene schnelle Behandlung eine lange Auszeit verhindern.

Wir von der LG Bamberg freuen uns, dass sich unser Mitglied Matthias auch 2014 wieder gerne um geschunde LG-Sportler kümmern wird – als Teamarzt des ruhmreichen „Glubbs“ aus Nürnberg ist er Spezialist für Sportverletzungen aller Art.

Klinik für Unfall- und Orthopädische Chirurgie
Klinikum Nürnberg Süd

**Sportorthopädische Sprechstunde**



**bei PD. Dr. Matthias Brem**

Ambulantes BehandlungsCentrum
Breslauerstr. 201
90471 Nürnberg

Telefon: 0911/398-7755
Fax: 0911/398-7756

Sprechzeiten:
**Mo 7.45 – 15.00 Uhr**
**Fr 7.45 – 12.00 Uhr**
und für LGler nach Vereinbarung

# Südtriol 2013

**Vom 29.03. bis 05.04. hieß es wieder einmal: Zeit für Latsch. Und zu einem erfolgreichen und schönen Trainingslager gehört natürlich auch so einiges dazu – hier eine kleine Auswahl:**

**T** empoläufe, Weitsprung, Hürdensprints, Hochsprung, Werfen…wie immer war alles dabei und wir konnten uns in den vielen Trainingsstunden so richtig auspowern.

**R** unden um den See, der das Einlaufen um einiges erträglicher macht.

**A** bi-und Unilernsachen in fast jedem Zimmer, die leider nicht gerade zur Entspannung in den Mittagspausen beitrugen…

**I** nsbesondere, wenn von den zwei äußeren Balkonen laute (und auch noch unterschiedliche) Musik ertönt und aus der Mitte nur chemische Formeln und medizinische Fachbegriffe zu hören sind; das nennt man dann wohl „Lernen unter schwierigen äußeren Bedingungen"…;)

**N** ächte, die manchmal doch etwas zu kurz waren, besonders wenn dann auch noch aufgrund der Zeitumstellung eine Stunde weniger zu schlafen war.

**I** ntensive und anstrengende Trainingseinheiten, wobei besonders das Hürdenlaufen unangenehme Nebenwirkungen wie Muskelkater oder ein Ziehen im Oberschenkel mit sich brachte.

**N** ie fehlen durfte bei einigen natürlich auch die Sonnenbrille (egal ob die Sonne schien oder nicht).

**G** old wert waren außerdem die Videoanalysen, die uns unsere Schwachstellen besser aufzeigen konnten.

**S** chönstes Osterwetter zum Ostereiersuchen!

**L** iebevoll geflochtene Frisuren.

**A** ußergewöhnlich hoher Tapeverbrauch.

**G** leitschirmlandungen im Stadion, auch wenn sie so manch eine gar nicht bemerkte…

**E** berhards Eis: seit Jahren ist der allabendliche Besuch in seiner Eisdiele nicht wegzudenken.

**R** egen, den es gottseidank nur selten gab, entgegen all der schlechten Vorhersagen.

**L**eopold: jüngster Nachwuchsathlet und Alleinunterhalter beim Abendessen mit schon stark ausgeprägter Vorliebe für das weibliche Geschlecht, aber auch einer gehörigen Portion Neugierde, so dass es manchmal ganz schön schwer fiel auf all die „Warum?“-Fragen eine Antwort zu finden;)

**A**m vorletzten Tag leider die erste, aber glücklicherweise einzige Verletzung.

**T**äglich neu und sehr kreativ bemalte Fingernägel.

**S**tabiübungen auf der Hochsprungmatte, die von außen betrachtet doch manchmal etwas seltsam anmuteten…

**C**arlo, der uns wie immer super trainiert hat, uns Neues und Altes ausprobieren lässt und uns ganz nebenbei durch seine lockere und lustige Art alle Schmerzen und Anstrengungen vergessen lässt…

**H**erzlichen Dank deshalb an dich!!!

**2**mal Bergläufe, die uns wieder unsere Grenzen aufzeigten.

**0**Zusammentreffen mit Polizei oder Krankenwagen, nach dem letzten Jahr ein echter Fortschritt.

**1**00 Sprünge plus 100 Ausfallschritte im Abschlusstraining.

**3**Tage Muskelkater (mindestens) nach der letzten Einheit.

VZ

# Bewegung mit Carlo und Philipp

2013 war wieder ein Jahr mit vielen Bewegungen in unserer Trainingsgruppe. Da waren tausende Kilometer, die auf der Straße verbracht wurden. Der Weg von zu Hause zum Training, dem Studienort, dem Kaderlehrgang sowie die vielen Kilometer zu den Meisterschaftsorten in Bayern und ganz Deutschland. Nicht zu vergessen die Fahrten in die Trainingslager und zu internationalen Einsätzen. Aber auch wir haben uns oder unser Sportgerät bewegt. Neue Bestleistungen konnten aufgestellt werden. Wir haben uns aber auch für andere bewegt, als Helfer und Kampfrichter, viel dazugelernt, uns verändert und sind doch immer die Gleichen geblieben.

**Hochspringerin**

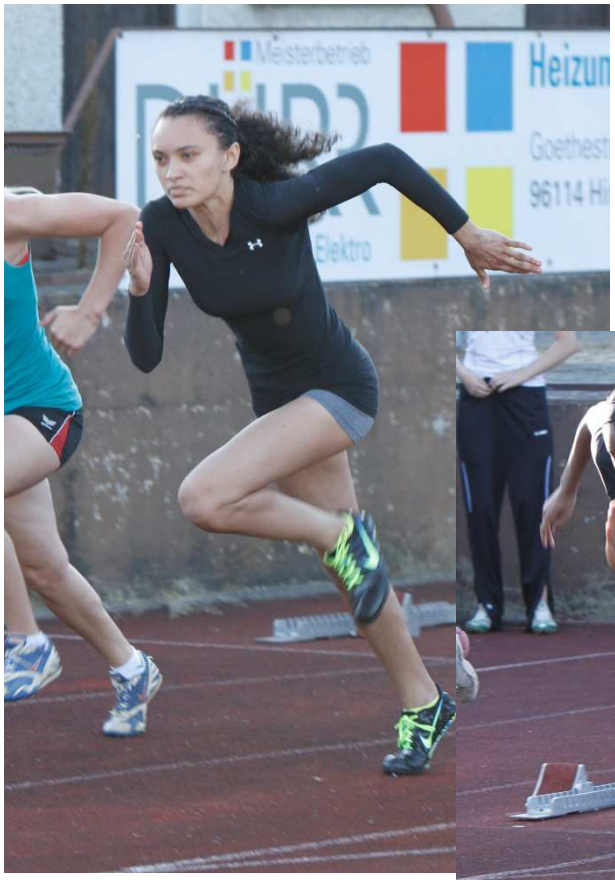
**Rebecca Leicht** holte drei oberfränkische Titel in der U18: Hochsprung, Dreisprung und mit der Siebenkampf-Mannschaft. Außerdem wurde sie noch nordbayerische Vizemeisterin mit der Siebenkampf-Mannschaft. Weiterhin verfasste sie eine interessante Abhandlung zum Einfluss des Körperschwerpunkts beim Hochsprung. Hier konnte sie aus einem reichen Schatz eigener Erfahrung schöpfen. In Praxis und Theorie überprüfte sie dabei wissenschaftliche Gesetzmäßigkeiten.

**Weitspringerin**

**Julia Ruß** war die jugendliche Springerin 2013.

Sie wurde in der U18 oberfränkische Meisterin über 60 m und im Weitsprung in der Halle. In der Freiluftsaison gewann sie den Weitsprung bei der U18 als auch bei der U20. Außerdem siegte sie noch über 100 m in der U20.

## Unsere amerikanischen Sprinterinnen




**Katie Fucheon**, Sprintgazelle in der U18, lief die 100 m in 12,80 sec und die 200 m in 26,79 sec. Sie siegte über 100 m, 200 m und mit der 4x100 m Staffel in Oberfranken.

**Deshaé McNeil**

**Devinae McNeil**

Alle drei Sprinterinnen sind eine sportliche als auch kulturelle Bereicherung in unserem Wettkampf- und Trainingsalltag. Schade dass sie 2014 Bamberg verlassen werden.

## Der Akademiker

**Philipp Körner** wurde 2013 oberfränkischer Meister über 400 m und mit der 4x100 m Staffel der Männer.

Sein besonderes Erfolgserlebnis hatte er beim Weltkulturerbelauf, wo er unter den Anfeuerungsrufen zehntausender Zuschauer, im Brose-Lauf über die 10,9 km in 40,13 min, als achter des Gesamteinlaufs ins Ziel kam.

Trotz seiner umfangreichen beruflichen Verpflichtungen bringt er sich aktiv in die Technik-Trainingsgruppe ein und ist begehrter Ansprechpartner bei vielen sportwissenschaftlichen Fragestellungen.

Vielen Dank dafür!

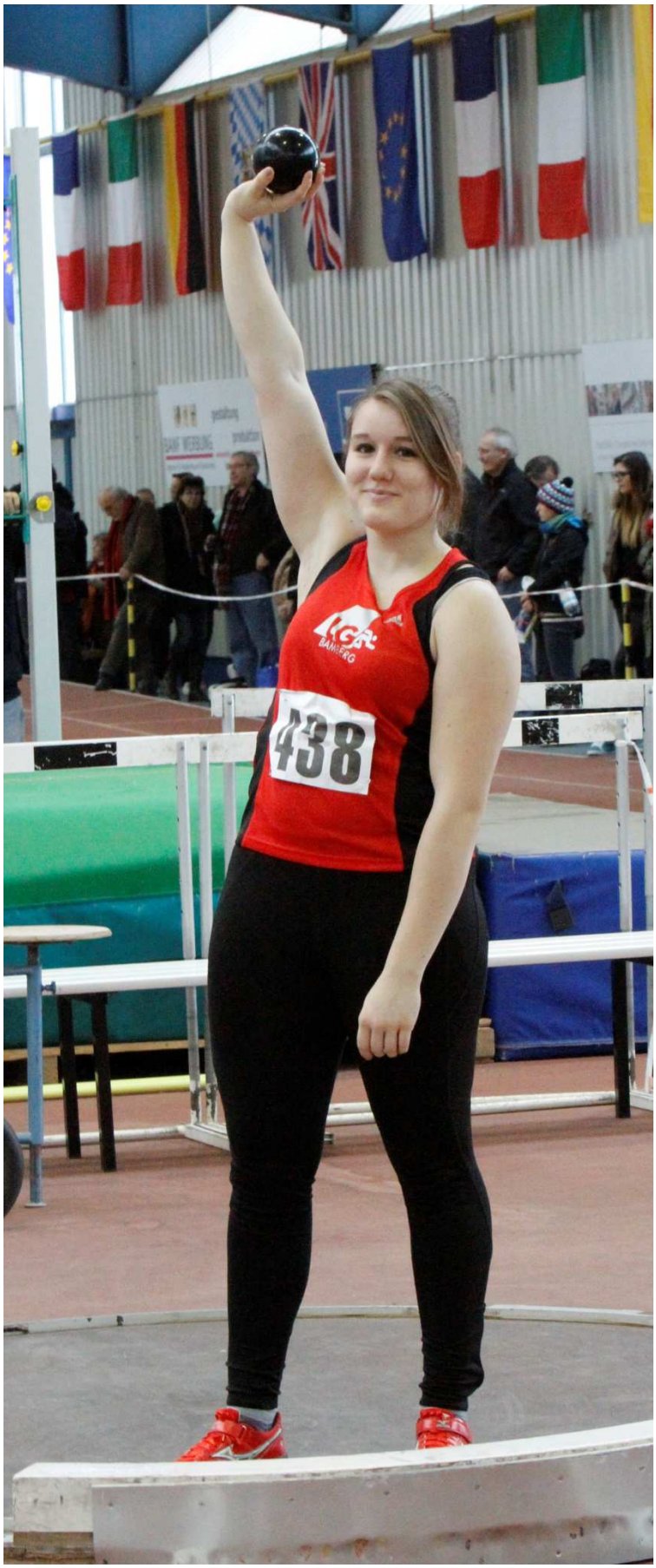
## Silberne Studentinnen

Ob angehende Chemikerin, Ärztin oder Lehrerin, gemeinsam wurden **Lina Mayr, Barbara Zweier** und **Verena Zweier** sowohl in der Halle als auch im Freien bayerische Vizemehrkampf-Mannschaftsmeisterinnen bei den Frauen. Dazu kamen bei Barbara noch die oberfränkischen Siege im Weitsprung, 400 m, 4x100 m und der Siebenkampf-Mannschaft. Verena war an den Titeln in der Siebenkampf-Mannschaft, der 4x100 m Staffel (Frauen) beteiligt und gewann die 100 m Hürden in der U20. In der deutschen Bestenliste findet man die Siebenkampf Mannschaft der LG Bamberg auf Rang 21.

## Die Helfende

**Eva Schmiedebergs** neuer Aufenthaltsort liegt in Afrika, genauer gesagt in Rulenge in Tansania. Sie arbeitet nach dem bestandenen Abitur im dortigen Waisenhaus.

Bevor sie aber ihr soziales Jahr angetreten hat, holte sie noch fünf oberfränkische Titel: 60 m und Hochsprung in der Halle sowie mit der 4x100 m in der U20. Bei den Frauen errang sie die Meisterschaft im Hochsprung und über 100 m.




## Vielseitig erfolgreich

**Simone Schramm** hat auch 2013 ihre Medaillensammlung erweitert. Trotz Abiturstress wurde sie jeweils zweifache bayerische Vizemeisterin in der U20 im Speerwurf (Winterwurf/Freiluft) sowie zweimal Dritte im Kugelstoß (Halle/Freiluft). Außerdem noch siebenfache oberfränkische Meisterin in den Disziplinen Weit-, Dreisprung, Kugelstoß, Speerwurf und der 4x100 m Staffel.

## Routiniert

**Claudia Schramm,** eigentlich beim Laufen zu Haus. 2013 hat sie sich ihrer Wurftalente erinnert. Wie Simone wurde sie Oberfränkische Meisterin im Kugelstoß und Speerwurf (W45).

## Aufsteigerin 2013

### Rebecca Zimmer

hatte dieses Jahr ihre wohl erfolgreichste Saison: Bayerische Doppelmeisterin im Diskuswurf (Winterwurf/Freiluft) in der U18. Beeindruckend die persönliche Bestleistung von 42,58 m mit dem 1kg schwerem Gerät. Damit ist sie beste Bamberger Diskuswerferin aller Zeiten. Dies bedeutete gleichzeitig Rang sechs in der deutschen Bestenliste und die Nominierung zu DLV-Kadermaßnahmen. Aber auch im Hammerwurf hinterließ sie ihre Spuren. Überraschend wurde sie in Plattling bayerische Hammerwurfmeisterin in der U18. Zum Ende des Jahrs warf sie das 3kg-Gerät noch auf starke 47,89 m. Damit war sie auch in Oberfranken die erfolgreichste Werferin. Im Bezirk wurde sie zweifache Diskus- und Kugelstoßmeisterin. Bei der Süddeutschen Meisterschaft belegte sie Rang 4 im Hammer- und Rang 5 im Diskuswurf. Als Lohn für die guten Leistungen zu Beginn des Jahres wurde sie in die Bayeriche Mannschaft zum U18-Länderkampf in Brixen berufen.
Erheblichen Anteil am sportlichen Erfolg hat der in Bamberg bekannte Wurfexperte **Martin Ständner** aus Kulmbach zu dem Rebecca zweimal die Woche fährt. Dafür herzlichen Dank.

## Abiturientin

**Regina Pistorius** vielseitig einsetzbar. In dieser Saison oberfränkische Meisterin mit der 4x100 m Staffel der U20.

## Nachwuchs

**Christian Baumgartl** hat in der zweiten Saison seiner Laufbahn bei bayerischen Meisterschaften eine silberne Medaille im Diskuswurf errungen. Lange Hebel und ein Gefühl die richtige Drehung zeichnen den talentierten 14-jährigen aus. Oberfränkischer Meister in der M14 wurde er über 800 m, Diskuswurf, Kugelstoß (Halle) und mit der DSMM-Mannschaft. Pech hatte Christian als er sich kurz vor der deutschen Blockwettkampfmeisterschaft (Wurf) verletzt hat. Dafür konnte er aber mit seiner Schulmannschaft vom Dientzenhofer-Gymnasium am Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ in Berlin teilnehmen.

## Verletzungspech

**Fabian Jaschik** konnte dies Jahr leider seine Leistung nicht abrufen. Eine langwierige Verletzung am Fuß ließ ihn nicht sein Leistungsvermögen abrufen. Oberfränkischer Meister wurde er im Hochsprung und mit der 4x100 m Staffel der Männer.

CS

# Herbsttreffen des Fördervereins 2013

Am Samstag, den 28. September trafen wir uns um 15:00 Uhr bei herrlichem Wetter auf dem Sportgelände des Post-SV in Bug. Während sich die Erwachsenen bei Kaffee und von Eltern gebackenen Kuchen angeregt unterhielten, demonstrierten Schülergruppen ihr Können auf der Aschenbahn und auf dem Sportplatz.
Gleichzeitig waren auf Ständerwänden Zeitungsartikel aus 40 Jahren LG aufgehängt, die viel Interesse fanden, insbesondere auch bei den Älteren, die sich auf dem einen oder anderen Artikel wiederfanden.
Ein großes Lob ist hier an Felix Hentschel und seine Freundin Susi Lutz auszusprechen, die in wochenlanger Vorbereitungszeit die Ständerwände bestückten, die Tische schmückten, für Flyer sorgten und Kaffee und Kuchen organisierten.
Ab 17:00 Uhr machte sich eine kleine Gruppe auf den Fußweg zur Gaststätte Greifenklau, in deren Saal unsere Abendveranstaltung stattfand. Weit über 70 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, etliche von weit her angereist, sorgten für eine tolle Stimmung. Erfreulich war, dass dieses Mal auch viele Jüngere dabei waren und die Gespräche belebten.
Bei gutem Essen und Erinnerungen an alte Zeiten verflog der Abend wie im Flug.
Reiner Schell

# Förderverein Leichtathletik e.V.

Waren Sie früher Leichtathlet?

Denken Sie gerne an „alte Zeiten“ zurück?

Macht es Ihnen Spaß alte Freunde zu treffen?

Fühlen Sie sich dieser Sportart verbunden?

## Dann sind Sie bei uns richtig!!!

Wir informieren unsere Mitglieder, unterstützen die Leichtathletik im Bamberger Raum, treffen uns einmal im Jahr zu einer Stadtführung oder Wanderung und sitzen dann in geselliger Runde zusammen.

**Werden deshalb auch Sie Mitglied**
**im Förderverein Leichtathletik e.V.**

**Nähere Informationen bei**


Beate und Gerhard Weiß
Lobenhofferstraße 35
96049 Bamberg
Tel. 0951 – 56712
albo.weiss@t-online.de

Reiner Schell
Dr.-Haas-Straße. 5
96047 Bamberg
Tel. 0951 - 23329
Reiner.Schell@gmx.de


**Bitte vormerken:**

**Nächstes Jahrestreffen am Samstag, 27. 09. 2014!**

**Einladung folgt!**

1972
2010
2012
PINK
8
1986

# REHA FIT

## PHYSIOTHERAPIEZENTRUM

POLDI WEEGMANN

Im Dr.-R.-Pfleger-Heim St. Otto · Ottostraße 10 · 96047 Bamberg

Telefon 0951/202064 · Telefax 0951/2080799 · P · Buslinie 9

### REHA-Therapie:

Krankengymnastik
Gerätegestützte KG
Bewegungsbad
Manuelle Therapie
Schlingentisch
Traktionen LWS/HWS
Fango + Rotlicht
Moorpackungen
Massagen
Lymphdrainage
Kryotherapie
Elektrotherapie
Ultraschall
Unterwassermassagen
Stangerbad
Heilmittelkombination D1/D2
Back-check
EDV-Rückenanalyse

### Fit-Gesundheitstraining:

Muskelaufbau an Reha-Geräten
Med. Trainingstherapie
Rückenschule
Wassergymnastik
Präventionsangebote

## Oberfränkische Uralt-Rekorde Bamberger Athleten feiern runden Geburtstag

Sportliche Leistungen sind besonders nachhaltig, wenn sie in die Rekordliste eingehen und dort allen Angriffen nachfolgender Generationen trotzen. Auf drei solcher Einträge in der Oberfränkischen Bestenliste richtet sich anlässlich ihres Dekaden-Jubiläums im folgenden der Blick zurück.

### **50 Jahre** OR der **4x400 m** Vereinsstaffel des 1.FC Bamberg am 27.6.1963: **3:18,8 min**

Genau ein halbes Jahrhundert ist es jetzt her, dass Willibald Veit, Jürgen Schlachter, Philipp Hümmer und Uto Düthorn an einem Donnerstag Abend auf der roten Aschenbahn im Volkspark ihren Rekordversuch mit einer kaum für möglich gehaltenen Zeit abschließen, die sie unter die besten 20 im DLV bringt. Die hiesige Fachwelt staunt, weil der Rekord einem Schnitt von 49,7 s entspricht und damit rund eine Sekunde unter den Bestzeiten im Einzelrennen liegt (51,7s Veit / ca 51s Hümmer / 49,9s Schlachter / 49,8s Düthorn). Aber man weiß auch, mit wieviel Fingerspitzengefühl ihr Trainer Paul Mehringer die Kameradschaft bei seinen Jungs fördert („4 Freunde müsst ihr sein“) und das Quartett motiviert, an die persönliche Leistungsgrenze zu gehen. Hätte Paul als äußerst fitter ehemaliger 50 s Läufer selbst einspringen müssen, wäre die Staffel sicher auch unter 3:20 min geblieben. Und mit dem verhinderten Lothar Maurer (50,2 s) statt dem Ersatzmann Willibald Veit wäre eine deutlich bessere Zeit möglich gewesen. Eine Woche später beweist die FC-Staffel bei den Bayerischen Meisterschaften in der Besetzung Maurer, Dörrbecker, Hümmer, Düthorn trotz vorausgegangener Einsätze in harten Einzelrennen mit 3:21,2 min abermals ihre Kampfkraft, wobei die Broncemedaille vor allem dem Staffelkapitän und Schlussläufer Uto Düthorn zu verdanken ist. Interessanter Weise bringt nicht eine der vielen LG-Staffeln den Rekord in Gefahr, sondern eine weitere Vereinsstaffel, und zwar die des Post-SV Bamberg. Werner Mönius, Walter Wunder, Jack Sam und Anton Zahneisen sind bei den Süddeutschen Meisterschaften 1971 in Schwetzinger auf Kunststoff nur eine halbe Sekunde langsamer. Allerdings haben diese vier Postler deutlich bessere Einzelleistungen aufzuweisen (49,1s Sam / 49,6s Zahneisen / 49,6s Mönius / 50,2s Wunder) und schöpfen ihr Potential also nicht annähernd so gut aus wie die FCler. Während das FC-Quartett und ihr Trainer sich 30 Jahre danach noch vollzählig in fröhlicher Runde zuprosten können, leben heute nach 50 Jahren leider nur noch Willibald Veit und Uto Düthorn.

Wiedersehen nach 30 Jahren: Von links Willibald Veit, Jürgen Schlachter Trainer Paul Mehringer, Philipp Hümmer und Uto Düthorn. Foto: p

**<u>40 Jahre</u>** <u>OR im **Kugelstoßen** von Heinrich Porsch am 18.8.1973 in Coburg: **18,70 m**</u>

Ab 1967 verbessert Heinrich in 7 Jahren den oberfränkischen Kugelstoßrekord 17mal von 15,35 m bis auf 18,70 m, obwohl er mit seinen vielen Titeln mehr Meisterschaftswerfer als Rekordjäger war. In seinem letzten Rekordjahr beginnt er wie gewohnt ohne Wintertraining Mitte März mit der Saisonvorbereitung. Beim ersten LG-Trainigslager im April auf dem Sandstrand von Alba Adriatika fliegt die Kugel zwar erst 16 m weit, aber das intensive Hanteltraining wird sich später noch auszahlen. Zurück am Studienort trainiert Henry in den folgenden Monaten wie gewohnt ohne Trainer nach eigenen Vorstellungen und hat dabei nur die 5 kg Kugel seines Bruders zur Verfügung. Die Formkurve steigt trotzdem kontinuierlich an und erreicht bei den Deutschen Meisterschaften im Berliner Olympiastadion mit 18,16 m einen vorläufigen Höhepunkt. Dass vielleicht noch mehr geht, lässt am 17. August ein 10,17 m Standstoß in Zivilkleidung mit dem 15 kg Stein vermuten. Tags darauf beim Nationalen Sportfest des VfB Coburg steigt der 1,93 m große und nur 96 kg schwere Abtsberger unter strenger Verbandsaufsicht durch den Blocktrainer mit 18,18 m richtig gut in den Wettkampf ein und steigert sich dann fast in einen Rausch hinein: 18,23 / 18,32 / 18,70 / 17,96 / 18,67. In der bundesdeutschen Allzeitliste klettert er damit auf den 12. Platz hoch und sichert sich einen Platz in der Weltrangliste. Auf dem 8 mm Film-streifen des weitesten Stoßes fällt neben dem fast drei Meter langen Beschleunigungsweg der für Henrys Verhältnisse ungewöhnlich hohe (2,20 m) und steile Ausstoß im optimalen 40 Grad Winkel auf. Dagegen sind seine Kraftwerte (152,5 kg Bankdrücken und 180 kg Tiefkniebeuge) für diese Leistungsklasse äußerst gering. Lediglich die 147,5 kg im Umsetzen/Stoßen passen halbwegs ins Bild. Hier schaffte der aus Bamberg stammende Sepp Manger bei seinem Olympiasieg von 1936 im Schwergewicht auch nur ein paar Kilo mehr. In den Folgejahren kann Henry zwar seine Kraftleistungen deutlich steigern, kommt aber über 18 ½ m nicht mehr hinaus. Bis heute sind die 18,70 m in Oberfranken unangetastet. Keiner der hoffnungsvollen Nachwuchsstoßer kam bisher über die 17 m Marke.

**<u>30 Jahre</u>** <u>OR im **Hochsprung** von Christoph Pflaum am 24.4.1983 in Schweinfurt: **2,14**</u>

Dass er beim ersten Testwettkampf im April in Schweinfurt Oberfrankenrekord springt und dieser drei Jahrzehnte später immer noch Bestand haben wird, hat Christoph Pflaum im Frühjahr 1983 wohl selber nicht geglaubt. Zu oft musste er die Überlegenheit von Seriensieger Gustav Geipel anerkennen, der in der Halle bereits 2,16 m stehen hat. Ein gutes Omen für Pflaum ist die Tatsache, dass er schon zwei Jahre vorher als Junior bei der gleichen Veranstaltung im Willy-Sachs-Stadion persönliche Bestleistung (2,05 m) sprang, im Training bei Siegfried C.Matschke sogar 2,10 m. Als nur 1,78 m großer „Hochsprungzwerg“ übertrifft der „Gummimensch“ Pflaum im April 1983 an gleicher Stelle im 2.Versuch seine eigene Körpergröße um sage und schreibe 36 cm ohne dass die Latte wackelt. Diese Differenz ist natürlich Weltklasse. Das Geheimnis dieses Rekords lag im Lastkraftverhältnis. „Ich habe mich an diesem Tag gefühlt wie eine Feder, weil ich vor diesem

Wettkampf 5 Tage gefastet und erst am Abend davor gegessen habe. Ich bin dann mit 68 statt 71 kg gesprungen.“ Aber es bedurfte auch einer sehr ausgefeilten Technik, um mit diesen Voraussetzungen solche Höhen zu meistern, zumal Christoph alles andere als ein Kraftpaket war. Dank extremer Hohlkreuzhaltung konnte er im Idealfall die Latte überqueren, obwohl sein Körperschwerpunkt diese unterquerte. Da das meistens erst im zweiten oder dritten Versuch klappte, zog der angehende Arzt bei gleicher Höhe fast immer den Kürzeren. Zum Beispiel bei den Bayerischen Meisterschaften 1982 in Ingolstadt, wo Gustav Geipel im Stechen mit 2,11 m gewann, nachdem Christoph die 2,15 m knapp gerissen hatte. Mit Spannung erwartete man nun natürlich das Duell der beiden Bamberger Spitzenspringer bei den Oberfränkischen Meisterschaften 1983 in Hof: Gustav springt top (2,13 m), Christoph produziert einen Flop (1,94 m). So bleibt er der Rekordmann ohne Titel, noch mindestens 30 Jahre lang. Daran kann auch der gleichaltrige Andreas Sam (TS Coburg), ein aus der DDR stammender 2,30 m Springer, nichts ändern, weil dieser nur in der Halle überzeugen kann (2,16 m). Ganz im Sinne der anderen Rekord-Jubilare meint Christoph abschließend: „Ich bin schon stolz auf diese Leistung und habe heuer im April einen Gedenktag eingelegt.“

hp

# Sei dabei am 3. Mai!

Bamberger Weltkulturerbe Lauf 2015 ®

www.weltkulturerbelauf.de

# 6. Weltkulturerbelauf 2013

Susanne Lutz

Auch beim 6. Weltkulturerbelauf am 5. Mai 2013 war die LG in mehrfacher Hinsicht erfolgreich vertreten.
Bereits in der Vorbereitung, die etwa eineinhalb Jahre vor dem Lauftag beginnt, stellen LG-ler entscheidend die Weichen für das Gelingen dieses beliebten Laufevents: Alfred Kotissek, Carlo Schramm und Reiner Schell sind nicht nur Gründungsmitglieder des Weltkulturerbelauf-Vereins, sondern auch seit 2001 an der Organisation maßgeblich beteiligt.
Wie in allen anderen Läufen zuvor herrschte wieder ideales Laufwetter, das den über 10.000 Läuferinnen und Läufern und den rund 40.000 Zuschauern an der Strecke eine prächtige Kulisse und ein unvergessliches Erlebnis bot.
Mit etwa 70 Helferinnen und Helfern unterstützt die LG von Anfang an diesen Lauf. Auch am Wochenende des 4. und 5. Mai 2013 waren LG-ler am Samstag bei der Ausgabe der Startunterlagen in der HDE-Halle und am Sonntag im Zielbereich tätig. Nicht wenige von denen, die den ganzen Samstag im Einsatz waren, ließen es sich nicht nehmen, trotz dieser Belastung am Sonntag in einem Lauf zu starten.
Besonders erfolgreich für die LG waren:

| | | |
|---|---|---|
| ● Im kleinen Fuchs-Schülerlauf (1. und 2. Klassen; 1,6 Km): | Böttinger Felix: | 1. Pl. MK 8 |
| ● Im großen Fuchs-Schülerlauf(3. und 4. Klassen; 1,6 Km): | Krebs Naomi: | 1. Pl. WK 10 |
| | Stichling Annika: | 1. Pl. WK 10 |
| ● Im wieland-Lauf (4,4 Km): | Kohls Monica: | 1. Pl. W 65 |
| ● Im Bambados-Lauf (5. mit 12. Klasse; 4,1 Km): | Posser Tobias: | 1. Pl. MJ 14 |
| ● Brose-Lauf (10,9 Km): | Hentschel Felix: | 1. Pl. Männer |
| | Karrer Kevin: | 3. Pl. Männer |
| | Schuler Johann: | 1. Pl. M 55 |
| | Lutz Susi: | 1. Pl. Frauen |

RS

# Erfolgreiche Läuferinnen und Läufer

**Judith Voß-Stemping:**

Die Metamorphose von der erfolgreichen Geherin zur erfolgreichen Langstreckenläuferin hat hervorragend geklappt. Die Bestzeiten über 10km auf der Bahn und auf der Straße konnte sie um über ein Minute verbessern. Sie holte sich auch beide oberfränkischen Einzeltitel auf diesen Strecken. Die magische Grenze von 40:00 min. zu unterbieten ist für sie in greifbare Nähe gerückt. Leider hat sie ihr Studium in Bamberg beendet und wird wahrscheinlich kaum noch für die LG starten können (außer eventuell beim Kuckuckslauf in Kemmern!).

**Johann Schuler:**

Der Senior im Team und mit dem 3. Platz bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften über 800m in der Altersklasse M55 der erfolgreichste LG-Athlet in diesem Jahr. Dazu kamen noch etliche oberfränkische Titel in seiner Altersklasse. Bei verbessertem taktischen Verhalten über die Mittelstrecken wäre ein deutscher Titel in seiner Altersklasse durchaus möglich.

**Kevin Karrer:**

Das Wettkampfjahr 2013 war eine insgesamt erfolgreiche Saison für den Berglauf-Spezialisten: neue Bestzeiten über 5000m und 10000m bzw. 10km und zwei bayerische Vizemeisterschaften (Cross-Mannschaft und Bayerische Berglauf MU23). Seit er für die LG Bamberg startet, hat er sich jedes Jahr kontinuierlich verbessert. Er hat sein Potential noch nicht ausgeschöpft, der Weg nach oben kann nächstes Jahr so weiter gehen, aber dafür muss er das Bahn-Training und die Unterdistanzen (Aufbauwettkämpfe) wieder verstärkt berücksichtigen.

## Pascal Bottler:

Der Umstieg vom Mountain-Bike-Profi zum Mittelstreckenläufer ist zwar noch nicht komplett vollzogen, aber es war trotzdem eine erfolgreiche Saison für Pascal. Er holte fünf oberfränkische Titel (Crosslauf U18 Einzel und Mannschaft, 3000m U18, 3x1000m U18 und 4x400m U20) und der Höhepunkt war der 3. Platz bei den bayerischen Berglaufmeisterschaften in seiner Altersklasse U18. Leider kann er seine guten Trainingsleistungen nicht immer im Wettkampf bestätigen, dazu müsste er sich etwas mehr Lockerheit angewöhnen.

## Michael „Ello“ Weißhaupt:

Das Studium lässt ihm nicht die notwendige Zeit für ein systematisches und optimales Training. Trotzdem schaffte er dieses Jahr Bestzeiten über 5000m und 10km und holte immerhin den oberfränkischen Titel mit der Mittelstreckenmannschaft im Crosslauf. Wenn er beim Training auftaucht, sorgt er jedes Mal für gute Stimmung und ist schon deshalb aus dem Team nicht weg zu denken.

## Doc Tobi Teuscher:

Er ist Familienvater, Zahnklempner und nebenher ein sehr erfolgreicher Freizeitläufer. Er holte sich mehrere oberfränkische Titel in seiner Altersklasse M40 und nähert sich über 10km so langsam den 35:00 min. Nächstes Jahr soll diese Marke fallen und eigentlich sollte er auch mal bei Bayerischen Meisterschaften in seiner Altersklasse mit eingreifen. Wenn er immer so konzentriert bei der Sache ist wie bei dem Lauf auf dem Foto links, dann steht dem Erfolg nichts mehr im Wege.

## Adi Weber:

Sein Markenzeichen: viel Talent aber wenig Training. Der Prototyp des Langsprinters bzw. Mittelstreckenläufers, sprich 800m. Trotz überschaubarem Trainingsaufwand erreichte er neue Bestzeiten über 200m, 400m und 800m. Darüber hinaus wurde er oberfränkischer Meister mit der Mittelstrecken-Mannschaft im Crosslauf. Das Fernziel von 1:55 min. über 800m ist noch ein Stück entfernt, aber eine wichtige Voraussetzung dafür ist schon mal erfüllt, er hat endgültig das Rauchen eingestellt. Jetzt fehlt nur noch etwas mehr Training

**Johannes Heimburg:**

Die Schule hat oft Vorrang vor dem Training, aber das ist auch richtig so in diesem Alter. Trotzdem war Johannes sehr erfolgreich in diesem Jahr. Er erreichte mit 18:54 min. eine neue Bestzeitüber über 5km und wurde mit der Cross-Mannschaft M U18 oberfränkischer Meister. Auch für ihn ist sicher noch viel Luft nach oben.

**Julian Vogel:**

Der Jüngste im Team, der eigentlich Langstreckenläufer werden will, d.h. 10km und länger, sich aber noch durch die ungeliebten Mittelstrecken quälen muss. Er ist immerhin einer der Trainingsfleißigsten und wurde dafür mit 2 oberfränkischen Titeln belohnt: Cross-Mannschaft M U18 und 4x400m-Staffel M U20. Darüber hinaus erzielte er mit 42:40 min. eine neue Bestzeit über 10km.

**Tim Vascovics:**

Ein eingefleischter Basketball-Fan und aus diesem Grund leider kein Trainingsweltmeister, denn für ein Match der Brose-Baskets muss das Training öfters mal ausfallen. Trotzdem erreichte er mit der 3x1000m-Staffel M U18 und der 4x400m-Staffel M U20 jeweils den oberfränkischen Meistertitel. Sollten die Brose-Baskets irgendwann mal absteigen, dann wird er sicher noch ein guter Mittelstrecken-Läufer. Die Anlagen dafür sind da.

## Alex Zehler:

Der Triathlet in der Gruppe, der sich für seine Triathlon-Wettbewerbe beim Lauftraining im Stadion die notwendige Tempo-Härte holt. Immerhin hat er schon mal die 40:00 min. über 10 km geknackt, aber da ist sicher noch mehr drin.

## Lea Bosch

Die junge Nachwuchsläuferin konnte in dieser Saison bereits tolle Leistungssteigerungen aufweisen. Endgültig hat sie sich noch nicht für eine bestimmte Strecke entschieden, sondern zeigte ihr Talent auf verschiedenen Strecken wie über 800m und bei verschiedenen Volksläufen. Der diesjährige erste Wettkampf auf bayerischer Ebene mit der 800m Staffel wird sicherlich nur ein Auftakt gewesen sein!

## Madeleine Michler

Auch unsere Hindernisspezialistin war diese Saison leider sehr angeschlagen. Nach einem sehr gelungenen Lauf bei der bayerischen Crossmeisterschaft fiel die Leistung dramatisch ab. Wochenlanges Rätselraten wurde durch die Diagnose „Pfeiffersches Drüsenfieber“ aufgelöst. Diese Krankheit hat zu einer sehr langen Trainingspause geführt. Im Moment versucht die Athletin jedoch wieder langsam in das Training einzusteigen. Schließlich ließ ihre Hinderniszeit in der Vorsaison auf tolle Erfolge hoffen. Vielleicht folgen diese im nächsten Jahr!

## Alexandra Schütz

Sie sorgte schon bereits vor Beginn der Saison für Aufsehen. Die Athletin war besonders gut aus dem Winter gekommen und zeigte hervorragende Werte. Leider musste dann den Tatsachen ins Auge gesehen werden – einfaches Rückwärtstraben ist hochgefährlich! Bei dieser koordinativ äußerst anspruchsvollen Aufgabe knickte die Mittelstrecklerin um und riss sich mehrere Bänder! Dadurch außer Gefecht gesetzt, konnte sie zu den Saisonhöhepunkten leider nicht antreten. Dennoch konnte auch sie mit der 800m Staffel noch einen oberfränkischen Titel holen! Besonders bedanken wir uns darüber hinaus für ihr ehrenamtliches Engagement im Kindertraining!

## Sara Weichert

Die Studentin konnte sich in diesem Jahr nahezu auf allen Distanzen steigern. Trotz hoher Belastungen durch ihr Lehramtsstudium lieferte sie dieses Jahr Bestleistungen über 800m, 1500m, 3000m und 5000m. Über ihre Lieblingsstrecke 3000m möchte sie auch nächstes Jahr ein weiteres Ausrufezeichen setzen! Ziele sind somit nicht nur bayerische Staffelwettbewerbe, sondern auch bei den Einzelwettbewerben gut abzuschneiden!

## Sonja Hölzl

Sie ist eine unserer erfolgreichsten Athletinnen in den letzten Jahren gewesen. Im Zuge ihres Abiturs und zukünftiger Berufsorientierung, wechselte sie in diesem Jahr jedoch aus der Leistungssparte in die Gruppe der Hobbyläufer. Doch auch bei ihren mittlerweile sehr seltenen Besuchen sorgt sie weiter für gute Stimmung in der Gruppe!

## Tonia Weichert

Die Studentin kam diese Saison nicht in Tritt. Erst nach der Diagnose einer Asthmaerkrankung konnte der Sportlerin geholfen werden. Die immer besser werdende Einstellung der Medikamente führt jedoch bereits jetzt zu einer Entwicklung, die für die nächste Saison auf tolle Zeiten über 800m hoffen lässt!

## Karyna Lopatina

Seit letzter Saison ist die sportliche Schülerin in unserer Gruppe. Eine tolle Verbesserung zeigte sie auf ihrer Lieblingsstrecke, den 800m, die sie nun bereits in 2:38 Minuten bestritt!
Hier hat sie noch Reserven, die auf eine weitere Leistungssteigerung im nächsten Jahr hoffen lassen. Die Qualifikation für bayerische Einzelmeisterschaften ist für sie damit in greifbare Nähe gerückt!

## Krystyna Lopatina

Die Zwillingsschwester von Karyna kam etwas später zu unserer Gruppe. Kleine Rückstände im Bereich der Koordination und Kräftigung werden von ihr schrittweise abgebaut. Interessant war vor allem ihr Wettkampfverhalten, denn die Schülerin ist bereit, im Wettkampf bis zur vollkommenen Erschöpfung und fast noch darüber hinaus zu gehen!

**Lauftreff für ambitionierte Läuferinnen und Läufer**
**ab Altersgruppe M und W U16 und älter**

**Haupttrainingstage:**

Montag und Donnerstag 18:00 Uhr, Treffpunkt im Fuchspark-Stadion vor der Tribüne und nach Helena, Beate oder Thomas fragen. Weiterhin diverse Hallentermine und Lauftreffs!

Kontaktinfo:

Helena: 0171/3225712

E-Mail: sports-helena@web.de

Thomas: Tel. 0951/420696 oder 0151/40780089

E-Mail: thkkoch@gmx.de

---

Nicht nur auf der Mittel- und Langstrecke zu Hause. Auch die kurzen Distanzen gehören zum Wettkampfprogramm des vielseitigen **Hans Schuler**.

Immer an einem abwechslungsreichen Training interessiert, ist Hans gern gesehener Gast in unterschiedlichen Trainingsgruppen.

Fritz Hohmann

# Das Nebenprodukt
## oder 65-mal Kathi-Lauf

Man muss nicht zu allererst an einen ebenso populären wie abgenutzten Spruch denken, wenn von „unserem“ Kathi-Lauf die Rede ist, nämlich dass bekanntlich Totgesagte ein erstaunliches Beharrungsvermögen an den Tag legen können. Doch wenn sich dies an unserem Beispiel über Jahrzehnte so eindrucksvoll bestätigt, kann man es getrost als Faktum gelten lassen. Die 65. Wiederholung dieses inzwischen zur Tradition erhobenen Ereignisses am 29. September 2013 ist beredtes Zeugnis für ein nach wie vor ungebrochenes Verhältnis unserer Laufgemeinde zu dieser ungewöhnlich erfolgreichen Symbiose zwischen Leistungssport und geselliger Gepflogenheit. Um nicht zu sagen: Brauchtum.

Wenn man den Begriff „Kathi-Bräu“ hört, denkt man an schwarzes Süffiges, an uriges Ambiente und an Biker-Mekka. Aber wer weiß schon, dass lange bevor die ersten Motorradfreaks die Heckenhofer Idylle zum beliebtesten Treff dieser Hobbysparte in der gesamten Republik kürten, die „Bruderwald Schoggers“ der LG Bamberg eben diese Kultstätte bereits als Anlaufpunkt für ihre Trainingsläufe im Vorfeld der großen Stadtmarathons in Frankfurt und Berlin fest eingeplant hatten?

Seit 1982 findet „unser“ Kathi-Lauf jeweils im Frühling und im Herbst nach vorheriger Absprache statt. Nach einer Idee des Verfassers begaben sich am 1. Mai des Gründungsjahres acht Läufer auf die 30 km lange Strecke, um ihre Form zu testen und abzurunden. Was ursprünglich als einmalige Abwechslung in der Marathonvorbereitung anvisiert wurde, hat sich inzwischen zu einer regelrechten Tradition weiterentwickelt. Ein landschaftlich ungewöhnlich reizvoller wie sportlich anspruchsvoller Streckenverlauf übt nach wie vor seine

Anziehungskraft auf Hobbyläufer wie auch Wettkampf-ambitionierte gleichermaßen aus.

1. Mai 1982. Die Männer der Ersten Stunde: Fritz.Hohmann, Hans Zapf, Victor Schwemmle, Horst Hauke, Hans Hotter, Helmut Fischer, Harald Scholz und Dieter Gahlau.

Mit dem Start sonntags morgens folgt dieser zunächst dem 1976 eingeführten, aber bereits wenige Jahre wieder eingestellten Streckenverlauf des „Laufs durch den Hauptsmoorwald“, seinerzeit initiiert vom MTV. Vorbei an der historischen Wendelinseiche wird mit dem Geisberg die höchste Erhebung des Landkreises unter die Füße genommen. Nach dem Naturdenkmal „Teuchatzer Linde“ geht es entlang dem „Teufelsgraben“ hinunter nach Burggrub und über den „Panoramaweg“ nach Neumühle. Der steile Pfad zur Burg Greifenstein erlaubt nur ausgesprochenen Konditionsbolzen den Anstieg im Lauftempo. Danach entlohnt der sanfte Auslauf durch die repräsentative Lindenallee und den Rundtempel am Ende die vorausgegangene Mühsal. Die nun folgende windanfällige Straßenetappe, genannt „Gummimeile“, hinüber nach Neudorf verrät den Läufern zuverlässig den jeweiligen

Konditionsstand. Die letzte Erholphase offeriert danach die wildromantische Gefällstrecke zum Aufseßtal, bevor der finale Anstieg hinauf nach Heckenhof die letzten Kraftreserven fordert und gelegentlich auch für weiche Knie sorgt.

Im Frühsommer 2006 konnte unser Kathi-Lauf zum 50. Mal - und auch bis dato - in ununterbrochener Reihenfolge zelebriert werden. Dass hierbei das Wetter nie ein Kriterium für die Durchführbarkeit eine Rolle spielte, versteht sich von selbst. So haben wir infolge alle nur denkbaren Wettervarianten kennen gelernt. Doch für unseren „Jubiläumslauf“ hatten wir uns etwas Besonderes ausgedacht. Ausnahmsweise samstags nachmittags erfolgte der Start – bei Kaiserwetter. Am Ziel erwarteten uns eine eigens für uns präparierte Festwiese, eine gekühlte Zapfanlage mit Kathis „Lager“ und eine Sau vom Grill. Ein prasselndes Lagerfeuer zum Abend, Musik vom Band und der Klampfe sowie das reichlich strömende Dunkle ließen den Abend bis tief in die Nacht hinein zu einem unvergesslichen Höhepunkt im Verein unserer Läuferkommune und ihres Anhangs werden. Ein für diesen Event aufgelegtes T-Shirt mit dem Motto

*„Man wird nicht träge, weil man alt ist,*
*man ist alt, weil man träge wird“*

sollte uns die Erinnerung an diesen Tag bewahren helfen. Wer nicht nach Hause musste, konnte die Nacht auch an Ort und

Stelle verbringen und so den vorausgegangenen Genuss stressfrei verinnerlichen. Unserem Gastgeber, Braumeister Josef Schmitt, sei an dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön für sein umfassendes Entgegenkommen gezollt.

Die Wandergruppe Herbst 2006 am Start

Das inzwischen zum Kultstatus geadelte Meeting ist für uns längst eine nicht mehr wegzudenkende Institution geworden und hat vereinsübergreifende Dimension erreicht. Seit vielen Jahren begleiten uns dabei Triathleten des IfA Nonstop Bamberg wie auch vereinslose Hobbyläufer. Weniger Geübte und auch Altersgeschädigte haben überdies die Option, sich ab der Wendelinseiche nur auf 20 km einzulassen, und für die inzwischen in die Jahre gekommenen Männer und Frauen der „ersten Stunde“- inzwischen zur Wandergruppe mutiert - bietet der Start in Teuchatz auch weiterhin die Möglichkeit, an diesem lieb gewonnenen Ereignis in angemessener Form (Prosit!) teilzunehmen.

So sehen Traditionen aus.

* 28 Jun 1939 **Alois Bullinger** 21 Okt 2013 +

Nach seinen im Vorjahr verstorbenen Staffelkameraden Edgar Schrimpf und Jürgen Schlachter ereilte auch Alois Bullinger im Alter von 74 Jahren der plötzliche Herztod. „Bulli“ trainierte bei und mit Paul Mehringer, dessen Läufergruppe beim 1.FC 01 Bamberg in den späten 50er und frühen 60er Jahren auch überregional sehr erfolgreich war. Schon in der Handelschule, wo Alois zusammen mit dem späteren LG-Chefkampfrichter und Kassenwart Harald Henschke die Schulbank drückte und in 4 Fächern von Theo Gulden unterrichtet wurde, fiel der deutlich vorgereifte 16jährige durch seine enorme Ausdauer auf als er die 1000 m ohne Training klar unter drei Minuten lief. Nachdem der Loisl als kleiner unternehmungslustiger Steppke auf der Breitenau beim Hantieren mit herumliegenden Handgranaten die rechte Schreibhand verloren hatte, war für ihn die Aschenbahn ein ideales Betätigungsfeld, um hier trotz seines Handycaps überlegene körperliche Fitness unter Beweis zu stellen: Im ersten Trainingsjahr 17jährig gleich 52,8 s über 400 m, obwohl er die 100 m kaum unter 12 Sekunden laufen konnte. 1957 dann 4facher oberfränkischer Jugendmeister und als Schlussläufer der Olympischen Staffel des FCB nach Kistner, Kremser, Kober bei den Deutschen Jugendmeisterschaften auf Platz 6. Im ersten Juniorenjahr 1958 legt Bullinger, der so aussieht wie er heißt, anlässlich der oberfränkischen Meisterschaften in der Hauptkampfbahn als erster Bamberger die Stadionrunde unter 50 Sekunden zurück. Bei den Bayerischen Juniorenmeisterschaften hat er nach der Silbermedaille im Einzel noch genug Reserven und Stehvermögen, um in der 4x400 m Staffel zusammen mit Hermann, Reges und Schrimpf in 3:30,8 min den Titel zu sichern. Noch etwas schneller ist das junge lilafarbene Quartett beim Gewinn der Nordbayerischen Meisterschaft (3:28,3), den Deutschen Juniorenmeisterschaften auf dem 5.Platz (3:28,6) und beim internationalen Sportfest in Augsburg (3:27,2), jeweils mit oberfränkischem Rekord. Um hinter dem 1.FCN und 60 München die Broncemedaille bei den Bayerischen Meisterschaften 1959 vor heimischem Publikum zu sichern, muss Bulli seinen Stammplatz frei machen und als Startmann anschieben, weil sein Trainer Paul Mehringer in diesem Jahr besser ist. Danach lässt es der Industriekaufmann langsam ausklingen und verlagert seinen Ehrgeiz auf den beruflichen Sektor, wo er als Informatiker bei IBM in Stuttgart Karriere macht. Erst vor wenigen Jahren kehrte Alois Bullinger in seine Heimatstadt Bamberg zurück.

hp

**Leistungsentwicklung**

| | 1955 | 1956 | 1957 | 1958 | 1959 | 1960 | 1961 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 100 m | | | 11,8 | | | | |
| 200 m | | 24,7 | 23,7 | | | | |
| 300 m | | | 37,8 | | | | |
| 400 m | | 52,8 | 52,0 | 49,8 | 51,9 | 51,6 | 52,6 |
| 800 m | | | 2:07,0 | 2:02,0 | 1:59,0 | 2:00,4 | 2:06,2 |
| 1000 m | | 2:56,4 | | 2:41,6 | | | |

**Oberfränkische Meisterschaften**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1957 | 400m (Jgd A) | Bullinger, Alois, 39, 1.FC Bamberg | 52,3 | (1.) |
| 1957 | 4x100m (Jgd A) | (Kober, Kremser, Volz, Bullinger) | 45,6 | (1.) |
| 1957 | Olymp.Staffel (Jgd A) | ( ? ? ? Bullinger) | 3:51,0 | (1.) |
| 1957 | 5-Kampf-Mann. (JgdA) | (Kober, Reges, Kremser, Kistner, Bull.) | 11339 | (1.) |
| 1958 | 4x400m | (Schrimpf, Reges, Bullinger, Mehringer) | 3:29,8 | (1.) OR |
| 1959 | 4x400m | (Bullinger, Reges,Buckel, Schrimpf) | 3:31,1 | (1.) |
| 1960 | 3x1000m | (Scheller, Reges, Bullinger) | 7:55,0 | (1.) |

**Bayerische Meisterschaften**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1957 | Olymp.Staffel (JgdA) | (Kistner, Kober, Kremser, Bullinger) | 3:38,8 | (4.) |
| 1958 | 400m (Junioren) | (Bullinger, Alois, 39, 1.FC Bamberg | 51,1 | (2.) |
| 1958 | 4x400m (Junioren) | ( ? ? ? , Bullinger) | 3:30,8 | (1.) |
| 1958 | 4x400m (Nordbayerische) | (Sextl, Schrimpf, Reges, Bullinger) | 3:28,3 | (1.) |
| 1959 | 4x400m | (Bullinger, Hermann, Schrimpf, Mehringer) | 3:31,4 | (3.) |

**Deutsche Meisterschaften**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1957 | Olymp.Staffel (JgdA) | (Kistner, Kremser, Kober, Bullinger) | 3:40,0 | (6.) |
| 1958 | 4x400m (Junioren) | (Hermann, Reges, Schrimpf, Bullinger) | 3:28,6 | (5.) |

**Die besten Staffeleinsätze**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1959 | 10 x 100 m | | 1:52,2 | |
| 1958 | 4 x 100 m | (P.Mehringer, Bullinger, Schrimpf, Dietz) | 44,5 | |
| 1958 | 4 x 200 m | (P.Mehringer, Bullinger, Schrimpf, Dietz) | 1:32,2 | (OR) |
| 1958 | 4 x 400 m | (Schrimpf, Hermann, Reges, Bullinger) | 3:27,2 | (OR) |
| 1960 | 3 x 1000 m | (Scheller, Regus, Bullinger) | 7:55,0 | |
| 1958 | Schwedenstaffel | (Bullinger, Schrimpf, P.Mehringer, Reges) | 2:04,9 | |
| 1957 | Olympische Staffel | (Kistner, Kober, Kremser, Bullinger) | 3:38,8 | |

MAY Baustoffe GmbH
May Philipp GmbH
Baustoffe - Trockenbau
Laubanger 16 96 28 - 0
Telefax 96 28 60
Mo-Fr 7.00-17.00 Uhr, Sa 7.00-12.00 Uhr
www.may-baustoffe.de
info@may-baustoffe.de

# Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 15

**75 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 8,92 sec | Christian Schurr | 89 |
| 9,08 | Daniel Lang | 98 |
| 9,22 | Markus Kittner | 97 |
| 9,24 | Martin Schöner | 88 |
| 9,26 | Ralf Steiner | 90 |
| 9,26 | Benjamin Kocina | 93 |
| 9,30 | Fabian Osel | 93 |
| 9,30 | Alexander Weiß | 97 |
| 9,32 | Johannes Wichert | 98 |
| 9,33 | Christopher Schell | 97 |

**100 m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 11,26 sec | Holger Betzold | 01 |
| 11,8 | Richard Kupfer | 69 |
| 11,8 | Wolfram Däumler | 72 |
| 11,9 | Alfred Kotissek | 58 |
| 12,20 | Penalba, Oliver | 04 |
| 12,0 | Emanuel Schmitt | 05 |
| 12,27 | Christopher Schell | 97 |
| 12,30 | Jonas Seidler | 13 |
| 12,36 | Christoph Hofmann | 00 |
| 12,54 | Michael Schlosser | 06 |

**300 m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 35,70 sec | Holger Betzold | 01 |
| 40,28 | Johannes Eckert | 03 |
| 40,35 | Benno Lessner | 03 |
| 40,68 | Patrick Wolf | 08 |
| 40,80 | Julius Lang | 13 |
| 42,70 | Marius Deckert | 11 |
| 43,08 | Hartmann, Christoph | 04 |
| 43,32 | Emanuel Schmitz | 13 |
| 44,22 | Michael Schlosser | 06 |
| 46,25 | Christian Schick | 02 |
| 48,32 | Friedrich, Stefan | 04 |

**800 m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:10,3 min | Ulrich Braszus | 71 |
| 2:14,12 | Johannes Eckert | 03 |
| 2:19,7 | Herbert Weber | 71 |
| 2:21,78 | Patrick Holzner | 12 |

**1000 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:36,79 min | Alexander Weiß | 97 |
| 2:38,7 | Harald Hack | 77 |
| 2:41,10 | Thomas Thiel | 90 |
| 2:41,4 | Bernhard Hack | 82 |
| 2:41,68 | Lars Werner | 90 |
| 2:41,9 | Otmar Baumer | 79 |
| 2:42,9 | Hubert Wolfschmidt | 73 |
| 2:44,20 | Rudi Schäfer | 88 |
| 2:44,1 | Friedrich Einwich | 73 |
| 2:45,28 | Lars Reichelt | 94 |

**5 km – Straßenlauf (Mannschaft)**

| | | |
|---|---|---|
| 53:39 min | Werner – Thiel – Krebs | 90 |

**2000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 6:07,8 min | Felix Wieneke | 03 |
| 6:09,21 | Lars Reichelt | 94 |
| 6:15,2 | Hubert Wolfschmidt | 73 |
| 6:17,3 | Rudi Schäfer | 88 |
| 6:19,4 | Hubert Sowa | 69 |
| 6:34,2 | Harald Klosa | 72 |
| 6:37,65 | Tobias Teuscher | 86 |
| 6:41,19 | Markus Kittner | 97 |
| 6:43,0 | Ulrich Braszus | 71 |
| 6:50,0 | Jorgos Kavouras | 69 |

**3000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9:27,91 min | Lars Werner | 90 |
| 9:31,3 | Bernhard Hack | 82 |
| 9:34,73 | Felix Wieneke | 03 |
| 9:51,90 | Lars Reichelt | 94 |
| 9:55,8 | Rudolf Schmitt | 76 |
| 10:06,9 | Gerd Beck | 79 |
| 10:18,8 | Johannes Spielberger | 09 |
| 10:19,8 | Stefan Heinkelmann | 78 |
| 10:20,99 | Tobias Teuscher | 86 |
| 10:34,84 | Michael Weißhaupt | 06 |

**5 km - Straßenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 16:50 min | Thomas Thiel | 90 |
| 17:14 | Lars Werner | 90 |
| 17:46 | Lars Reichelt | 94 |
| 18:59 | Jörn Krebs | 90 |
| 19:48 | Alexander Brenning | 90 |

**80 m - Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 11,45 sec | Tim Hermann | 91 |
| 11,76 | Patrick Wolf | 08 |
| 11,97 | Markus Kittner | 97 |
| 12,23 | Penalba, Oliver | 04 |
| 12,35 | Hartmut Hohmann | 90 |
| 12,44 | Stefan Zabel | 93 |
| 12,45 | Lars Werner | 90 |
| 12,56 | Alexander Krause | 93 |
| 12,93 | Florian Geyer | 90 |
| 13,06 | Ralf Steinert | 90 |

**300 m – Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 47,22 sec | Schobert, Andreas | 04 |
| 53,74 | Jan Vollhüter | 13 |

**4 x 75 m - Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 34,92 sec | Richter – Weiß A.<br>Kittner – Schell | 97 |
| 35,17 | Zabel – Osel<br>Krause – Kocina | 93 |
| 35,23 | Schneider – Schurr<br>Felix – Schöner | 88 |
| 35,38 | Schmitt – Schurr<br>Felix – Reis M. | 88 |
| 35,64 | Hoang – Hohmann<br>Steinert – Hermann | 90 |

# Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 15

**4 x 75 m – Staffellauf (Fortsetzung)**

| | | |
|---|---|---|
| 36,58 sec | Richter – Lang – Wichert | 98 |
| | Dechansreiter | |
| 36,98 | Fischer – Zabel | 92 |
| | Schrauder – Krause | |
| 37,86 | Hoang – Schellenberger | 89 |
| | Thoma – Beck | |

**4 x 100 m - Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 47,4 sec | Schörner – Hempel | |
| | Strehler – Schöner | 86 |
| 48,27 | Rothlauf – Schubert | |
| | Stark – Wolf | 08 |
| 48,7 | Benz – Himmel | |
| | Mederer – Geyer | 73 |
| 48,8 | Stössel - Richter | |
| | Schickentanz – Weiss | 84 |
| 49,0 | Schöner – Reis | |
| | Schmitt – Schneider | 87 |
| 49,34 | Schmitz – Baumgartl | |
| | Seidler – Vollhüter | 13 |
| 50,13 | Reichenberger - Penalba | |
| | Montag – Eckert | 03 |
| 50,4 | Kiefer – Stark | |
| | Will – ?? | 71 |
| 51,73 | Reis – Bickel | |
| | Loch – Hillmann | 85 |
| 52,3 | Palt – Schmidt | |
| | Endres – Beier | 76 |

**3 x 1000 m - Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 8:14,8 min | Krebs – Werner – Thiel | 90 |
| 8:40,38 | Weiß D. – Weiß A. – Kittner | 97 |
| 8:40,96 | Werner – Thiel - Oberender | 89 |
| 8:56,96 | Eckert – Wieneke – Lessner | 03 |
| 8:57,76 | Dütsch – Heer – Knörlein | 07 |
| 9:08,0 | Herz – Wolfschmidt – Endres | 72 |
| 9:08,4 | Leßner – Röhmer – Deuber | 71 |
| 9:11,8 | Zwiers – Herl – Bentz | 73 |
| 9:16,74 | Herdegen – Friedrich–Weißhaupt | 05 |
| 9:18,2 | Pflaum – Schliewa – Hebeis | 74 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,95 m | Werner Himmel | 74 |
| 1,84 | Kilian Popp | 83 |
| 1,80 | Steffen Wernicke | 79 |
| 1,78 | Florian Geyer | 90 |
| 1,76 | Ulrich Brendel | 85 |
| 1,75 | Wolfram Däumler | 72 |
| 1,75 | Michael Seidel | 78 |
| 1,75 | Peter Martini | 80 |
| 1,75 | Michael Rupp | 83 |
| 1,74 | Christoph Pflaum | 75 |

**Stabhochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 2,80 m | Franz Kübrich | 80 |
| 2,60 | Peter Martini | 80 |
| 2,40 | Wolfram Däumler | 72 |
| 2,20 | Michael Kleinschmidt | 79 |

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 6,58 m | Johannes Wichert | 98 |
| 6,50 | Uwe Loch | 86 |
| 6,37 | Wolfgang Kohn | 81 |
| 6,35 | Markus Kittner | 97 |
| 6,29 | Hartmut Hohmann | 90 |
| 6,28 | Konrad Stark | 72 |
| 6,20 | Werner Himmel | 74 |
| 6,17 | Hans-Georg Herr | 77 |
| 6,17 | Michael Seidel | 78 |
| 6,16 | Matthias Bickel | 86 |

**Dreisprung**

| | | |
|---|---|---|
| 13,56 m | Uwe Loch | 86 |
| 13,40 | Wolfgang Kohn | 81 |
| 12,86 | Franz Kübrich | 80 |
| 12,57 | Hartmut Hohmann | 90 |
| 12,46 | Michael Rupp | 83 |
| 12,45 | Dietmar Kremer | 83 |
| 12,36 | Wolfram Däumler | 72 |
| 12,27 | Christoph Rothlauf | 08 |
| 12,22 | Michael Schrauder | 92 |
| 12,13 | Kilian Popp | 83 |

**Kugelstoß (4 kg)*** = 5 kg

| | | |
|---|---|---|
| 15,51 m | Ralf Steinert | 90 |
| 15,19 | Florian Geyer | 90 |
| 15,17 * | Stefan Reis | 84 |
| 14,99 | Markus Kittner | 97 |
| 14,60 | Michael Reis | 88 |
| 14,00 * | Robert Windfelder | 84 |
| 13,33 | Martin Schöner | 88 |
| 13,05 | Hartmut Hohmann | 90 |
| 13,04 | Christopher Schell | 93 |
| 12,95 | Andreas Hoh | 90 |

**Diskuswurf (1 kg)** * = 1,5 kg

| | | |
|---|---|---|
| 46,94 m | Florian Geyer | 90 |
| 44,90 | Michael Reis | 88 |
| 43,04 | Ralf Steinert | 90 |
| 42,24 | Markus Kittner | 97 |
| 36,96 * | Felix Steiner | 68 |
| 39,96 * | Stefan Reis | 84 |
| 38,58 * | Udo Beier | 77 |
| 36,90 * | Gerhard Bergmann | 73 |
| 36,04 * | Heinz-Georg Bloß | 74 |
| 34,93 * | Gerhard Brand | 63 |

**Speerwurf (600 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 55,90 m | Markus Kittner | 97 |
| 50,74 | Robert Windfelder | 84 |
| 50,40 | Felix Steiner | 68 |
| 48,62 | Hubertus Seubert | 74 |
| 48,06 | Martin Schöner | 88 |
| 47,08 | Stefan Reis | 84 |
| 46,30 | Fabian Osel | 93 |
| 44,25 | Helmut Ott | 61 |
| 44,02 | Werner Himmel | 74 |
| 43,70 | Konrad Stark | 72 |

# Ihre Stadthotels in Bamberg

HOTEL Andres

Heiliggrabstraße 1 • 96052 Bamberg
www.andres-hotel.de

*** ALTSTADT HOTEL WEIERICH

Lugbank 5 • 96049 Bamberg
www.hotel-weierich.de

molitor
*** Altstadt-Hotel

Ob. Mühlbrücke 2–4 • 96049 Bamberg
www.altstadthotel-molitor.de

www.altstadthotels-bamberg.de

## Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 15

**Hammerwurf (4 kg)** * = 5 kg

| | | |
|---|---|---|
| 61,24 m * | Heinz-Georg Bloß | 74 |
| 49,50 * | Gerhard Bergmann | 72 |
| 40,68 * | Heinz Kotthaus | 67 |
| 40,38 * | Bloß Robert | 67 |
| 36,34 * | Rainer Rumpel | 72 |
| 25,50 * | Wolfgang Heinmann | 76 |
| 24,42 * | Ulrich Aas | 71 |
| 20,08 | Jan Thoma | 89 |

**Vierkampf**

75m (ab 2000:100m,Weit,Hoch,Kugel

| | | |
|---|---|---|
| 2270e P | Michael Reis | 88 |
| 2133e | Daniel Weiß | 93 |
| 2114e | Florian Geyer | 90 |
| 2031e | Christopher Schell | 97 |
| 1974e | Michael Schrauder | 92 |
| 1908e | Christoph Rothlauf | 08 |
| 1828e | Sebastian Schobert | 07 |
| 1810e | Benno Lessner | 03 |
| 1798e | Patrick Wolf | 08 |
| 1418e | Jonas Seidler | 13 |

**Blockwettkampf Wurf**75m (ab 2000: 100m)

80m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 2906e P | Ralf Steinert | 90 |
| 2602e | Florian Geyer | 90 |
| 2582 | Penalba, Oliver | 04 |
| 2455e | Michael Schrauder | 92 |
| 2342e | Andreas Hoh | 90 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 82,00 m | Fritz Weber | 65 |
| 81,00 | Markus Kittner | 97 |
| 77,30 | Ott Helmut | 61 |
| 67,50 | Christopher Schell | 97 |
| 60,56 | Friedrich Lorenz | 70 |
| 56,50 | Montag, Maximilian | 04 |
| 55,50 | Heinrich Porsch | 61 |
| 30,00 | Jonas Seidler | 13 |
| 28,00 | Patrick Wolf | 08 |

**Vierkampf(Mannschaft- M15/14)**

| | | |
|---|---|---|
| 9007e P | Stark – Schubert– Rothlauf | |
| | Wolf – Spielberger | 08 |

**BlockwettkampfSprint** 75m(ab 2000:100m)

80m H.,Weit, Hoch, Speer

| | | |
|---|---|---|
| 2693e P | Hartmut Hohmann | 90 |
| 2625e | Florian Geyer | 90 |
| 2542e | Schobert, Andreas | 04 |
| 2444e | Christoph Rothlauf | 08 |
| 2283e | Jan Vollhüter | 13 |
| 2146e | Dominik Frenzel | 06 |

**Blockwettkampf Lauf**75m (ab 2000: 100m)

80m H., Weit, Ball, 2000m

| | | |
|---|---|---|
| 2850e P | Johannes Wichert | 98 |
| 2790e | Markus Kittner | 97 |
| 2229e | Patrick Wolf | 08 |
| 2131e | Jonas Seidler | 13 |

## Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 14

**75 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9,19 sec | Christian Schurr | 88 |
| 9,40 | Tam Hoang | 89 |
| 9,60 | Markus Kittner | 97 |
| 9,62 | Stefan Zabel | 92 |
| 9,63 | Alexander Krause | 92 |
| 9,4 | Jan Thoma | 88 |
| 9,70 | Tim Hermann | 90 |
| 9,5 | Georg Wittmann | 69 |
| 9,78 | Robert Richter | 97 |
| 9,80 | Werner Mönius | 62 |

**800 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:29,34 min | Christian Baumgartl | 13 |

**1000 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:45,39 min | Thomas Thiel | 89 |
| 2:48,0 | Hubert Wolfschmidt | 72 |
| 2:48,2 | Lars Reichelt | 93 |
| 2:48,4 | Otmar Baumer | 78 |
| 2:49,1 | Harald Hack | 76 |
| 2:49,5 | Bernhard Hack | 81 |
| 2:50,45 | Lars Werner | 89 |
| 2:51,7 | Manfred Einwich | 72 |
| 2:52,77 | Holger Baumgartl | 84 |
| 2:52,79 | Dominik Weiß | 97 |

**100 m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 11,44 sec | Holger Betzold | 00 |
| 11,86 | Hendrik Stark | 08 |
| 11,7 | Manfred Bentz | 73 |
| 12,10 | Johannes Sternberg | 00 |
| 12,14 | Sebastian Kohn | 06 |
| 12,39 | Julius Lang | 13 |
| 12,46 | Oliver Penalba | 03 |
| 12,3 | Manfred Palt | 76 |
| 12,49 | Christian Baumgartl | 13 |
| 12,4 | Harald Kiefer | 71 |
| 12,4 | Konrad Stark | 71 |

**2000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 6:11,0 min | Jens Obermeier | 84 |
| 6:24,2 | Bernhard Hack | 81 |
| 6:37,02 | Markus Kittner | 96 |
| 6:37,65 | Tobias Teuscher | 85 |
| 6:42,4 | Thomas Lang | 79 |
| 6:49,2 | Rudolf Schmidt | 75 |
| 6:54,8 | Harald Hack | 76 |
| 6:59,2 | Manfred Zwiers | 73 |
| 7:04,0 | Uwe Schubert | 75 |
| 7:05,3 | Gerald Bauer | 79 |

**5 km - Straßenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 17:30 min | Lars Werner | 89 |

# Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 14

**3000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9:44,3 min | Jens Obermeier | 84 |
| 9:54,6 | Lars Werner | 89 |
| 10:01,08 | Bernhard Hack | 81 |
| 10:06,8 | Lars Reichelt | 93 |
| 10:51,41 | Michael Weißhaupt | 95 |
| 11:27,70 | Volker Wrede | 83 |
| 11:48,52 | Julian Vogel | 11 |

**80 m Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 11,69 sec | Tim Hermann | 90 |
| 11,98 | Hendrik Stark | 08 |
| 12,19 | Uwe Loch | 85 |
| 12,0 | Werner Himmel | 73 |
| 12,56 | Patrick Wolf | 07 |
| 12,68 | Markus Kitttner | 96 |
| 12,86 | Johannes Wichert | 97 |
| 13,10 | Alexander Krause | 92 |
| 12,9 | Matthias Bickel | 84 |
| 13,0 | Harald Kiefer | 71 |
| 13,0 | Christoph Pflaum | 74 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,85 m | Werner Himmel | 73 |
| 1,75 | Michael Rupp | 82 |
| 1,73 | Uwe Loch | 85 |
| 1,72 | Florian Geyer | 89 |
| 1,71 | Wolfram Däumler | 71 |
| 1,70 | Christoph Pflaum | 74 |
| 1,70 | Kilian Popp | 82 |
| 1,68 | Matthias Bickel | 85 |
| 1,68 | Jan Schubert | 08 |
| 1,65 | Bernhard Weidhas | 77 |
| 1,65 | Tim Hermann | 90 |

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 6,17 m | Uwe Loch | 85 |
| 6,07 | Holger Betzold | 00 |
| 5,99 | Matthias Bickel | 85 |
| 5,95 | Werner Himmel | 73 |
| 5,92 | Michael Rupp | 82 |
| 5,85 | Oliver Penalba | 03 |
| 5,81 | Wolfgang Kohn | 80 |
| 5,77 | Hendrik Stark | 08 |
| 5,70 | Martin Schöner | 87 |
| 5,70 | Hartmut Hohmann | 89 |

**Dreisprung**

| | | |
|---|---|---|
| 12,00 m | Randolf Trummer | 80 |
| 11,34 | Alexander Krause | 92 |
| 9,18 | Thomas Kotissek | 90 |

**Stabhochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 2,60 m | Randolf Trummer | 80 |

**Hammerwurf (4 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 50,76 m | Heinz-Georg Bloß | 73 |
| 28,78 | Florian Geyer | 89 |
| 28,44 | Gerhard Bergmann | 71 |
| 25,92 | Hartmut Hohmann | 89 |
| 25,10 | Matthias Schellenberger | 89 |
| 19,36 | Fabian Pagenburg | 94 |

**Kugelstoß (4 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 15,27 m | Stefan Reis | 83 |
| 14,43 | Robert Windfelder | 83 |
| 13,37 | Florian Geyer | 89 |
| 13,30 | Udo Beier | 76 |
| 13,28 | Heinz-Georg Bloß | 73 |
| 12,78 | Manfred Bentz | 73 |
| 12,75 | Michael Kleinschmidt | 78 |
| 12,52 | Matthias Bickel | 85 |
| 12,47 | Randolf Trummer | 80 |
| 12,95 | Michael Reis | 87 |

**Diskuswurf (1 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 45,46 m | Stefan Reis | 83 |
| 39,15 | Christian Baumgartl | 13 |
| 37,68 | Markus Kittner | 96 |
| 37,36 | Udo Beier | 76 |
| 36,88 | Randolf Trummer | 80 |
| 32,40 | Florian Geyer | 89 |
| 31,70 | Michael Kleinschmidt | 78 |
| 31,60 | Heinz-Georg Bloß | 73 |
| 31,02 | Robert Windfelder | 83 |
| 30,48 | Manfred Bentz | 73 |

**Speerwurf (600 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 47,50 m | Robert Wildfelder | 83 |
| 45,64 | Martin Schöner | 87 |
| 44,38 | Markus Kittner | 96 |
| 42,44 | Werner Himmel | 73 |
| 42,44 | Stefan Reis | 83 |
| 40,02 | Hubertus Seubert | 73 |
| 37,60 | Uwe Loch | 85 |
| 36,90 | Fabian Pagenburg | 94 |
| 36,30 | Randolf Trummer | 80 |
| 34,98 | Thomas Kollmer | 79 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 78,50 m | Fritz Weber | 64 |
| 76,00 | Luitpold Weegmann | 68 |
| 68,50 | Markus Kittner | 96 |
| 64,00 | Jürgen Warwas | 85 |
| 63,50 | Fabian Pagenburg | 94 |
| 63,00 | Hans Müller | 63 |
| 61,50 | Peter Kurde | 62 |
| 61,52 | Neukamm | 85 |
| 61,06 | Roth | 85 |
| 60,28 | Helmut Figge | 70 |

**Blockwettkampf Wurf** 75m (ab 2000: 100m) 80m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 2565e P | Christian Baumgartl | 13 |
| 2425e | Johannes Wichert | 97 |
| 2271 | Hartmut Hohmann | 89 |
| 2171e | Christopher Schell | 96 |

**Blockwettkampf Lauf** 75m (ab 2000: 100m), 80m H., Hoch, 1000m

| | | |
|---|---|---|
| 2593e P | Markus Kittner | 96 |
| 2522 | Alexander Krause | 92 |
| 2296 | Jürgen Beck | 89 |
| 2146e | Patrick Wolf | 07 |

## Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 14

**Vierkampf**

75m (ab 2000: 100m), Weit, Hoch, Kugel

| | | |
|---|---|---|
| 2047e P | Florian Geyer | 89 |
| 2013e | Jan Schubert | 08 |
| 1998e | Sven Reichelt | 90 |
| 1998e | Hendrik Stark | 08 |
| 1990 | Matthias Bickel | 85 |
| 1973e | Matthias Kittner | 02 |
| 1967e | Johannes Wichert | 97 |
| 1945e | Alexander Weiß | 96 |
| 1928e | Daniel Weiß | 92 |
| 1939e | Julius Lang | 13 |

**Blockwettkampf Sprint** 75m(ab 2000: 100m)

80m H., Weit, Hoch, Speer

| | | |
|---|---|---|
| 2713e P | Hendrik Stark | 08 |
| 2514e | Tim Hermann | 90 |
| 2400e | Julius Lang | 13 |
| 2366 | Jörg Fleischmann | 89 |
| 2259e | Kevin Wheeler | 10 |
| 2183 | Matthias Schellenberger | 89 |
| 2132e | Marius Deckert | 10 |
| 1755e | Christian Schick | 01 |
| 2221 | Emanuel Schmitt | 04 |
| 1984 | Frederik Schmid | 04 |

## Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 13

**50 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 6,56 sec | Holger Betzold | 99 |
| 6,83 | Johannes Sternberg | 99 |
| 6,95 | Markus Kittner | 95 |
| 6,99 | Jan Klein | 95 |
| 6,8 | Frank Roland | 94 |
| 7,10 | Frank Schneider | 99 |
| 7,11 | Matthias Schellenberger | 88 |
| 6,9 | Alexander Krause | 91 |
| 7,17 | Bernhard Kotissek | 88 |
| 7,22 | Alexander Weiß | 85 |

**75 m- Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9,53 sec | Hendrik Stark | 07 |
| 9,84 | Julius Lang | 12 |
| 10,10 | Oliver Penalba | 02 |
| 10,10 | Jan Schubert | 07 |
| 9,9 | Fritz Weber | 63 |
| 10.21 | Kevin Wheeler | 09 |
| 10,23 | Maximilian Montag | 02 |
| 10,27 | Andreas Schobert | 02 |
| 10,41 | Michael Reichenberger | 03 |
| 10,45 | Emanuel Schmitt | 03 |
| 10,45 | Kai Eberl | 10 |

**800 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:27,53 min | Tobias Poßer | 12 |

**1000 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:54,02 min | Alexander Weiß | 95 |
| 2:58,3 | Otmar Baumer | 77 |
| 3:00,58 | Dominik Weiß | 96 |
| 3:01,68 | Lars Werner | 88 |
| 3:02,91 | Holger Baumgartl | 83 |
| 3:05,30 | Benedikt Weiß | 99 |
| 3:06,38 | Jonas Merzbacher | 96 |
| 3:07,18 | Johannes Heerdegen | 03 |
| 3:07,2 | Alexander Krause | 91 |
| 3:10,7 | Thomas Thiel | 88 |

**3000 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 10:29,37min | Jonas Merzbacher | 96 |
| 10;45,54 | Jens Obermeier | 83 |
| 11:06,77 | Johannes Spielberger | 07 |

**2000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 6:43,84 min | Lars Werner | 88 |
| 6:52,1 | Jens Obermeier | 83 |
| 6:54,10 | Holger Baumgartl | 83 |
| 7:09,5 | Bernhard Hack | 80 |
| 7:36,8 | Thomas Lang | 78 |

**60 m - Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9,7 sec | Tim Hermann | 89 |
| 10,10 | Hendrik Stark | 07 |
| 10,1 | Markus Kittner | 95 |
| 10,32 | Kevin Wheeler | 09 |
| 10,44 | Kai Eberl | 10 |
| 10,86 | Jan Klein | 95 |
| 10,90 | Johannes Wichert | 96 |
| 11,12 | Emanuel Schmitz | 11 |
| 11,20 | Andreas Wichert | 05 |
| 11,61 | Oliver Penalba | 02 |

**4 x 50 m - Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 26,62 sec | Klein – Weiß A. | 95 |
| | Schell – Kittner | |
| 27,69 | Schreiber – Weiß | 94 |
| | Hinkelmann – Schell | |
| 28,06 | Kotissek B. – Geyer | 88 |
| | Hohmann – Schellenberger | |
| 29,06 | Weiß D. – Merzbacher | 95 |
| | Wegner – Wichert | |
| 33,08 | Holze – Rauscher | 92 |
| | Pagenburg – Reichelt | |

**4x75m – Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 41,39 sec | Tscherner – Schramm | |
| | Schmitz – Eberl | 10 |
| 41,40 | Wheeler – Schubert | |
| | Stark – Spielberger | 06 |
| 42,2 | Schellenberger – Hohmann | |
| | Wichmann – Kotissek B. | 87 |
| 43,20 | Wichert – Schobert | |
| | Kohn – Uebel | 04 |
| 43,40 | Baumer – Lang | |
| | Kleinschmidt – Felsch | 76 |
| 43,50 | Schramm – Kapp | |
| | Lang – Schmitz | 11 |

# Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 13

**4x75m – Staffellauf - Fortsetzung**

| | | |
|---|---|---|
| 44,0 sec | Silberreis – Ott | |
| | Hoffmann – Trummer | 78 |
| 44,7 | Beck – Denzlein | |
| | Baumer – Flach | 75 |
| 45,00 | Polizei SV (NN) | 79 |
| 45,09 | Wichmann – Dusold | |
| | Kotissek Th. – Mayer | 87 |

**3 x 1000 m - Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9:36,15 min | Reichelt – Thiel – Werner | 88 |
| 9:38,3 | Merzbacher – Weiß D. – Wichert | 96 |
| 9:39,20 | Merzbacher – Weiß D – Weiß A. | 95 |
| 10:26,29 | Thiel – Reichelt – Kotissek B. | 87 |
| 10:39,88 | Weißhaupt–Schommatz–Günther | 03 |
| 10:50,64 | Weiß B. – Hinkelmann – Raatz | 98 |
| 11:11,80 | Burger - Eckert – Lessner | 00 |
| 11:19,40 | Wichert – Schobert – Weißhaupt | 04 |
| 11:32,16 | Tscherner – Seidler – Vogel | 10 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,65 m | Werner Himmel | 72 |
| 1,64 | Jan Schubert | 07 |
| 1,62 | Matthias Bickel | 84 |
| 1,62 | Uwe Loch | 84 |
| 1,60 | Florian Geyer | 88 |
| 1,60 | Kai Eberl | 10 |
| 1,52 | Tim Hermann | 89 |
| 1,50 | Markus Kittner | 95 |
| 1,49 | Andreas Schobert | 02 |
| 1,48 | Alexander Krause | 91 |
| 1,48 | Alexander Weiß | 95 |
| 1,48 | Hendrik Stark | 07 |

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 5,65 m | Matthias Bickel | 84 |
| 5,51 | Holger Betzold | 99 |
| 5,50 | Werner Himmel | 72 |
| 5,39 | Johannes Sternberg | 99 |
| 5,35 | Markus Kittner | 95 |
| 5,31 | Hartmut Hohmann | 88 |
| 5,29 | Martin Schöner | 86 |
| 5,23 | Jörg Fleischmann | 88 |
| 5,17 | Oliver Penalba | 02 |
| 5,11 | Hendrik Stark | 07 |

**Kugelstoß (4 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 12,11 m | Stefan Reis | 82 |
| 11,95 | Markus Kittner | 95 |
| 11,29 | Alexander Spörlein | 02 |
| 10,77 | Matthias Bickel | 84 |
| 10,84 | Sven Reichelt | 89 |
| 10,62 | Tim Hermann | 89 |
| 10,05 | Daniel Weiß | 91 |
| 9,81 | Johannes Sternberg | 99 |
| 9,71 | Christopher Schell | 95 |
| 9,54 | Hartmut Hohmann | 88 |

**Diskuswurf (1 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 33,52 m | Stefan Reis | 82 |
| 28,76 | Hubertus Seubert | 77 |
| 28,74 | Markus Kittner | 97 |
| 25,48 | Michael Kleinschmidt | 77 |
| 21,06 | Sebastian Burger | 97 |
| 20,50 | Christopher Schell | 95 |
| 20,12 | Sebastian Schobert | 05 |
| 19,70 | Leo Schramm | 11 |

**Hammerwurf (4 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 23,14 m | Sven Reichelt | 89 |

**Speerwurf (600 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 40,02 m | Hubertus Seubert | 73 |
| 39,72 | Markus Kittner | 95 |
| 36,22 | Stefan Reis | 82 |
| 35,24 | Matthias Bickel | 84 |
| 32,68 | Johannes Wichert | 96 |
| 27,64 | Gordon Holze | 93 |
| 25,02 | Jan Vollhüter | 11 |
| 23,47 | Leo Schramm | 11 |
| 22,06 | Tim Hermann | 89 |
| 14,44 | Frank Schneider | 99 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 76,50 m | Fritz Weber | 63 |
| 59,00 | Markus Kittner | 95 |
| 51,00 | Alexander Weiß | 95 |
| 51,00 | Kevin Wheeler | 09 |
| 50,00 | Johannes Wichert | 96 |
| 48,50 | Andreas Schobert | 02 |
| 48,00 | Bertram Wegner | 96 |
| 45,00 | Jörg Fleischmann | 88 |
| 45,00 | Gordon Holze | 93 |
| 44,50 | Christopher Schell | 95 |

**Vierkampf**

50m (ab 2000: 75m), Weit, Hoch, Ball 200 g

| | | |
|---|---|---|
| 1929e P | Hendrik Stark | 07 |
| 1877e | Markus Kittner | 96 |
| 1801e | Jan Schubert | 07 |
| 1748e | Andreas Schobert | 02 |
| 1734e | Alexander Weiß | 95 |
| 1722e | Kai Eberl | 10 |
| 1721e | Jörg Fleischmann | 88 |
| 1719e | Oliver Penalba | 02 |
| 1696e | Hartmut Hohmann | 88 |
| 1657e | Marius Deckert | 09 |

**Vierkampf(Mannschaft - M13/12)**

| | | |
|---|---|---|
| 7078e P | Eberl – Tscherner – Schramm | |
| | Vollhüter – Seidler | 10 |

**Bockwettkampf Wurf** 50m (ab 2000: 75m), 60m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 2398e P | Markus Kittner | 95 |
| 1919 | Sebastian Schobert | 05 |
| 1844e | Christopher Schell | 95 |

## Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 13

**Bockwettkampf Lauf** 50m (ab 2000: 75m), 60m H., Weit, Ball, 1000m

| | | |
|---|---|---|
| 2126e P | Alexander Weiß | 95 |
| 2033e | Oliver Penalba | 02 |
| 2003e | Jonas Merzbacher | 96 |
| 1990e | Dominik Weiß | 96 |
| 1934e | Bertram Wegner | 96 |
| 1820e | Emanuel Schmitz | 11 |
| 1780e | Andreas Wichert | 05 |
| 1661e | Michael Weißhaupt | 04 |
| 1488e | Yannik Lubas | 11 |

**DSMM- Gruppe 2 - M13/12**

| | | |
|---|---|---|
| 3258e P | LG Bamberg | 10 |
| 2860e | LG Bamberg | 11 |

**Blockwettkampf Sprint** 50m,(ab 2000: 75m), 60 m H., Weit, Hoch, Ball

| | | |
|---|---|---|
| 2461e P | Hendrik Stark | 07 |
| 2299e | Kevin Wheeler | 09 |
| 2116e | Kai Eberl | 10 |
| 2057e | Johannes Wichert | 96 |
| 1983e | Maximilian Montag | 02 |
| 1971e | Andreas Schobert | 02 |
| 1601e | Niklas Uebel | 04 |

**Blockwettkampf (Mannschaft - M13/12)**

| | | |
|---|---|---|
| 8674e P | Eberl – Tscherner – Schramm Schmitz - Vollhüter | 10 |
| 8415e P | Schmitz – Leisgang – Lang Meidinger – Lubas | 11 |

## Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 12

**50 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7,0 sec | Jan Klein | 94 |
| 7,1 | Alexander Krause | 90 |
| 7,2 | Niki Blenk | 94 |
| 7,3 | Stefan Teichtweier | 91 |
| 7,50 | Damian Heidemann | 94 |
| 7,38 | Christopher Raatz | 98 |
| 7,54 | Fabian Pagenburg | 92 |
| 7,56 | Dominik Weiß | 95 |
| 7,58 | Sven Reichelt | 88 |
| 7,58 | Martin Kotissek | 94 |
| 7,58 | Alexander Weiß | 94 |

**75 m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 10,01 sec | Sebastian Kohn | 04 |
| 10,0 | Ottmar Baumer | 76 |
| 10,0 | Martin Schöner | 85 |
| 10,0 | Uwe Loch | 83 |
| 10,20 | Matthias Bickel | 93 |
| 10,3 | Michael Rupp | 80 |
| 10,4 | Manfred Bentz | 71 |
| 10,4 | Dieter Makorn | 80 |
| 10,58 | Andreas Schobert | 01 |
| 10,60 | Kai Eberl | 09 |

**800 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:51,74 min | Malte Lax | 13 |
| 3:00,54 | Johannes Bayer | 13 |
| 3:08,52 | Robin Geyer | 13 |
| 3:13,08 | Timo Tscherner | 13 |

**1000 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 3:05,08 min | Dominik Weiß | 95 |
| 3:19,3 | Lars Werner | 87 |
| 3:09,60 | Alexander Weiß | 94 |
| 3:13,28 | Christopher Raatz | 98 |
| 3:15,58 | Jonas Merzbacher | 95 |
| 3:16,18 | Thomas Thiel | 87 |
| 3:19,3 | Dietmar Ott | 80 |
| 3:19,88 | Tobias Posser | 11 |
| 3:23,50 | Benedikt Weiß | 98 |
| 3:25,95 | Lukas Leisgang | 11 |

**2000 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7:30,3 min | Dietmar Ott | 80 |
| 7:54,01 | Dirk Reichelt | 85 |
| 8:02,5 | Dirk Mayer | 84 |
| 8:21,78 | Malte Lax | 13 |
| 8:44,87 | Johannes Bayer | 13 |
| 9:40,14 | Lukas Popp | 13 |

**3000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 11:09,38min | Jonas Merzbacher | 95 |
| 14:25,08 | Wolfgang Endres | 06 |

**60 m - Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 10,2 sec | Werner Himmel | 71 |
| 10,3 | Fabian Pagenburg | 92 |
| 10,8 | Randolf Trummer | 78 |
| 10,88 | Kai Eberl | 09 |
| 10,99 | Johannes Wichert | 95 |
| 11,04 | Jonas Gunreben | 06 |
| 11,17 | Dietmar Ott | 80 |
| 11,26 | Dieter Makorn | 80 |
| 11,96 | Jörg Deutschmann | 91 |
| 11,9 | Bertram Wegner | 95 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,50 m | Michael Rupp | 80 |
| 1,49 | Kai Eberl | 09 |
| 1,48 | Uwe Loch | 83 |
| 1,45 | Matthais Bickel | 83 |
| 1,44 | Fabian Pagenburg | 92 |
| 1,42 | Matthias Schellenberger | 87 |
| 1,40 | Werner Himmel | 71 |
| 1,40 | Randolf Trummer | 78 |
| 1,40 | Dietmar Ott | 80 |
| 1,40 | Christian Wichmann | 87 |
| 1,40 | Alexander Weiß | 84 |
| 1,40 | Andreas Schobert | 01 |

**Stabhochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 2,10 m | Dietmar Ott | 80 |
| 2,00 | Randolf Trummer | 78 |

**Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.**

**Wir machen den Weg frei.**

# VR-MeinKonto

**Das kostenlose Konto, das sich dem Alter und der Entwicklungsphase jederzeit anpasst: *flexibel, sicher und bequem.***

**Jetzt mit *2 % p.a. Guthabenverzinsung* für die ersten 2.000 Euro.**

**Erhältlich für alle Schüler und Studenten bis 27 Jahre in unseren 33 Geschäftsstellen in der Stadt und im Landkreis Bamberg.**

**www.vrbank-bamberg.de**

KundenServiceCenter
09 51/86 20
Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr

VR Bank
Bamberg eG
*nahe bei Ihnen!*

## Ewige Bamberger Bestenliste - Schüler M 12

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 5,20 m | Matthais Bickel | 83 |
| 5,19 | Sebastian Kohn | 04 |
| 5;07 | Uwe Loch | 83 |
| 4,77 | Hartmut Hohmann | 87 |
| 4,76 | Bernhard Kotissek | 87 |
| 4,74 | Markus Kittner | 94 |
| 4,74 | Jonas Gunreben | 06 |
| 4,71 | Jörg Fleischmann | 87 |
| 4,69 | Martin Schöner | 85 |
| 4,68 | Michael Rupp | 80 |

**Kugelstoß (3 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 9,32 m | Dietmar Ott | 80 |
| 8,94 | Markus Kittner | 94 |
| 8,57 | Hartmut Hohmann | 87 |
| 8,44 | Schobert Sebastian | 04 |
| 8,38 | Fabian Pagenburg | 92 |
| 8,37 | Damian Heidemann | 94 |
| 8,27 | Michael Rupp | 80 |
| 8,24 | Michael Reis | 85 |
| 8,22 | Christopher Schell | 94 |
| 8,04 | Matthias Schellenberger | 87 |

**Diskuswurf (750 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 21,08 m | Leo Schramm | 10 |
| 16,83 | Jan Vollhüter | 10 |
| 16,70 | Schobert Sebastian | 04 |

**Speerwurf (400 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 24,16 m | Jan Vollhüter | 10 |
| 23,48 | Matthias Albl | 99 |
| 23,06 | Malte Lax | 13 |
| 21,54 | Leo Schramm | 10 |
| 20,64 | Tim Rebhan | 94 |
| 19,96 | Emanuel Forster | 99 |
| 17,60 | Johannes Bayer | 13 |
| 16,22 | Lukas Popp | 13 |
| 14,00 | Timo Tscherner | 13 |
| 9,88 | Christoph Ickiwitz | 99 |

**Blockwettkampf Sprint/Sprung**

75m, 60m H., Weit, Hoch, Ball

| | | |
|---|---|---|
| 2021e P | Kai Eberl | 09 |
| 1926e | Jonas Gunreben | 06 |
| 1825e | Kevin Wheeler | 08 |
| 1699e | Andreas Schobert | 01 |
| 1682e | Julius Lang | 11 |
| 1390e | Max Montag | 01 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 62,00 m | Eck | 62 |
| 60,56 | Friedrich Lorenz | 70 |
| 60,00 | Fritz Weber | 62 |
| 58,00 | Hubertus Seubert | 71 |
| 55,00 | Dietmar Ott | 80 |
| 53,50 | Michael Rupp | 80 |
| 53,00 | Randolph Trummer | 78 |
| 48,00 | Roland Zwirner | 71 |
| 47,00 | Markus Kittner | 94 |
| 47,50 | Matthias Bickel | 83 |
| 47,50 | Kevin Wheeler | 08 |

**Vierkampf**

50m (ab 2000: 75m), Weit, Hoch, Ball 200 g

| | | |
|---|---|---|
| 1598 P | Christian Wichmann | 87 |
| 1596e | Markus Kittner | 94 |
| 1596e | Andreas Schobert | 01 |
| 1596e | Kevin Wheeler | 08 |
| 1581 | Matthias Schellenberger | 87 |
| 1564e | Max Montag | 01 |
| 1559e | Alexander Weiß | 94 |
| 1571e | Sven Reichelt | 88 |
| 1556 | Hartmut Hohmann | 87 |
| 1537 | Bernhard Kotissek | 87 |
| 1527e | Oliver Penalba | 01 |
| 1527e | Kai Eberl | 09 |

**Blockwettkampf Lauf** 50m (ab 2000: 75 m), 60m H., Weit, Ball, 1000m
ab 2013: Block Basis: 75 m, 60m H., Weit, Ball, 2000m

| | | |
|---|---|---|
| 1943e P | Johannes Wichert | 95 |
| 1887e | Dominik Weiß | 95 |
| 1807e | Lukas Leisgang | 11 |
| 1700e | Malte Lax | 13 |
| 1682e | Niklas Tscherner | 10 |
| 1627e | Andreas Wichert | 04 |
| 1625e | Emanuel Schmitz | 10 |
| 1618e | Max Meidinger | 11 |
| 1503e | Johannes Bayer | 13 |
| 1449e | Lukas Popp | 13 |

**Blockwettkampf Wurf**

75m, 60m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 1670e P | Leo Schramm | 10 |
| 1640e | Sebastian Schobert | 04 |
| 1581e | Jan Vollhüter | 10 |

## Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 15

**75 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9,98 sec | Annette Schütz | 98 |
| 10,04 | Kristin Spielmann | 97 |
| 10,24 | Anja Hoh | 97 |
| 10,30 | Anja Loch | 94 |
| 10,38 | Christina Kreller | 97 |

**75 m – Lauf – Fortsetzung**

| | | |
|---|---|---|
| 10,50 sec | Christina Schachten | 94 |
| 10,58 | Claudia Schmitt | 98 |
| 10,62 | Marianne Dorsch | 96 |
| 10,70 | Lisa Anderl | 96 |
| 10,70 | Jennifer Byrsty | 98 |

# Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 15

**100 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 12,23 sec | Christine Meixner | 82 |
| 12,60 | Eva Saffer | 01 |
| 12,60 | Verena Mlodyschewski | 07 |
| 12,63 | Birgit Löffler | 80 |
| 12,5 | Adele Beßler | 80 |
| 12,89 | Christine Schuh | 93 |
| 12,95 | Sabine Fischer | 83 |
| 12,98 | Ines Hein | 91 |
| 13,00 | Vera Seitz | 03 |
| 13,01 | Julia Ruß | 11 |

**300 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 43,05 sec | Hanske Hanna | 04 |
| 44,81 | Genz Anna-Lena | 13 |
| 45,42 | Susanne Burger | 02 |
| 45,47 | Eva Ziegmann | 01 |
| 46,19 | Alexandra Schütz | 09 |
| 46,47 | Manuela Dechant | 04 |
| 47,74 | Helena Weiß | 03 |
| 48,72 | Jessica Stößel | 03 |
| 49,00 | Nadine Dechant | 02 |
| 53,15 | Ann-Christin Kropf | 13 |

**800 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:17,59 min | Sonja Hölzl | 10 |
| 2:21,7 | Ursula Schneider | 76 |
| 2:23,72 | Andrea Ranftl | 92 |
| 2:24,0 | Martina Hagen | 79 |
| 2:24,4 | Elvira Herbicht | 71 |
| 2:24,6 | Birgit Löffler | 80 |
| 2:24,78 | Madleine Michler | 11 |
| 2:24,87 | Annette Schütz | 98 |
| 2:24,8 | Tatjana Leutloff | 80 |
| 2:26,18 | Claudia Schmitt | 98 |

**2000 m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7:08,11 min | Claudia Schmitt | 98 |
| 7:29,59 | Michelle Hörteis | 07 |
| 7:40,43 | Annette Schütz | 98 |
| 8:03,16 | Laura Dechant | 11 |
| 8:07,22 | Maria Eberlein | 00 |
| 9:46,66 | Leoni Korn | 10 |

**7,5 km – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 34:03 min | Andrea Ranftl | 92 |

**80 m Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 11,35 sec | Irina Matschke | 90 |
| 12,32 | Verena Mlodyschewski | 07 |
| 12,65 | Simone Schramm | 10 |
| 12,71 | Jessica Stößel | 03 |
| 12,77 | Verena Zweier | 09 |
| 12,85 | Svea Wagner | 07 |
| 12,87 | Fiona Toni | 09 |
| 13,13 | Eva Ziegmann | 01 |
| 13,21 | Claudia Schmitt | 98 |
| 13,23 | Leoni Winkler | 12 |

**300 m Hürdenlauf (neu ab 2000)**

| | | |
|---|---|---|
| 47,8 sec | Jessica Stößel | 03 |
| 48,37 | Eva Ziegmann | 01 |
| 50,14 | Simone Schramm | 10 |
| 50,29 | Laura Maginot | 12 |
| 51,08 | Madleine Michler | 11 |
| 54,58 | Nadine Dechant | 02 |

**4 x 75 m -Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 39,17 sec | Spielmann – Schmitt | 97 |
| | Schütz – Hoh | |
| 39,39 | Hein – Schwarzmann J. | 90 |
| | Schwarzmann T. – Matschke | |
| 39,40 | Matschke – Schwarzmann | 89 |
| | Bauer – Schwarzmann | |
| 39,40 | Luplow – Götz – Bystry | 91 |
| | Schuh | |
| 43,24 | Stenglein – Bystry | 98 |
| | Hümmer – Loskarn | |
| 44,14 | Fleischmann – Schumann | 99 |
| | Loskarn – Stiegler | |

**4x 100 m –Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 51,09 sec | Hanske – Seitz – Stößel –Tietz | 03 |
| 51,54 | Kleinschmidt – Löffler | |
| | Beßler – Bauernschmidt | 79 |
| 51,93 | Brettscheidner – Mlodyschewski | |
| | Wagner – Schmitt | 07 |
| 52,24 | Liebig – Schramm- Ruß – Hölzl | 10 |
| 52,36 | Krüger – Schreieck | |
| | Mayer – Nowak | 86 |
| 52,47 | Loch – Genz – Sauer – Geissler | 13 |
| 52,51 | Winkler – Ruß – Mühlböck | |
| | Friedel | 11 |
| 52,67 | Schramm – Toni | |
| | Zweier – Müller | 97 |
| 52,97 | Winkler – Mühlböck | |
| | Eberwein – Kammerer | 12 |
| 53,03 | Wicht – Ziegmann | |
| | Saffer – Hümmer | 01 |
| 53,15 | Dietel – Bauernschmitt | |
| | Fischer – Meixner | 81 |

**3 x 800 m –Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7:32,2 min | Hörteis – Wagner | 07 |
| | Mlodyschewski | |
| 7:33,79 | Schütz – Weber – Hölzl | 09 |
| 7:33,82 | Wilms – Weiß – Burger | 01 |
| 7:34,63 | Burger – Dechant – Weiß | 02 |
| 7:37,40 | Friedel – Michler – Hölzl | 10 |
| 7:42,05 | Hölzl – Frankenstein – Schütz | 94 |
| 7:44,66 | Schmitt – Schütz – Koppe | 98 |
| 7:48,33 | Knoblach – Sperlein – Sitzmann | 86 |
| 7:48,97 | Mlodyschewski–Wagner–Hörteis | 06 |
| 7:49,42 | Leutloff – Hoffmann – Wright | 82 |
| 7:51,61 | Straub – Ressmann – Sperlein | 87 |

# Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 15

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 5,59 m | Irina Matschke | 90 |
| 5,52 | Birgit Löffler | 80 |
| 5,49 | Sabine Fischer | 83 |
| 5,23 | Christine Schuh | 93 |
| 5,21 | Christine Meixner | 82 |
| 5,18 | Carmen Huber | 69 |
| 5,15 | Adele Beßler | 80 |
| 5,11 | Verena Mlodyschewski | 07 |
| 5,08 | Anja Loch | 94 |
| 5,08 | Julia Ruß | 11 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,62 m | Sabine Fischer | 83 |
| 1,62 | Malin Angelmüller | 93 |
| 1,61 | Katja Rohatsch | 81 |
| 1,59 | Rebecca Leicht | 11 |
| 1,56 | Karin Wrede | 80 |
| 1,56 | Angelika Eberth | 82 |
| 1,56 | Simone Schramm | 10 |
| 1,54 | Kathy Neundorfer | 77 |
| 1,54 | Jessica Stößel | 03 |
| 1,54 | Verena Mlodyschewski | 07 |

**Dreisprung**

| | | |
|---|---|---|
| 10,65 m | Simone Schramm | 10 |
| 10,40 | Tina Schwarzmann | 91 |
| 10,30 | Irina Matschke | 91 |
| 10,21 | Jessica Stößel | 03 |
| 9,89 | Verena Zweier | 09 |
| 9,86 | Christine Lutz | 04 |
| 9,82 | Eva Saffer | 01 |
| 9,78 | Laura Schmitt | 07 |
| 9,75 | Theresa Wicht | 01 |
| 9,70 | Hanna Hanske | 04 |

**Kugelstoß (3 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 12,84 m | Christina Holzner | 13 |
| 12,08 | Svea Wagner | 07 |
| 10,98 | Rebecca Zimmer | 12 |
| 10,87 | Sonja Hartmann | 00 |
| 10,58 | Kropf Ann-Christin | 13 |
| 10,54 | Simone Schramm | 10 |
| 10,11 | Johanna Bräuning | 08 |
| 10,07 | Leoni Winkler | 12 |
| 9,94 | Claudia Schmitt | 98 |
| 9,78 | Julia Schwarzmann | 91 |

**Diskuswurf (1kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 37,48 m | Rebecca Zimmer | 12 |
| 30,28 | Edeltraud Walde | 71 |
| 29,70 | Angelika Eberth | 82 |
| 28,22 | Mona Williams | 94 |
| 27,46 | Julia Schwarzmann | 91 |
| 27,04 | Ingrid Martius | 74 |
| 24,58 | Stefanie Röder | 96 |
| 23,42 | Eleonore Pflaum | 79 |
| 23,06 | Elisabeth Nowak | 78 |
| 22,26 | Ann-Christin Kropf | 13 |

**Speerwurf (400 g)** 600 g * (ab 2013: 500 g **)

| | | |
|---|---|---|
| 41,77 m | Claudia Schmitt | 98 |
| 35,34 * | Simone Schramm | 10 |
| 34,52 | Angelika Eberth | 82 |
| 32,45 | Rebecca Zimmer | 12 |
| 31,92 | Tanja Blind | 94 |
| 31,58 | Tina Schwarzmann | 91 |
| 31,00 | Anastasia Obernik | 98 |
| 28,74* | Rebecca Leicht | 11 |
| 28,20 | Julia Schwarzmann | 91 |
| 28,12 ** | Christina Holzner | 13 |

**Hammer wurf (3 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 41,11 m | Rebecca Zimmer | 12 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 59,00 m | Claudia Schmitt | 98 |
| 55,50 | Simone Schramm | 10 |
| 42,50 | Michelle Hörteis | 07 |
| 42,00 | Birgit Koppe | 97 |
| 24,00 | Marianne Dorsch | 96 |
| 18,50 | Leoni Korn | 10 |

**Vierkampf**

75m (ab 2000: 100m), Weit, Hoch, Kugel

| | | |
|---|---|---|
| 2028e P | Simone Schramm | 10 |
| 1938e | Theresa Wicht | 01 |
| 1916e | Fiona Toni | 09 |
| 1863e | Julia Ruß | 11 |
| 1809e | Lias Geissler | 13 |
| 1805e | Melanie Friedel | 11 |
| 1797e | Rebecca Leicht | 11 |
| 1782e | Yasmin Lübbering | 10 |
| 1777e | Franziska Schmitt | 08 |
| 1771e | Verena Zweier | 09 |

**Vierkampf (Mannschaft - W15/14)**

| | | |
|---|---|---|
| 9129e P | Schramm – Ruß – Lübbering | |
| | Leicht – Friedel | 10 |
| 8931e | Ruß – Friedel – Leicht | |
| | Mühlböck – Zimmer | 11 |
| 8726e | Schramm – Toni – Zweier | |
| | Hofmann - Schabbehard | 09 |
| 8622e | Sauer – Geissler – Loch | |
| | Kropf – Neundorfer | 13 |
| 7273e | Schmiedeberg – Seitz | |
| | Schobert – Pistorius – Korn | 09 |

**Siebenkampf**

80m Hürd, Hoch, Kugel, 100m, Weit, Speer, 800m

| | | |
|---|---|---|
| 3427e P | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 32 01e | Melanie Friedel | 11 |
| 3194e | Rebecca Leicht | 11 |

**Siebenkampf - Mannschaft W15/14)**

| | | |
|---|---|---|
| 9338e P. | Leicht – Friedel – Winkler | 11 |

**DSMM Gruppe 4**

| | | |
|---|---|---|
| 4017e P. | LG Bamberg | 10 |

## Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 15

**Blockwettkampf Sprint/Sprung**
75m (ab2000: 100m) 80m H., Weit, Hoch, Speer

| | | |
|---|---|---|
| 2639e P | Simone Schramm | 10 |
| 2587e | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 2444e | Fiona Toni | 09 |
| 2398e | Rebecca Leicht | 11 |
| 2383e | Lisa Geissler | 13 |
| 2373e | Verena Zweier | 09 |
| 2362e | Leoni Winkler | 12 |
| 2359e | Julia Ruß | 11 |
| 2279e | Melanie Friedel | 11 |
| 2269e | Eva Schmiedeberg | 10 |

**Blockwettkampf Lauf**75m (ab 2000: 100m),
80m H., Weit, Hoch, 2000m

| | | |
|---|---|---|
| 2636e P | Claudia Schmitt | 98 |
| 2267e | Barbara Zweier | 07 |
| 2238e | Marianne Dorsch | 96 |
| 2231e | Michelle Hörteis | 07 |
| 2208e | Annette Schütz | 98 |
| 2178e | Laura Schmitt | 07 |
| 2048e | Lina Mayr | 07 |
| 1780e | Leoni Korn | 10 |

**DSMM Gruppe 4 – W15/14**

| | | |
|---|---|---|
| 4024e P | LG Bamberg | 09 |
| 4017e | LG Bamberg | 10 |
| 3996e | LG Bamberg | 11 |

**Blockwettkampf Wurf**75m (ab 2000: 100m)
80m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 2544e P | Svea Wagner | 07 |
| 2198e | Stefanie Röder | 96 |
| 2140e | Johanna Bräuning | 08 |
| 2135e | Kropf Ann-Christin | 13 |
| 2090e | Ysamin Lübbering | 10 |
| 1974e | Mona Williams | 94 |
| 1973e | Andrea Schumann | 00 |
| 1945e | Anja Schobert | 09 |
| 1914e | Julia Stiegler | 00 |
| 1903e | Stefanie Münzberg | 96 |
| 1683e | Sonja Hartmann | 00 |

**Blockwettkampf (Mannschaft - W15/14)**

| | | |
|---|---|---|
| 11924e P | Schramm – Ruß – Leicht<br>Liebig – Schmiedeberg | 10 |
| 11702e | Schramm – Toni – Zweier<br>Leicht – Liebig | 09 |
| 11460e | Sauer – Loch – Geissler<br>Müller – Jansen | 13 |
| 11413e | Leicht – Ruß – Friedel<br>Winkler –Zimmer | 11 |
| 10833e | Winkler – Eberwein – Kammerer<br>Kropf – Zech | 12 |
| 10655e | Zweier – Toni – Bräuning<br>Schmitt – Hofmann | 08 |

## Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 14

**75m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9,84 sec | Irina Matschke | 90 |
| 9,91 | Anja Loch | 93 |
| 9,93 | Christine Schuh | 92 |
| 9,7 | Ines Hein | 90 |
| 9,96 | Kristin Spielmann | 96 |
| 10,12 | Julia Schwarzmann | 90 |
| 10,20 | Anja Hoh | 96 |
| 10,32 | Annette Schütz | 97 |
| 10,40 | Manuela Knoblach | 88 |
| 10,53 | Sabine Bauer | 89 |

**100 m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 12,6 sec | Adele Beßler | 79 |
| 13,05 | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 12,9 | Birgit Beßler | 79 |
| 13,18 | Linda Einwag | 06 |
| 13,21 | Julia Ruß | 10 |
| 13,31 | Theresa Mühlböck | 11 |
| 13,1 | Iris Kreiner | 80 |
| 13,2 | Anne Dorsch | 76 |
| 13,2 | Angelika Konradt | 79 |
| 13,2 | Christine Meixner | 80 |
| 13,44 | Fiona Toni | 08 |

**800 m - Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:20,59 min | Sonja Hölzl | 09 |
| 2:23,9 | Claudia Schmitt | 97 |
| 2:25,2 | Ursula Schneider | 76 |

**800 m – Lauf - Fortsetzung**

| | | |
|---|---|---|
| 2:25,61 min | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 2:25,95 | Helena Weiß | 02 |
| 2:26,3 | Katja Rohatsch | 80 |
| 2,26,8 | Andrea Ranftl | 91 |
| 2,27,69 | Marianne Dorsch | 95 |
| 2:28,16 | Madeleine Michler | 10 |
| 2:28,32 | Annette Schütz | 97 |

**2000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7:04,70 min | Claudia Schmitt | 97 |
| 7:19,6 | Melanie Sperlein | 87 |
| 7:20,71 | Susi Wright | 83 |
| 7:37,11 | Annette Schütz | 97 |
| 7:40,31 | Natali Leutloff | 82 |
| 7:41,1 | Carolin Späth | 96 |
| 7:45,28 | Michelle Hörteis | 06 |
| 7:45,60 | Sandra Weber | 08 |
| 7:57,35 | Andrea Utz | 81 |
| 8,17,5 | Angelika Eberth | 81 |

**5 km Straßenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 22:29 min | Andrea Ranftl | 91 |

**80 m - Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 11,95 sec | Irina Matschke | 90 |
| 12,05 | Sabine Fischer | 82 |
| 12,54 | Simone Schramm | 09 |
| 12,71 | Claudia Schmitt | 97 |

# Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 14

**80 m – Hürdenlauf - Fortsetzung**

| | | |
|---|---|---|
| 12,5 sec | Anja Blumm | 84 |
| 12,84 | Andrea Nowak | 84 |
| 12,89 | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 12,91 | Ines Hein | 90 |
| 13,02 | Mona Loch | 13 |
| 13,04 | Leoni Winkler | 11 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,65 m | Sabine Fischer | 82 |
| 1,63 | Rebecca Leicht | 10 |
| 1,60 | Angelika Konradt | 80 |
| 1,58 | Andrea Hoffmann | 83 |
| 1,58 | Andrea Nowak | 87 |
| 1,58 | Malin Angermüller | 92 |
| 1,57 | Dominique Sauer | 13 |
| 1,56 | Theresa Wicht | 00 |
| 1,55 | Pia Bauernschmidt | 80 |
| 1,55 | Katja Rohatsch | 80 |
| 1,55 | Sigrid Bauernschmidt | 81 |

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 5,59 m | Irina Matschke | 90 |
| 5,56 | Kerstin Ott | 93 |
| 5,34 | Dagmar May | 78 |
| 5,34 | Sabine Fischer | 82 |
| 5,30 | Adele Beßler | 79 |
| 5,18 | Anne Dorsch | 76 |
| 5,09 | Christine Meixner | 81 |
| 5,09 | Julia Ruß | 10 |
| 5,08 | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 5,07 | Verena Zweier | 98 |

**Kugelstoß (3 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 10,91 m | Rebecca Zimmer | 11 |
| 10,79 | Angelika Konradt | 80 |
| 10,52 | Julia Schwarzmann | 90 |
| 10,27 | Frieda Kundmüller | 71 |
| 9,68 | Iris Kreuzer | 80 |
| 9,57 | Iris Kreiner | 80 |
| 9,56 | Eleonore Pflaum | 78 |
| 9,54 | Lena Röder | 05 |
| 9,52 | Ingrid Martius | 73 |
| 9,47 | Dominique Sauer | 13 |

**Diskuswurf (750 g)** * = 1 kg

| | | |
|---|---|---|
| 31,62 m * | Rebecca Zimmer | 11 |
| 26,38 m * | Angelika Eberth | 80 |
| 26,28 | Susanne Frank | 91 |
| 25,28 | Julia Schwarzmann | 90 |
| 25,04 | Stefanie Röder | 95 |
| 24,34 * | Iris Kreiner | 80 |
| 24,02 * | Heike Ott | 80 |
| 22,42 * | Iris Kreuzer | 80 |
| 21,74 * | Simone Schramm | 09 |
| 20,86 * | Gudrun Bloß | 79 |

**Speerwurf (400 g)** 600 g * (ab 2013: 500 gr **)

| | | |
|---|---|---|
| 37,50 m | Claudia Schmitt | 97 |
| 34,34 * | Angelika Eberth | 81 |

**Speerwurf - Fortsetzung**

| | | |
|---|---|---|
| 33,57 m * | Simone Schramm | 09 |
| 31,32 | Tina Schwarzmann | 90 |
| 29,70 * | Eleonore Pflaum | 78 |
| 28,70 | Monika Frey | 96 |
| 27,76 * | Rebecca Zimmer | 10 |
| 27,42 * | Edeltraud Walde | 70 |
| 26,86 ** | Dominique Sauer | 13 |
| 26,30 * | Christine Meixner | 81 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 52,00 m | Claudia Schmitt | 97 |
| 50,00 | Simone Schramm | 09 |
| 48,50 | Michelle Hörteis | 06 |
| 35,50 | Julia Müller | 13 |
| 32,50 | Jara Frankenstein | 08 |
| 28,00 | Jessica Stößel | 02 |
| 23,00 | Annette Schütz | 97 |
| 19,50 | Laura Maginot | 11 |
| 19,00 | Vera Seitz | 02 |

**Vierkampf**

75m (ab 2000: 100m), Weit, Hoch, Kugel)

| | | |
|---|---|---|
| 1955e P | Simone Schramm | 09 |
| 1920e | Julia Sauer | 13 |
| 1912e | Svea Wagner | 06 |
| 1880e | Claudia Schmitt | 97 |
| 1855e | Fiona Toni | 08 |
| 1806e | Julia Ruß | 10 |
| 1763e | Rebecca Leicht | 10 |
| 1759e | Jessica Stößel | 02 |
| 1750e | Melanie Friedel | 10 |
| 1741e | Theresa Mühlböck | 11 |

**Blockwettkampf Sprint/Sprung**

75m (ab 2000: 100m) 80m H., Weit, Hoch, Speer

| | | |
|---|---|---|
| 2578e P | Simone Schramm | 09 |
| 2412e | Dominique Sauer | 13 |
| 2364e | Kirstin Spielmann | 96 |
| 2372e | Mona Loch | 13 |
| 2353e | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 2348e | Julia Ruß | 10 |
| 2341e | Rebecca Leicht | 10 |
| 2335e | Tina Schwarzmann | 90 |
| 2327e | Rebecca Liebig | 10 |
| 2315e | Ines Hein | 90 |

**Blockwettkampf Lauf**75m (ab 2000: 100m) 80m H., Weit, Ball, 2000m

| | | |
|---|---|---|
| 2643 P | Irina Matschke | 90 |
| 2586e | Claudia Schmitt | 97 |
| 2392 | Ines Hein | 90 |
| 2379e | Michelle Hörteis | 06 |
| 2239e | Annette Schütz | 97 |
| 2201e | Jessica Stößel | 02 |
| 2182e | Julia Müller | 13 |
| 2098 | Andrea Ranftl | 91 |
| 1959e | Vera Seitz | 02 |
| 1875e | Stefanie Bischoff | 02 |

## Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 14

**Blockwettkampf Wurf** 75m (ab 2000: 100m) 80m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 2356e P | Julia Schwarzmann | 90 |
| 2135e | Stefanie Röder | 95 |
| 2131e | Svea Wagner | 06 |
| 2112e | Rebecca Zimmer | 11 |
| 2039 | Hannah Neundörfer | 03 |
| 1958e | Susanne Frank | 91 |
| 1914e | Theresa Ebersbach | 13 |
| 1860e | Andrea Schumann | 99 |

**Blockwettkampf Wurf - Fortsetzung**

| | | |
|---|---|---|
| 1571e | Franziska Hein | 99 |
| 1488e | Katharina Rosshirt | 01 |

**Siebenkampf** (80m Hürden, Hoch, Kugel, 100m, Weit, Speer, 800 m)

| | | |
|---|---|---|
| 3318e P | Verena Mlodyschewski | 06 |
| 3198e | Svea Wagner | 06 |
| 3074e | Leonie Winkler | 11 |
| 2877e | Lena Kammerer | 11 |

## Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 13

**50 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7,04 sec | Christina Kreller | 95 |
| 7,34 | Annette Schütz | 96 |
| 7,42 | Kerstin Hümmer | 99 |
| 7,42 | Theresa Wicht | 99 |
| 7,62 | Saskia Wunder | 96 |
| 7,64 | Madlen Keller | 98 |
| 7,74 | Yvonne Ramer | 97 |

**75 m –Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 10,0 sec | Verena Mlodyschewski | 05 |
| 10,1 | Linda Einwag | 05 |
| 10,43 | Bettina Eberwein | 10 |
| 10,43 | Veronika Firsching | 11 |
| 10,46 | Rebecca Liebig | 09 |
| 10,47 | Alexandra Schütz | 07 |
| 10,49 | Leoni Winkler | 10 |
| 10,57 | Lisa Geißler | 11 |
| 10,64 | Julia Ruß | 09 |
| 10,82 | Lena Röder | 04 |

**800 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:29,1 min | Andrea Hoffmann | 82 |
| 2:29,47 | Andrea Ranftl | 90 |
| 2:29,55 | Helena Weiß | 01 |
| 2:30,03 | Sonja Hölzl | 08 |
| 2:31,26 | Alexandra Schütz | 07 |
| 2:31,28 | Annette Schütz | 96 |
| 2:32,11 | Madeleine Michler | 09 |
| 2:33,06 | Claudia Schmitt | 96 |
| 2:33,1 | Marianne Dorsch | 94 |
| 2:33,45 | Susanne Burger | 00 |

**3 x 800 m - Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 8:04,18 min | Schütz – Schmitt – Koppe | 95 |
| 8:04,76 | Hölzl – Zweier – Schütz | 07 |
| 8:07,90 | Dechant – Neundörfer – Weiß | 01 |
| 8:11,06 | Burger – Wilms – Dechant | 00 |
| 8:14,13 | Schütz – Böhmelt – Dorsch | 94 |
| 8:14,60 | Dechant – Michler – Betz | 09 |
| 8:24,0 | Straub – Fett – Kundler | 86 |
| 8:30.28 | Wheeler – Eberwein – Lübbering | 10 |
| 8:30,52 | Dechant – Leicht – Hölzl | 08 |
| 8:34,08 | Neundörfer – Stößel – Mayr | 03 |

**5 km - Straßenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 21:15 min | Andrea Ranftl | 90 |

**2000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7:22,8 min | Andrea Hoffmann | 82 |
| 7:26,39 | Andrea Ranftl | 90 |
| 7:33,0 | Claudia Schmitt | 96 |
| 7:48,51 | Lina Mayr | 05 |
| 7:49,82 | Susi Wright | 82 |
| 8:00,12 | Madeleine Michler | 09 |
| 8:02,2 | Monika Silberreis | 85 |
| 8:04,37 | Natali Leutloff | 81 |
| 8:30,2 | Sabine Fischer | 81 |

**4 x 50 m - Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 27,08 sec | Wunder S. – Reh<br>Schütz – Kreller | 95 |
| 27,90 | Schwarzmann J – Schwarz-<br>mann T. – Matschke – Schaad | 88 |
| 28,18 | Reh – Ringsgwandl<br>Schütz – Dorsch | 94 |
| 29,00 | Zopf – Bystry<br>Götz – Schuh | 89 |
| 31,08 | Zipfel – Rückriem<br>Stenglein – Stiegler | 97 |
| 31,08 | Schumann – Rückriem<br>Hein – Eberlein | 98 |

**4 x 75 m – Staffellauf**

| | | |
|---|---|---|
| 40,97 sec | Winkler – Frisching<br>Eberwein – Lübbering | 10 |
| 41,4 | Konradt – Leim<br>Kreiner – Konradt | 78 |
| 41,84 | Liebig – Eichfelder<br>Schramm – Ruß | 08 |
| 42,08 | Seitz – Schütz<br>Zweier – Eichfelder | 07 |
| 42,11 | Nielson – Bickel<br>Kainer – Kammerer | 10 |
| 42,17 | Geißler – Frisching<br>Kropf, Lübbering | 11 |
| 42,22 | Leicht – Liebig<br>Zimmer – Ruß | 09 |
| 42,0 | Günthner – Loch<br>Pflaum – May | 76 |
| 42,27 | Blumm –Fink<br>Hoffmann – Beßler | 81 |
| 42,81 | Wheeler – Bickel<br>Kainer – Lübbering | 10 |

# Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 13

**60 m Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9,40 sec (H) | Irina Matschke | 89 |
| 10,12 | Verena Zweier | 07 |
| 10,19 | Simone Schramm | 08 |
| 10,48 | Verena Mlodyschewski | 05 |
| 10,50 | Ramona Eichfelder | 08 |
| 10,61 | Rebecca Liebig | 09 |
| 10,74 | Veronika Firsching | 11 |
| 10,82 | Stefanie Röder | 94 |
| 10,86 | Claudia Schmitt | 96 |
| 10,88 | Rebecca Leicht | 09 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,62 m | Sabine Fischer | 81 |
| 1,58 | Dagmar May | 77 |
| 1,55 | Andrea Nowak | 86 |
| 1,55 | Rebecca Leicht | 09 |
| 1,54 | Malin Angermüller | 91 |
| 1,53 | Angelika Konradt | 79 |
| 1,53 | Anja Blumm | 83 |
| 1,50 | Sabine Hönick | 78 |
| 1,50 | Andrea Hoffmann | 82 |
| 1,49 | Pia Bauernschmidt | 79 |

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 5,28 m | Irina Matschke | 89 |
| 5,19 | Dagmar May | 77 |
| 5,16 | Sabine Fischer | 81 |
| 5,05 | Kirstin Spielmann | 95 |
| 4,92 | Tina Schwarzmann | 89 |
| 4,92 | Christina Kreller | 95 |
| 4,90 | Jutta Beßler | 82 |
| 4,90 | Anja Loch | 91 |
| 4,88 | Marianne Dorsch | 94 |
| 4,87 | Andrea Schaad | 89 |

**Kugelstoß (3kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 10,69 m | Angelika Konradt | 79 |
| 9,67 | Rebecca Zimmer | 10 |
| 9,41 | Elke Leim | 79 |
| 9,18 | Christina Holzer | 11 |
| 9,12 | Andrea Nowak | 86 |
| 8,86 | Eleonore Pflaum | 77 |
| 8,69 | Ann-Christin Kropf | 11 |
| 8,65 | Ingrid Martius | 72 |
| 8,45 | Anouk Lübbering | 11 |
| 8,23 | Julia Schwarzmann | 89 |

**Diskuswurf (750 g)** * = 1 kg

| | | |
|---|---|---|
| 23,76 m * | Angelika Konradt | 79 |
| 23,28 | Stefanie Röder | 94 |
| 23,12 | Susanne Frank | 90 |
| 21,37 | Christina Holzer | 11 |
| 19,44 * | Iris Kreiner | 79 |
| 19,20 | Mona Williams | 92 |
| 18,40 | Alexandra Bickel | 10 |
| 18,38 | Andrea Schaad | 89 |
| 18,23 | Franziska Hein | 98 |
| 17,54 | Ingrid Martius | 72 |

**Speerwurf (400 g)** * = 600 g

| | | |
|---|---|---|
| 31,50 m | Tina Schwarzmann | 89 |
| 29,32 | Claudia Schmitt | 96 |
| 26,84 | Andrea Schaad | 89 |
| 26,07 | Sophie Zech | 11 |
| 25,80 | Marianne Dorsch | 94 |
| 25,50 | Christina Holzner | 11 |
| 25,00 | Simone Schramm | 08 |
| 24,45 | Vanessa Kainer | 10 |
| 23,92 * | Eleonore Pflaum | 77 |
| 22,44 | Alexandra Bickel | 10 |

**Schlagballwurf(80 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 51,00 m | Claudia Schmitt | 96 |
| 48,00 | Monika Bayer | 95 |
| 48,00 | Simone Schramm | 08 |
| 41,00 | Michelle Hörteis | 05 |
| 40,00 | Svea Wagner | 05 |
| 39,50 | Ramona Eichfelder | 08 |
| 39,50 | Julia Ruß | 09 |
| 38,50 | Leoni Winkler | 10 |
| 38,50 | Anouk Lübbering | 11 |
| 36,50 | Sophie Zech | 11 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 46,50 m | Simone Schramm | 08 |
| 46,50 | Rebecca Zimmer | 10 |
| 36,00 | Kimberly Wheeler | 10 |
| 35,00 | Julia Ruß | 09 |
| 35,00 | Mona Loch | 11 |
| 33,00 | Ramona Eichfelder | 08 |
| 27,50 | Rebecca Leicht | 09 |

**Vierkampf** 50m, Weit, Hoch, Schlagball

| | | |
|---|---|---|
| 1941e P | Simone Schramm | 08 |
| 1869e | Kristin Spielmann | 95 |
| 1856e | Veronika Firsching | 11 |
| 1852e | Monika Bayer | 95 |
| 1830e | Rebecca Liebig | 09 |
| 1815e | Rebecca Leicht | 09 |
| 17,83e | Ramona Eichfelder | 08 |
| 1764e | Verena Zweier | 07 |
| 1761e | Verena Mlodyschewski | 05 |
| 1759e | Marianne Dorsch | 94 |
| 1759e | Leoni Winkler | 10 |

**Vierkampf (Mannschaft - W13/12)**

| | | |
|---|---|---|
| 8761e P | Liebig – Leicht – Zimmer<br>Ruß – Kammerer | 09 |
| 8624e | Winkler – Wheeler – Lübbering<br>Kainer – Kammerer | 10 |
| 8459e | Firsching – Loch – Kropf,<br>Zech – Jansen | 11 |
| 8348e | Schramm – Eichfelder – Ruß<br>Schabbehard – Pistorius | 08 |
| 7495e | Firsching – Eberwein – Zech<br>Nielson – Ecker | 10 |
| 7442e | Gauglitz – Ecker – Elsner<br>Rothlauf – Weindel | 11 |

## Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 13

**Blockwettkampf Sprint/Sprung**

| | | |
|---|---|---|
| 2400e P | Simone Schramm | 08 |
| 2346e | Rebecca Leicht | 09 |
| 2345e | Rebecca Liebig | 09 |
| 2301e | Tina Schwarzmann | 89 |
| 2283e | Ramona Eichfelder | 08 |
| 2210e | Leoni Winkler | 10 |
| 2207e | Veronika Firsching | 11 |
| 2200e | Saskia Wunder | 96 |
| 2187e | Lena Kammerer | 10 |
| 2153e | Melanie Reh | 95 |

**Blockwettkampf Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2564e P | Irina Matschke | 89 |
| 2512e | Claudia Schmidt | 96 |
| 2319e | Verena Zweier | 07 |
| 2258e | Verena Mlodyschewski | 05 |
| 2204e | Anouk Lübbering | 11 |
| 2179e | Annette Schütz | 96 |
| 2140e | Lena Röder | 04 |
| 2126e | Lisa Geißler | 11 |
| 2116e | Bettina Eberwein | 10 |
| 2099e | Anja Loch | 92 |

**Blockwettkampf Wurf** 50m (100m ab 2000)
60m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 2177e P | Stefanie Röder | 94 |
| 1977e | Susanne Frank | 90 |
| 1914e | Alexandra Bickel | 10 |
| 1776e | Christina Holzer | 11 |
| 1745e | Stefanie Bischoff | 01 |
| 1607e | Franziska Hein | 98 |

**Blockwettkampf (Mannschaft – W13/12)**

| | | |
|---|---|---|
| 11060e P | Schramm – Leicht – Liebig Eichfelder – Ruß | 08 |
| 10861e | Lübbering – Winkler – Kammerer Wheeler – Eberwein | 10 |
| 10664e | Firsching – Lübbering – Kropf Loch – Geißler | 11 |
| 10034e | Leicht – Liebig – Kammerer Bickel – Eberwein | 09 |
| 9551e | Kainer – Firsching – Bickel Kropf – Eckert | 10 |
| 8872e | Rothlauf – Jansen – Holzer Peter – Weindel | 11 |
| 8106e | Zech – Nielson – Holzner Hofmann – Rothlauf | 10 |

**DSMMGruppe 2 – W13/ 12**
**2009:** 3760 P
**2010:** 3755 P / 3456 P / 1974 P
**2011:** 3708 P

alles Mannschaften der LG Bamberg

## Ewige Bamberger Bestenliste – SchülerinnenW 12

**50 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7,0 sec | Irina Matschke | 88 |
| 7,0 | Anja Loch | 91 |
| 7,50 | Laura Zenk | 98 |
| 7,53 | Annette Schütz | 95 |
| 7,3 | Christine Schuh | 90 |
| 7,56 | Sina Holze | 99 |
| 7,58 | Tina Schwarzmann | 88 |
| 7,58 | Melanie Reh | 94 |
| 7,62 | Sandra Götz | 89 |
| 7,62 | Theresa Wicht | 98 |

**800 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 2:31,86 min | Andrea Hoffmann | 81 |
| 2:34,1 | Annette Schütz | 95 |
| 2:37,0 | Claudia Schmitt | 95 |
| 2:37,35 | Sonja Hölzl | 07 |
| 2:40,0 | Jenny Baier | 91 |
| 2:40,20 | Susanne Burger | 99 |
| 2:41,43 | Helena Weiß | 00 |
| 2:41,94 | Manueal Dechant | 01 |
| 2:42,38 | Andrea Ranftl | 89 |
| 2:42,55 | Madeleine Michler | 08 |

**75m – Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 10,0 sec | Iris Kreiner | 78 |
| 10,2 | Dagmar May | 76 |
| 10,52 | Rebecca Liebig | 08 |
| 10,4 | Angelika Konradt | 78 |
| 10,74 | Veronika Firsching | 10 |
| 10,65 | Nadja Krüger | 85 |
| 10,70 | Mona Loch | 11 |
| 10,5 | Christine Meixner | 79 |
| 10,5 | Sabine Loch | 80 |
| 10,5 | Jutta Beßler | 81 |

**60 m -Hürdenlauf**

| | | |
|---|---|---|
| 9,42 sec | Irina Matschke | 88 |
| 10,3 | Sabine Fischer | 80 |
| 10,66 | Ramona Eichfelder | 07 |
| 10,68 | Anja Blumm | 82 |
| 10,6 | Angelika Konradt | 78 |
| 10,79 | Jutta Beßler | 81 |
| 10,91 | Simone Schramm | 07 |
| 11,0 | Carola Fink | 81 |
| 11,0 | Andrea Nowak | 85 |
| 11,17 | Rebecca Liebig | 08 |

**2000 m -Lauf**

| | | |
|---|---|---|
| 7:49,5 min | Melanie Sperlein | 85 |
| 7:50,7 | Andrea Hoffmann | 81 |
| 8:13,26 | Mayr Lina | 04 |
| 8:27,1 | Anja Blumm | 81 |
| 8:37,82 | Sarah Steinfelder | 09 |

**Hochsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,56 m | Andrea Hoffmann | 81 |
| 1,49 | Andrea Nowak | 85 |
| 1,45 | Angelika Konradt | 78 |
| 1,44 | Kimberly Wheeler | 10 |
| 1,43 | Dagmar May | 76 |

**Ewige Bamberger Bestenliste – Schülerinnen W 12**

**Hochsprung - Fortsetzung**

| | | |
|---|---|---|
| 1,43 m | Anja Blumm | 82 |
| 1,43 | Irina Matschke | 88 |
| 1,43 | Andrea Luplow | 89 |
| 1,42 | Pia Bauernschmidt | 78 |
| 1,42 | Simone Schramm | 07 |

**Weitsprung**

| | | |
|---|---|---|
| 4,97 m | Irina Matschke | 88 |
| 4,85 | Jutta Beßler | 81 |
| 4,77 | Sabine Fischer | 80 |
| 4,73 | Anja Loch | 91 |
| 4,71 | Angelika Konradt | 78 |
| 4,65 | Dagmar May | 76 |
| 4,62 | Kerstin Ott | 91 |
| 4,59 | Andrea Schaad | 88 |
| 4,58 | Carola Fink | 81 |
| 4,58 | Andrea Hoffmann | 81 |

**Kugelstoß (3 kg)**

| | | |
|---|---|---|
| 8,41 m | Rebecca Zimmer | 09 |
| 7,79 | Andrea Luplow | 89 |
| 7,76 | Andrea Schaad | 88 |
| 7,66 | Stefanie Röder | 93 |
| 7,35 | Alexandra Kundler | 86 |
| 7,20 | Kerstin Ott | 91 |
| 6,98 | Simone Schramm | 07 |
| 6,95 | Svea Wagner | 04 |
| 6,95 | Christina Holzner | 10 |
| 6,75 | Melanie Reh | 94 |

**Diskuswurf (750 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 22,40 m | Rebecca Zimmer | 09 |
| 21,56 | Stefanie Röder | 93 |
| 17,47 | Lisa Weber | 13 |
| 16,98 | Ines Lampe | 94 |
| 16,94 | Theresa Ebersbach | 11 |
| 15,59 | Vanessa Kainer | 09 |
| 12,46 | Jessica Grijalva | 93 |
| 10,51 | Anna-Lena Stenglein | 99 |

**Speerwurf (400 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 28,61 m | Rebecca Zimmer | 09 |
| 26,24 | Lisa Weber | 13 |
| 25,32 | Claudia Schmitt | 95 |
| 22,50 | Simone Schramm | 07 |
| 21,31 | Mona Loch | 11 |
| 21,20 | Nina Peter | 11 |
| 20,46 | Chistina Holzner | 10 |
| 19,37 | Anouk Lübbering | 10 |
| 18,96 | Alexandra Bickel | 09 |
| 17,51 | Vanessa Kainer | 09 |
| 17,43 | Svea Wagner | 04 |

**Ballwurf (200 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 39,00 m | Lisa Weber | 13 |
| 24,50 | Lena Göller | 13 |
| 21,50 | Elena Valta | 12 |
| 20,00 | Gina Deuber | 12 |

**Schlagballwurf (80 g)**

| | | |
|---|---|---|
| 50,50 m | Claudia Schmitt | 95 |
| 48,00 | Bärbel Frey | 73 |
| 46,50 | Andrea Hoffmann | 81 |
| 46,00 | Tina Schwarzmann | 88 |
| 46,00 | Rebecca Zimmer | 09 |
| 44,00 | Angelika Konradt | 78 |
| 44,00 | Sigrid Bauernschmidt | 79 |
| 44,00 | Anjte Uch | 81 |
| 44,00 | Jutta Beßler | 81 |
| 43,50 | Angelika Eberth | 79 |

**Vierkampf** (50 m, Weit, Hoch, Schlagball)

| | | |
|---|---|---|
| 1864e P | Irina Matschke | 88 |
| 1857e | Tina Schwarzmann | 88 |
| 1814e | Simone Schramm | 07 |
| 1782e | Rebecca Zimmer | 09 |
| 1777e | Mona Loch | 11 |
| 1754e | Kimberly Wheeler | 10 |
| 1749e | Claudia Schmitt | 95 |
| 1731e | Andrea Luplow | 89 |
| 1712e | Anouk Lübbering | 10 |
| 1697e | Julia Schwarzmann | 88 |

**Blockwettkampf Lauf**

50m, 60m H., Weit, Schlagball. 800m

| | | |
|---|---|---|
| 2415 P | Irina Matschke | 88 |
| 2202e | Claudia Schmitt | 95 |
| 2182e | Ramona Eichfelder | 07 |
| 2215e | Anouk Lübbering | 10 |
| 2052e | Annette Schütz | 95 |
| 1999e | Rebecca Leicht | 08 |
| 1928e | Hannah Neundörfer | 01 |
| 1864e | Madeleine Michler | 08 |
| 1856e | Anna Seitz | 07 |
| 1832 | Lina Mayr | 04 |
| 1830e | Regina Pistorius | 07 |

**Blockwettkampf Sprint/Sprung**

50m, 60m H., Weit, Hoch, Schlagball

| | | |
|---|---|---|
| 2218e P | Rebecca Leicht | 08 |
| 2194e | Rebecca Liebig | 08 |
| 2150e | Mona Loch | 11 |
| 2133e | Kimberly Wheeler | 10 |
| 2116e | Simone Schramm | 07 |
| 2056e | Julia Ruß | 08 |
| 2039e | Saskia Wunder | 95 |
| 2012e | Veronika Firsching | 10 |
| 1959e | Yvonne Ramer | 96 |
| 1881e | Theresa Wicht | 98 |

**Blockwettkampf Wurf**

50m, 60m H., Weit, Kugel, Diskus

| | | |
|---|---|---|
| 2120 P | Stefanie Röder | 93 |
| 2058e* | Rebecca Zimmer | 09 |
| 1863e | Svea Wagner | 04 |
| 1810e | Alexandra Bickel | 09 |
| 1673 | Jessica Grijalva | 93 |
| 1592e | Vanessa Kainer | 09 |
| 1591e | Theresa Ebersbach | 11 |

REIFEN WAGNER
Service persönlich & Co. KG
TOP SERVICE TEAM
Autos in guten Händen
Mit 15 Filialen und deutschlandweitem Service!
Gutenbergstraße 2, 96050 Bamberg • Tel. 09 51 / 9 12 31 - 40
www.reifenwagner.com

sport WAGNER
your professional sportsshop
Gutenbergstraße 2 • 96050 Bamberg
Tel. 09 51 / 9 12 31 - 30
www.sport-wagner.com

---

## Die Vorstandschaft der LG Bamberg

| | | |
|---|---|---|
| **Präsident:** | **Vizepräsident:** | |
| Werner Hipelius | Heinz Kuntke | |
| **Schriftführer:** | **Schatzmeister:** | |
| Irene Bickel | Wolfgang Kohn | 0951/16391 |
| **Sportwarte:** | | |
| Dr. Thomas Koch | Carlo Schramm | 0951/63425 |

**Kontakt:**
**www.LG-Bamberg.de** **Info@LG-Bamberg.de**

# IMPRESSUM

**„LG-Kurier“ - die Zeitschrift der Leichtathletik-Gemeinschaft Bamberg**

**Verantwortlich:** **Werner Hipelius**

**Redaktion:** Reiner Schell, Carlo Schramm

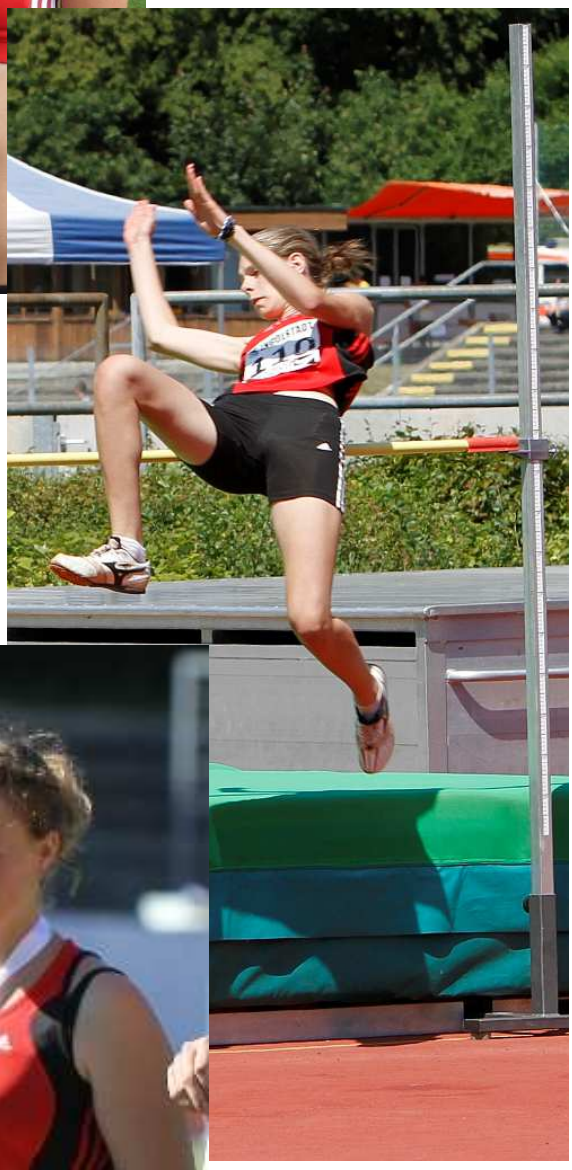
**Weitere Mitarbeiter**: Felix Hentschel, Florian Hofmann, Fritz Hohmann, Dr. Thomas Koch, Alfred Kotissek, Nadine Krügel, Uwe Loch, Susanne Lutz, Siegfried C. Matschke, Heinrich Porsch, Christine Rademacher, Sophia Rothlauf, Claudia Schramm, Jonas Seidler, Ute Weininger, Helena Weiß, Michael Weißhaupt, Christine Zenk, Verena Zweier

**Fotos:** David und Felix Hentschel, Heinrich Hoffmann, Florian Hofmann, Nadine Krügel, Sabine und Uwe Loch, Gerhard Löffler, Ludwig Lutz, Werner Mönius, Heinrich Porsch, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Klinikums Nürnberg, Christine Rademacher, Carlo und Claudia Schramm, Jürgen Schraudner, Helena Weiß, Michael Weißhaupt, Christine Zenk

# Bayerische Silbermedaillengewinner/innen

**In der Halle und im Freien: Zweimal Vizemeisterinnen mit der Siebenkampf-Mannschaft der Frauen v.l.n.r. Lina Mayr, Barbara Zweier, Verena Zweier**

**Silber: Dominique Sauer im Hochsprung W14**



**Christian Baumgartl, Silber im Diskuswurf M14**

**Christina Holzner Vizemeisterin im Kugelstoß W14**

# Gemeinsam stark in 2013

**Dr. Birgit Löffler-Röder und Siegfried C. Matschke**

**Deutsche Spitzenklasse und Weltkulturerbelaufgewinner/In**
**Susanne Lutz und Felix Hentschel**

**Rebecca Zimmer: Dreifache Bayerische Meisterin in der U18: Zweimal im Diskuswurf sowie im Hammerwurf**

**Simone Schramm: Zweifache Bayerische Vizemeisterin im Speerwurf U20**