

# LG - KURIER

---

Leichtathletik-Gemeinschaft Bamberg

1. FC - Post SV - VfL Jahn - MTV Bamberg

2003

TSV Hirschaid

Nr. 30

---



Höhepunkt des Sportjahres 2003 in Bamberg war der 1. Weltkulturerbelauf, der 40000 Menschen an die Strecke lockte und für alle ein unvergessliches Ereignis war. Mit großer Begeisterung gingen besonders die über 1600 Schülerinnen und Schüler in das Rennen.

---

# REHA



# FIT

---

## PHYSIOTHERAPIEZENTRUM POLDI WEEGMANN

Im Dr.-R.-Pfleger-Heim St. Otto · Ottostraße 10 · 96047 Bamberg  
Telefon 09 51/20 20 64 · Telefax 09 51/2 08 07 99 · ☐ · 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

### Fit-Gesundheits- training:

Muskelaufbau an  
Reha-Geräten  
Med. Trainingstherapie  
Rückenschule  
Wassergymnastik  
Präventionsangebote

---

### Liebe Leichtathletinnen, liebe Leichtathleten, liebe Freunde der LG!

Die Saison 2003 stand ganz im Zeichen des Weltkulturerbelaufs, der ein phantastischer Erfolg wurde, dafür danke ich allen LG-lern, die durch ihre tatkräftige Hilfe dazu beigetragen haben. Stolz bin ich auch darauf, dass die LG bei den Ehrenamtlichen die größte Helfergruppe stellte. Mein besonderer Dank gilt Alfred Kotissek, Carlo Schramm und Reiner Schell, die seit Oktober 2001 an der Vorbereitung dieses Laufes mitarbeiteten und auch weiterhin im Organisationsteam vertreten sind. Wir freuen uns schon alle auf den nächsten Weltkulturerlauf am 1. Mai 2005. Bei der arbeitsintensiven Vorbereitung dieses Ereignisses traten unsere Leichtathletikwettkämpfe etwas in den Hintergrund. Verständlicherweise verzichteten wir auf die Ausrichtung einer oberfränkischen Meisterschaft. Mit umso größerer Begeisterung nahmen dafür, trotz des späten Terms, unsere Schülerinnen und Schülern an den Stadtmeisterschaften im Oktober im Stadion teil. Stolz hängten sich unsere Jüngsten ihre Medaillen um den Hals.



In der Saison 2004 werden wir sicherlich wieder die Ausrichtung eines größeren Sportfestes in Bamberg in Angriff nehmen.

Auf der sportlichen Ebene ragten Falk Krause und Hubert Kukielka mit ihren großartigen Erfolgen bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften heraus. Bei der Jugend überzeugte vor allem Holger Betzold mit nicht weniger als fünf bayerischen Meistertiteln! Sein Talent bewies er auch auf süddeutscher Ebene mit einem zweiten und einem dritten Platz.

63 oberfränkische Titel und 18-mal unter den ersten Drei in Bayern zeigen, dass die LG weiterhin über die Bezirksgrenzen hinaus Erfolge erzielt.

Dafür gilt mein Dank allen Trainern und Betreuern, aber auch den Eltern, die sich oft bei Fahrten uneigennützig zur Verfügung stellen.

Mit allen Athletinnen und Athleten möchte ich mich bei den Stammvereinen bedanken, die uns seit mehr als dreißig Jahren unterstützen.

Mein Dank gilt auch der Stadt Bamberg mit ihrem Oberbürgermeister, Herrn Herbert Lauer, den Stadträten, dem Sportamt sowie allen Sponsoren, ohne deren Zuwendungen wir unseren erfolgreichen Sportbetrieb nicht aufrechterhalten könnten.

Ich wünsche allen Mitgliedern und Freunden der LG ein frohes Weihnachtsfest und ein erfolgreiches Jahr 2004.

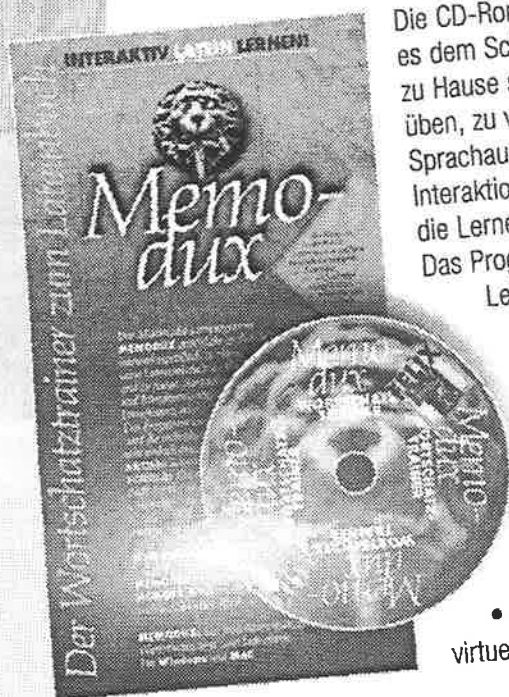
Gerhard Fleck  
Präsident der LG

# Memodux

## Der Multimedia-Wortschatztrainer

Interaktiv mit allen Sinnen lernen. Passend zum Lateinbuch (zu Felix, Cursus Continuus und Roma).

Für Windows und MAC



Die CD-Rom MEMODUX ermöglicht es dem Schüler, lehrwerksspezifisch zu Hause seine Lateinvokabeln zu üben, zu vertiefen und zu testen. Sprachausgabe, Animation und Interaktionsmöglichkeiten steigern die Lerneffizienz erheblich. Das Programm kann an jeden

Lernstand und die individuellen Bedürfnisse sehr einfach angepasst werden.

- Arena: Schnellabfrage
- Schola: Einprägen und Testen
- Campus: Üben zu Kategorien, Grammatik, Wortbildung
- Ludus: Lernen in einer virtuellen römischen Umgebung

C.C. Buchners Verlag  
Postfach 1269  
96003 Bamberg

[www.ccbuchner.de](http://www.ccbuchner.de)  
[service@ccbuchner.de](mailto:service@ccbuchner.de)



## Leichtathletik-Gemeinschaft Bamberg



### Die Saison 2003 im Rückblick

Trotz großen Verletzungspechs einiger Titelaspiranten in der abgelaufenen Saison konnten unsere Athleten erneut erfreuliche Erfolge erringen. 64 oberfränkische Titel bedeuten zwar einen leichten Rückgang gegenüber 2002, dafür war die Ausbeute bei den Landestiteln, 23-mal unter den ersten Drei, deutlich besser. Auch für das neue Wettkampfsjahr 2004 bitte ich alle Athletinnen und Athleten, die oberfränkischen Meisterschaften als „Pflichtaufgabe“ zu sehen, vor allem wenn Staffelläufer benötigt werden.

Bei überregionalen Titelkämpfen überzeugte wiederum Falk Krause mit seinem 2. Platz über 400m (M 40) bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften. Hubert Kukielka stand ihm mit seinem Bronzeplatz im Diskuswerfen (M 40) kaum nach. Christian Sticker belegte den 3. Platz bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften im 10-km Straßenlauf (M 40). Auf süddeutscher Ebene gefielen Felix Wienecke (2. Platz 3000m M 15) und Holger Betzold (2. Platz 200m Jugend B), der außerdem noch 5 bayerische Titel gewann!

Geprägt war die Saison 2003 aber auch durch einen gewaltigen zeitlichen und personellen Aufwand für den ersten Weltkulturerbelauf in Bamberg. Dass dieser ein so herausragender Erfolg wurde, ist auch dem Einsatz vieler LG-ler zu verdanken. Annähernd 70 Kampfrichter aus unserer Gemeinschaft waren an dem Wochenende, an dem diese Laufveranstaltung stattfand, im Einsatz. Alfred Kotissek, Carlo Schramm und Reiner Schell sind im Organisationsteam dieses Laufes bereits seit Oktober 2001 tätig. Sie stecken bereits wieder voll in den Vorbereitungen für den nächsten Weltkulturerbelauf am 1. Mai 2005.

Im Folgenden gebe ich einen Überblick über die errungenen Meisterschaften der abgelaufenen Saison. Sollte ich jemanden übersehen haben, so bitte ich um Entschuldigung. Um jedoch beim Ehrungsabend, am 12. März 2004 um 18.30 Uhr beim Post-SV niemanden zu vergessen, bitte ich um entsprechende Berichtigungen.

Reiner Schell  
(Sportwart)

## Männer und Frauen

### Deutsche Meisterschaften:

Falk Krause	2. Platz 400m (M 40)
Christian Sticker	3. Platz 10km Straße (M 40)
Hubert Kukielka	3. Platz Diskus (M 40) 6. Platz Kugel (M 40)
Rudi Eckenweber/Thomas Koch/ Anton Behringer	8. Platz Deutsche Halbmarathon Mannschaft (M 40)
Melanie Sperlein-Meixner/Ulrike Wild/ Gertrud Härer	9. Platz Halbmarathon Mannschaft Frauen
Melanie Sperlein-Meixner	10. Platz 5000m (W 30)
Manfred Dusold/Christian Sticker/ Klaus Geuß	13. Platz Halbmarathon Mannschaft Männer

### Bayerische Meisterschaften:

Manfred Vietz	1. Platz 5000m (M 65) 2. Platz Halbmarathon (M 65)
Gertrud Härer	1. Platz Marathon (W 40)
Gertrud Härer/Bernadeta Dechant/ Melanie Sperlein-Meixner	1. Platz Marathon Mannschaft Frauen
Christian Sticker	2. Platz Halbmarathon (M 40)
Ulrike Wild	2. Platz 3000m (W 30)
Melanie Sperlein-Meixner	2. Platz Marathon Frauen
Bernadeta Dechant	2. Platz Marathon (W 40)

Roland Wild/ Klaus Geus/ Rudolf Pflaum	2. Platz Marathon Mannschaft Männer
Christian Sticker/Manfred Dusold/ Klaus Geus	3. Platz Halbmarath. Mannsch. Männ.
Christian Sticker/Rudolf Pflaum/ Anton Behringer	3. Platz Halbmarath. Mannsch.(M40/45)
Manfred Dusold	3. Platz Cross Männer 9000m
Roland Wild	3. Platz 5000m (M 35) 3. Platz Marathon (M 35)

### Oberfränkische Meisterschaften:

Manfred Dusold	Männer Mittelstrecke Cross
Ursula Schneider	10km Straßenlauf Frauen 10km Straßenlauf (W 40) Berglauf Frauen Berglauf (W 40)
Ulrike Wild	3000m Frauen 3000m (W 30) 800m (W 30)
Ingrid Schwenzer-Müller	Halbmarathon (W 35)
Johannes Wichert	Drei Männer
Carina Pfahlmann	100m Frauen Hoch Frauen
Carina Pfahlmann/Andrea Schuhmann/ Christine Zenk/Julia Stiegler	4x100-m- Staffel Frauen
Florian Hofmann/Falk Krause/ Jonas Merzbacher/Wolfgang Zenk	4x400-m-Staffel Männer
Michael Schrauder/Jonas Merzbacher/ Roland Wild	3x100-m-Staffel Männer
Claudia Schramm/Andrea Mayr/ Melanie Sperlein-Meixner/Beate Weiß	4x400-m-Staffel Frauen

Manfred Vietz	1500m (M 65) 5000m (M 65)
Martin Keller	100m (M 40) 200m (M 40)
Birgit Löffler-Röder	100m (W 35)
Claudia Schramm	Speer (W 35)
Melanie Sperlein-Meixner	10 000m (W 30)
Roland Wild	Berglauf Männer Berglauf (M 35)

## Männliche und weibliche Jugend A und Jugend B

### Deutsche Meisterschaften:

Holger Betzold/Christian Thumer/ Florian Gräf/Sascha Müller	8. Platz 4x100-m-Staffel Jugend B
Holger Betzold	9. Platz 100m Jugend B

### Süddeutsche Meisterschaften:

Holger Betzold	2. Platz 200m Jugend B 3. Platz 100m Jugend B
Felix Wieneke	2. Platz 3000m M 15
Eva Saffer	5. Platz Dreisprung Jugend B

### Bayerische Meisterschaften:

Holger Betzold	1. Platz 60m Halle Jugend B 1. Platz 200m Halle Jugend B 1. Platz 100m Jugend B 1. Platz 200m Jugend B
----------------	---

Holger Betzold/Christian Thumer/ Florian Gräf/Sascha Müller	1. Platz 4x100-m-Staffel Jugend B
Eva Saffer	3. Platz Weit Halle Jugend B 3. Platz Drei Halle Jugend B 3. Platz Dreisprung Jugend B
Maria Eberlein	3. Platz 3000m Jugend A

### Oberfränkische Meisterschaften:

Nadine Dechant	Cross Jugend B Berglauf Jugend B
Maria Eberlein	Cross Jugend A Berglauf Jugend A
Holger Betzold	100m Jugend B 100m Jugend A 200m Jugend A
Holger Betzold/Christian Thumer/ Florian Gräf/Sascha Müller	4x100-m-Staffel Jugend B
Eva Saffer	Drei Jugend B
Eva Saffer/Annika Camphausen/ Eva Ziegmann/Vera Seitz	4x100-m-Staffel Jugend B
Annika Camphausen/Eva Saffer/ Nadine Dechant/Susanne Burger	4x400-m-Staffel Jugend A
Jessica Stößel	Hoch Jugend B
Eva Ziegmann	400m Jugend B 100m Hürden Jugend A
Nadine Dechant	3000m Jugend B 3000m Jugend A Berglauf Jugend B
Markus Eckert	800m Jugend B
Annika Camphausen	200m Jugend A

## Schülerinnen und Schüler

### Oberfränkische Meisterschaften:

Andreas Schobert	Hoch Halle (M 14)
Oliver Penalba	Weit Halle (M 14) Weit (M 14)
Jessica Stöbel	300m Hürden (W 15) 80m Hürden (W 15) Hoch (W 15) Drei (W 15)
Sebastian Kohn	50m (M 11) Weit (M 11) 75m (M 12) Weit (M 12)
Niklas Kohn	50m (M 8)
Johannes Herdegen	1000m (M 13)
Maximilian Montag	Hoch (M 14)
Verena Mlodischewski	Weit (W 11)
Jessica Stöbel/Hannah Neundörfer/ Hanna Hanske/Christine Lutz	4x100-m-Staffel Schülerinnen A
Anna Seitz/Simone Schramm/ Tanja Hofmann/Anja Schobert	4x50-m-Staffel Schülerinnen D
Christine Lutz/Hannah Neundörfer/ Manuela Dechant	3x800-m-Staffel Schülerinnen A
Johannes Eckert/Felix Wieneke/ Benno Leßner	3x1000-m-Staffel Schüler A
Saskia Arleth/Tanja Hofmann/ Anja Schobert/Verena Wagner	Mehrkampf-Mannschaft Schülerinnen D

### Mitgliederversammlung und Ehrungsabend 2004

Die Mitgliederversammlung mit Ehrungsabend findet am Freitag, den 12. März 2004, um 18.30 Uhr in der Vereinsgaststätte des Post-SV statt.  
Alle Mitglieder und Freunde der LG sind dazu herzlich eingeladen.

## Große Ehrung für unseren Präsidenten

Unser Präsident, Gerhard Fleck, wurde mit dem Verdienstkreuz 1. Klasse des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland ausgezeichnet. Die Ehrung nahm der bayerische Innenminister Dr. Günther Beckstein im Königssaal des Nürnberger Justizgebäudes vor.

Beckstein hob die Verdienste Gerhard Flecks hervor, der erfolgreich in herausgehobenen Positionen des bayerischen Sparkassenwesens gewirkt habe. Er engagierte sich, so Beckstein weiter, auch in verschiedenen Vereinen und Organisationen und setzte sich dabei für das Wohl der Allgemeinheit ein, unter anderem auch seit 1995 als Präsident der LG Bamberg.

Wir sind stolz auf unseren Präsidenten und freuen uns mit ihm über diese herausragende Auszeichnung.

Unseren herzlichsten Glückwunsch!

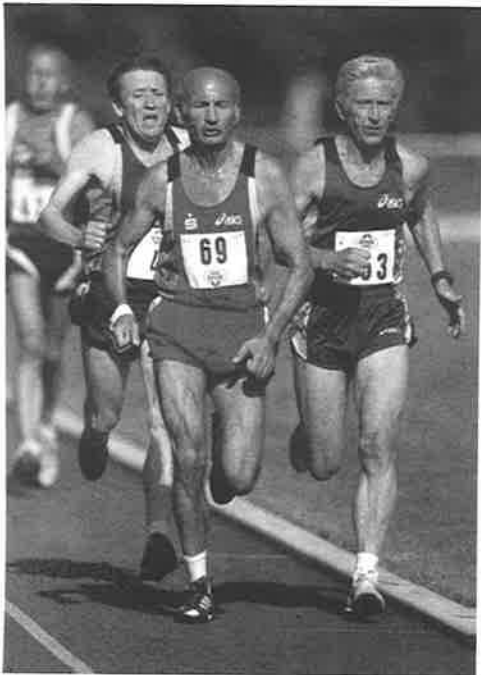
Reiner Schell



# Asse der LG

## Manfred Vietz

Dass Langstreckenläufer „reifen“ müssen, ist ja weithin bekannt, ob dieses Klischee aber so ohne Weiteres auf unseren Wettkampf-Senior Manfred Vietz (Jg. 1937) übertragbar ist, muss man jedoch erst einmal in Frage stellen. Immerhin begann der Manfred seine aktive Zeit erst Mitte der 80er Jahre, als er die 40 Lebensjahre schon erreicht hatte, und da haben manch andere Langstreckenläufer ihren Reifeprozess ja eigentlich schon längst vollendet und ihre aktive Laufbahn beendet. Als er damals begann, reihte er sich ein unter namhafte (Senioren)-Langstreckenläufer wie z.B. Georg Pfister, Xaver Mally oder Enzo Cicogna, um nur einige zu nennen. Was ihn aber von all seinen damaligen Mitstreitern unterscheidet, ist die Tatsache, dass diese sich alle nach und nach aus dem Wettkampfsport verabschiedet haben, natürlich nicht immer ganz freiwillig, sondern aufgrund von altersbedingten (hier ist nicht das biologische, sondern das Laufalter gemeint!) Blessuren und Verletzungen. Unser Manfred Vietz hingegen, der läuft immer noch, und das trotz immer wiederkehrender Verletzungen und gesundheitlicher Beschwerden, die ihn anscheinend nicht bremsen können in seinem läuferischen Tatendrang. Natürlich hat er auch etwas später angefangen als die oben genannten Läufer und ist insofern vielleicht etwas unverbraucher als die anderen, aber immerhin ist er auch schon über 20 Jahre dabei und die Bestzeiten, die er bisher erreicht hat, können sich durchaus sehen lassen.



Manfred Vietz beim Endsprint im diesjährigen 5000m-Endlauf der Bayerischen Seniorenmeisterschaften. Trotz seines Alters von mittlerweile 67 Jahren hat er immer noch einen unwiderstehlichen Antritt, bei dem auch so manch jüngerer Gegner alt aussieht.

So zum Beispiel seine Marathonbestzeit aus dem Jahr 1985 (mit 48 Jahren) von 2:41:03, und auch als 50-jähriger hat er immerhin noch 2:43:48 erreicht, das sind Zeiten, an denen sich aktuell so manche jüngeren Langstreckenläufer nicht nur aus der LG, sondern aus ganz Oberfranken die Zähne ausbeißen. Seine Stärken hat er aber wohl eher auf den kürzeren Distanzen von 1500m bis 10000m, wo er seine hervorragende Grundschnelligkeit und seine Spurtstärke ausspielen kann. Seine Bestzeit auf 1500m beträgt immerhin 4:34,74, und da war er schon 53 Jahre alt.

Die Meisterschaftserfolge, die er bisher erreicht hat, sind so zahlreich, dass man sie hier aus Platzgründen gar nicht alle aufzählen kann. Da sind unzählige oberfränkische Meistertitel, bayerische Meistertitel und Platzierungen bei bayerischen Meisterschaften, aber auch überregional hatte er immer wieder Erfolge. Bei deutschen Meisterschaften der Senioren konnte er sich immer wieder auf dem Treppchen platzieren, bis er schließlich im Jahr 2000 seinen größten Erfolg verbuchen konnte: 1. Platz bei den Deutschen Meisterschaften in der M60 über 5000m.

Auch dieses Jahr konnte er wieder Erfolge für sich verbuchen:

- 2. Platz bei den Bayerischen Halbmarathon-Meisterschaften in der M65
- 1. Platz bei den Bayerischen Meisterschaften der Senioren über 5000m in der M65
- 6. Platz bei den deutschen Meisterschaften der Senioren über 5000m in der M65 (dabei ist er mit einer Zerrung angetreten, sonst wäre vermutlich noch mehr drin gewesen, da das Rennen im Endspurt entschieden wurde, und da ist er nur ganz schwer zu schlagen).
- Zahlreiche Klassensiege in der M65 bei regionalen Laufveranstaltungen

Man kann nur darüber spekulieren, was der Manfred hätte erreichen können, wenn er in etwas jüngerem Alter mit dem Wettkampfsport begonnen hätte. Auf alle Fälle verdient das, was er jetzt noch in hohem Alter zu leisten vermag, großen Respekt. Wenn er unverletzt und ohne Beschwerden bleibt, was in seinem Alter vielleicht ein bisschen nach Wunschvorstellung klingen mag, wird er sicherlich noch den einen oder anderen Titel in seiner Altersklasse holen.

Voraussetzung ist, dass er vorsichtig mit seinen läuferischen Ressourcen umgeht. Was ihm manchmal leider fehlt, ist die Besonnenheit beim Trainingsaufbau nach verletzungs- und krankheitsbedingten Pausen. Denn Geduld ist eine derjenigen Tugenden, die ihm leider fehlt.

# Asse der LG

## Ursula Schneider

„Ursula Schneider setzt Siegesserie fort“ oder „Ursula Schneider weiter auf Erfolgstour“, solche Schlagzeilen konnte man dieses Jahr häufiger in der lokalen Sportpresse sehen. In der Tat war das, was die Ursel diese Jahr geleistet hat sehr beeindruckend. Ihre außergewöhnliche Serie begann am 30. März beim Giechburg-Berglauf, wo sie nur knapp geschlagen Gesamtzweite bei den Frauen und erste Siegerin in der Altersklasse W40 wurde. Weiter ging es gleich eine Woche später, am 5. April in Waizendorf, wo sie in persönlicher Bestzeit von 39:20 Minuten beste oberfränkische Läuferin (oberfränkische Meisterin in der W40) und Gesamtzweite bei den Frauen wurde. Die weitere Erfolgsliste ist fast endlos:

- 1. Weltkulturerbelauf in Bamberg im Brose-Lauf: Erster Platz im Gesamteinlauf bei den Frauen
- Maibaumlauf in Burgebrach: Erster Platz im Gesamteinlauf bei den Frauen
- Rauhe-Ebrachlauf in Vorra: Erster Platz im Gesamteinlauf bei den Frauen
- Aurachtallauf in Herzogenaurach: Gesamtzweite und Erste in der Altersklasse W40
- Burgholzlauf in Scheßlitz: Erster Platz im Gesamteinlauf bei den Frauen und damit uneinholbar Gesamtsiegerin im Raiffeisen-Cup 2003 in der Alterklasse W40
- Fränkische-Krone-Lauf in Coburg: Gesamtzweite und Erste in der Altersklasse W40
- Altenburgsprint in Bamberg: Erster Platz im Gesamteinlauf bei den Frauen und oberfränkische Meisterin in der W40
- Abt-Degen-Lauf in Zeil: Erster Platz im Gesamteinlauf bei den Frauen
- Gesamtsiegerin im BLV-Lauf-Cup 2003 in der Altersklasse W40 mit vier ersten und einem zweiten Platz



Ein gewohnte Szenerie bei Laufveranstaltungen, die letztes Jahr beim Schlosslauf in Memmelsdorf ihren Anfang fand und sich dieses Jahr fortsetzte: Ursula Schneider wird verfolgt von männlichen Läuferkollegen, die versuchten, mit ihr Schritt zu halten und am Schluss dann doch meistens das Nachsehen hatten. Die Mitläuferinnen konnten in der Regel sowieso nicht mithalten.

Die Jüngeren wissen wahrscheinlich gar nicht, dass die läuferische Karriere der Ursel schon vor 1980 begann. Damals war sie als Mittelstrecklerin in der weiblichen Jugend A und B über 800m, 1500m und 3000m sehr erfolgreich und gehörte immer zur Bayerischen Spitze auf diesen Strecken in ihrer jeweiligen Altersklasse. Die Bestzeiten, die sie damals als Jugendliche erreichte (2:12,54, 4:37,5 und 10:18,58 Minuten), stehen heute noch auf Platz eins in der ewigen Bamberger Bestenliste bei den Frauen. Leider hat sie ihre Laufkarriere aus privaten, familiären und beruflichen Gründen (Studium) für längere Zeit (17 Jahre!) unterbrechen müssen. Jetzt, wo sie endlich wieder an ihre alten Erfolge anknüpfen kann, hoffen wir alle, dass die Ursel trotz privater, familiärer (Ehemann und zwei Töchter) und beruflicher (Lehrerin am Clavius-Gymnasium) Mehrfachbelastung noch genügend Zeit hat, ihren Sport erfolgreich auszuüben. Wenn sie weiterhin ihr Training so konsequent durchführen kann, wird sie nächstes Jahr mit Sicherheit auch auf überregionaler Bühne erfolgreich sein, denn ihre diesjährigen Leistungen waren schon dieses Jahr bayerische und auch deutsche Spitze in der Altersklasse W40.



Wie eine Perlschnur reihten sich die Männer dieses Jahr immer hinter der Ursel auf, so wie hier beim Rauhe-Ebrach-Lauf in Vorra



GERHARD FLECK - der Präsident der LGB

Wo war Gerhard am 4. Mai 2003?

Schon vergessen, was gewesen war?

Weltkulturerbelauf - mein Gott, tausend Jahre in Bamberg warten müssen, bis sich was bewegt, bis eine in Stein getauchte Geschichte mal Beine kriegt.

Wo also war er, Gerhard Fleck, Präsident der LGB ?

Lief er mit? Drückte er sich? Feilte er an den rhetorischen Spitzfindigkeiten seiner Unstands- als Notstandserklärung, etwa: "Meine Blasen an den Ballen vom Kopfsteinpflaster beim vorausgehenden Kopfsteinpflastertraining ... Meine Frau, äh ... Mein sympathisches Alter, hochgereckte 60 plus, legte sich krumm und gebar einen Schmerzscrei des Entsagens ..."

In welcher Mauernische stand er? Wie nahe hielt er sich fern von den Schirmherren, die sich im Schatten ihrer Schirme bedeckt hielten und das glänzende Geschäft der Medaillenvergabe zu einer Art Abendländischen Basar umfunktionierten plus keep smiling minus Bamberger Rhetorik.

Die Sprache der Steine ist die der Propheten oder der Abstürze, sagte er immer wieder, halte dich da raus.

Was wissen wir über den Mann, der aus der Oberpfalz ins Fränkische wechselte, ohne die barocke Rede zu verschlanken, noch Kieselsteine nachzuliegen, die fürs 'r' im Alphabet gerade stehen. Was wissen wir von ihm, der zuletzt den Gipfel erreichte, indem er fusionierte, obwohl er seinen Kopf gar nicht retten musste, noch abgespeist werden musste mit Abfindungs-Millionen. Kein Mühlstein um den Hals konnte ihn ängstigen, den Weg fortzusetzen. Er ging übers Wasser, weil er auf einer Brücke ging: Längst hatte er die LGB gefunden, Blasen an den Füßen statt Sprechblasen, klare läuferische Ziele statt sich verleugnen



Der Alte

im Ungefährten, Jogging statt Pechen auf Zinsfüßen ...

Eine Anekdote muss her: Einmal, als Mutter das Taschengeld austeilte - ein Betrag in einer Münze, denn es wog schwer im Handteller, was schwer erarbeitet war -, senkte Klein-Gerhard den Kopf, hielt seine Hand fest geschlossen und schaute Mutter dann geradewegs in die Augen, von unten



schräg nach oben, als er sagte: "Geld, Mama, werde ich kriegen, wenn ich nur groß genug bin. Habe ich deine Liebe, mache ich daraus soziale Kompetenz." Mutter irritierte die feste Sprache des Jungen.

"Was verwendest du für Wörter?" Gerhard antwortete nicht, denn er wusste, später würde er sagen, so seien sie eben, die aus der Oberpfalz, Blutsbrüder und rot wie Winnetou und nicht zu haben für Feuerwasser. Und als die Währungsreform 1948 ins Land

Der Neue

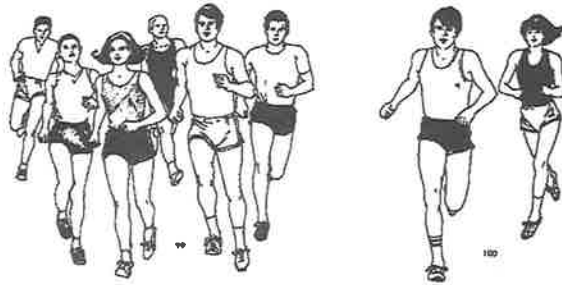
kan, wusste er: "Währung ist bloß Papier." Man muss ankommen bei den Menschen, nicht flett andocken, die Mechanik der Solidarität ist so einfach, Nähe wie Karawanen im Dünen sand, nicht schwindelerregend wie die DNA, würde er später wissen, nicht Kompatibilität der Kumpanei (mein Gott, diese Wörter), sondern Sinne für Konjunktive: Was wäre die Wirklichkeit ohne die Möglichkeit. Es wirft sich der Ozean in Ebbe und Flut, seit er sah, wie leicht einer den Eimer Wasser trug.

Wo war Gerhard am 4. Mai 2003 ?

Das Bekenntnis, mit dem Gerhard Fleck am Rande des Weltkulturerbelaufs (ach, der Begriff schon ein Monster) herausrückte: "Es mag ja gehn, dass einige Tausend die Kultur sich mit dampfenden Fußsohlen erlaufen - aber lasst mal den Dom an seinem Fleck. Und überlasst die Straßenwinkel dem bröselnden Sandstein. Die Überschaubarkeit eines Stadions mit seinen Rundbahnen ist mir viel wert, die Totenstille einer Pyramide, das Thema des Kopfsatzes einer Symphonie - ja, alles ist mir näher als ein Open Air Event über Kopfsteinpflaster."

sch

# Lauftreff Lauftreff Lauftreff



**Treffpunkt: Platz des Post SV Bamberg**

**Zeitpunkt: jeweils am Samstag, 14.00 Uhr**

**Auskunft: Ewald Mehringer,  
Tel. 0951-33971**

**Osterlauf:  
Ostersamstag, 10. April 2004, 14.00 Uhr, Post SV Bamberg**

## Erfolgreiche LGB-Staffeln 2003



Drei der 4 x 50 m W 9 u.j.  
S. Schramm, A. Schobert,  
T. Hoffmann



4 x 50 m W 11/10:  
S. Wagner, M. Hörtlein,  
L. Wagner, —



3 x 1000 m M 15/14 (v.l.):  
Benno Leßner, Johannes Eckert,  
Felix Wienecke



4 x 50 m M 11/10:  
A. Wichert,  
S. Schobert  
F. Günther  
J. Burger



4 x 400 m Männer (v.l.):  
Florian Hofmann, Wolfgang Zenk,  
Falk Krause, Jonas Merzbacher



4 x 400 m Frauen (v.l.):  
Melanie Sperlein - Meixner, Claudia  
Schramm, Beate Weiß, Andrea Mayr

**Strand/Meer x 2(Training pro Tag) + (nette Menschen)<sup>2</sup> + gutes Essen - schlechtes Wetter =**

### Trainingslager 2003 der LG Bamberg in Igea Marina/ Italien

Wir, 17 Athleten/innen der LG Bamberg, fuhren vom 12. bis zum 21.4.2003 erstmals ins Trainingslager nach Igea Marina, eine Stadt an der Adria nahe Rimini. Hier eine Zusammenfassung der dort erlebten Tage:



#### **Anfahrt/ Hotel:**

Am Samstag, dem 12.4. fuhren etwa 20 Athleten/innen der LG, inkl. uns, um 5Uhr früh gen Igea Marina (Italien). 11 lange Stunden brauchten die 2 Kleinbusse und Wozzek 's PKW, um das Ziel zu erreichen. Nach der Ankunft beim Hotel Nevada, welches nur 200m vom Strand entfernt war, wurden wir auf unsere Zimmer verteilt, welche sich in den verschiedenen Häusern (insgesamt 4) des Hotels befanden und größtenteils komfortabel ausgestattet waren. Einige LG-ler/innen machten sich sogleich auf den Weg zum Strand, wo sich Benno und Simon ein kühles Bad gönnten (es waren an diesem Tag maximal 20°!). Nach einem heftigen Gewitterschauer (es sollte der einzige in diesen 10 Tagen bleiben) machten wir uns auf den Weg in die Essenshalle im Hauptgebäude. Somit kommen wir nun zum nächsten "Hauptpunkt":

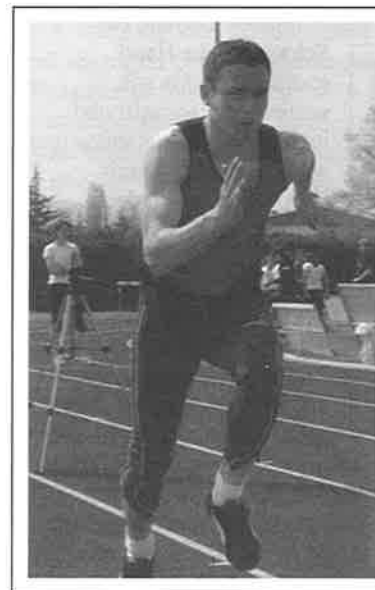
#### **"Kulinarische Verpflegung":**

Da wir Vollpension hatten, verbrachten wir täglich bis zu 6 Stunden im Essensaal(!!!). Früh erwartete uns ein reichhaltiges Buffett, mittags und abends ein 4-Gänge Menü (und nicht nur das! :)). Somit war für uns in diesen Tagen das Wort "Hunger" ein Fremdwort, besser bekannt war uns "proppenvoll". Das Essen war erste Sahne, vor allem auch die Essensauswahl, bei welcher nicht zu knapp an unsere verbrauchten Kohlenhydrate gedacht wurde.



**Training:** Weswegen wir eigentlich in den Süden fuhren (nicht zum essen...!) wurde uns mit den ersten Blicken auf unsere Trainingspläne klar: auf uns würde noch einiges zukommen.

Jeden Tag erwarteten uns 2 Trainingseinheiten, die vormittags und nachmittags je 2,5h dauerten. Nicht dazugerechnet die Anfahrtszeiten mit Klein- bzw. Großbussen(immerhin trainierten mit uns die restlichen 100 Athleten aus unserem Hotel!) zu den jeweiligen Trainingsstätten, welche sehr abwechslungsreich waren. Wir trainierten so in 2 verschiedenen Stadien, am Strand bzw. in einem etwas weiter entfernten Pinienwald. Uns stand alles offen, da das Wetter wunderschön war (täglich etwa 25° und strahlend blauer Himmel) abgesehen von einem einzigen sehr windigen Nachmittag. Mit uns im Hotel waren hauptsächlich oberbayerische Vereine sowie Kaderathleten, die in verschiedenen Gruppen trainierten (Wurf, Sprung, Kurz- bzw. Langhürden, Sprint & Lauf), zu denen wir nach einigen Tagen



hinzustießen. Somit machte das anspruchsvolle Training sogar Spaß :), man lernte Gegner/innen kennen, und es entstanden Freundschaften (nicht nur auf wettkampflicher Basis). Somit trainierte Maria in der Laufgruppe, Eva S. & Johannes in der Sprunggruppe, Eva Z. und Jessy in der Hürdenabteilung, während Annika, Vera und Christian bei Wozzek untergebracht waren, Helena und Andi zusammen ihre Runden drehten, und die anderen ihr Training streng nach eigenem Plan absolvierten.



#### **"Außersportliche Betätigungen":** Ansonsten fuhren wir an einem der beiden



trainingsfreien Nachmittage nach San Marino, wo ein Teil unserer LG- Athleten erfahren musste, dass dies sogar ein eigener Kleinstaat ist... (somit fiel auch der Lerneffekt dieses Trainingslagers nicht aus, ganz nach dem Motto: Reisen bildet!) Nach dem Kennenlernen freundlicher Italiener, welche den Auftrag bekamen, Fotos von uns zu machen, besichtigten

wir die Burg mit allem drum herum und mussten feststellen, dass man dort Waffen leichter bekam als beispielsweise ein Eis (worauf manche von uns immerhin 15min. warten mussten! - Benno hingegen bekam beim Betreten eines Waffengeschäftes ohne Widerrede ein



Schwert in die Hand gedrückt!)... Als wir schließlich geschafft und müde im Kleinbus saßen und wieder einmal Mannis Fahrkünste bewundern durften, ging es wieder zurück in Richtung Hotel. Andere außersportliche Betätigungen waren rumplantschen im Meer(und illegalerweise im Pool des Nachbarhotels :)), am Strand liegen, zu einem großen Einkaufszentrum zu

fahren(jedoch ohne den eingesperrten Simon, der davon nur aus unseren Erzählungen erfuhr, gell Eva Z.?! :)), ein historisches Dorf in der Nähe von Igea Marina zu besichtigen, unsere TSK-ler per Satellitenfernsehen mit Unterstützung einiger Athleten kräftig anzufeuern, die uns zur Verzweiflung brachten (- zur Erinnerung: Bamberg verlor gegen Berlin und rutschte somit auf den 5. Platz ab - wer hätte gedacht, dass dies noch zu einem Happy End führen würde...?) Außerdem feierte in dieser Woche Benno seinen 15. Geburtstag, welcher auf dem Hoteldach und nachts am Strand gefeiert wurde. Die Abende verbrachten wir mit Besuchen vereinsinterner bzw. -externer Athleten, Fernsehabenden (wo so mancher im falschen Bett (mit Jessys Hase :) einschlieft), Spaziergängen am Meer oder in der "Stadt" bzw. Hotelexpeditionen.

### Der letzte Abend/Tag in Igea:

Am letzten Abend gingen alle LG-ler/innen zusammen noch Eis essen, und Eva S., Maria, Jessy und Benno besuchten anschließend ein letztes Mal ihre Trainingskollegen/innen der LG Würm Athletik bzw. LAC Quelle Fü/Mü/Wü im Nachbarhaus, bevor wir schweren Herzens unsere



Betten heimsuchten. Am darauffolgenden Tag wurden Adressen ausgetauscht und nach den Verabschiedungen und einem letzten tollen Frühstück ging es wieder zurück nach Bamberg.

**DANKE:** Vielen, vielen, vielen Dank an **Helga** (für die psychische Unterstützung, den Pferdebalsam und sonstigen Organisationen etc.), **Wozzek** (für die physische Betreuung, den lustigen Späßen zwischendurch (grinnms...), seinen wertvollen Trainingstipps usw.), **Manni** (für die Rumfahrrerei), den **Trainern** des BLV's (für das Training), unseren **Trainern der LGB** für die Trainingspläne und last but not least allen, die es überhaupt ermöglicht haben, dass wir nach Igea fahren konnten!!!!



DANKE! Und da das Wettkampffahr 2003 für beinahe alle Mitgereisten erfolgreich war, hoffen wir auf ein Igea Marina Trainingslager 2004!!!!!!!!

Maria Eberlein & Eva Saffer

## Wechsel in der Führung des Förderkreises

### Abschied und Neuanfang

Am 26. 10. 1977 trafen sich einige ehemalige Bamberger Leichtathleten zu einem zwanglosen, gemütlichen Beisammensein im „Haus der Begegnung“ in der Gartenstadt. In Erinnerung schwelgend wurde der Wunsch laut, jedes Jahr ein solches Treffen möglichst vieler früherer und auch noch aktiver Leichtathleten und Kampfrichter in Bamberg zu organisieren. Dieser Gedanke führte ganz spontan zur Gründung des

*Förderkreises für die Bamberger Leichtathletik.*

Er hat sich folgende Ziele gesteckt:

1. Austausch von Adressen ehemaliger Bamberger Leichtathleten
2. Durchführung eines jährlichen Treffens
3. Informationen über die Bamberger Leichtathletik, insbesondere der auswärtigen Mitglieder durch den LG-Kurier
4. Finanzielle Förderung der Bamberger Leichtathletik

Ewald Mehringer, dem leichtathletikinteressierten Bamberger immer noch als Meistersprinter bekannt und seit vielen Jahren im Bamberger Stadtrat, Gerhard Lockenmeyer, Jürgen Heier und Heinz Kruse unternahmen die ersten organisatorischen Schritte.

2002 konnten die erfolgreichen Initiatoren und unermüdlichen Antreiber das 25-jährige Gründungsjubiläum feiern.

Die Bilanz ist beeindruckend: Ausflüge nach Falkenstein, Ziegelanger, Kitzingen, Sand, Eschenau und Ebrach, um nur einige Beispiele zu nennen, sowie in den letzten Jahren verstärkt Führungen in Bamberg, die hoch interessant gestaltet wurden, boten eine Vielfalt kultureller, aber auch gesellschaftlicher Eindrücke.

Besonders angeregt verlief nach den Wanderungen bzw. Führungen das gemütliche Beisammensein, bei dem immer wieder die Erinnerungen an früher im Vordergrund standen.

Zu besonderem Dank ist die LG Bamberg dem Förderkreis verpflichtet, da sie im Laufe der Jahre zur Unterstützung von Spitzensportlern, insbesondere bei Trainingslagern, eine stattliche Summe erhalten hat.



Präsident Gerhard Fleck bedankt sich bei den Gründungsvätern und Initiatoren des Förderkreises Ewald Mehringer und Gerhard Lockenmeyer für ihre langjährige Unterstützung der LG.

Nach nunmehr 26 Jahren können die Initiatoren und Organisatoren, allen voran Ewald Mehringer und Gerhard Lockenmeyer, aus unterschiedlichen Gründen diese Aufgabe nicht mehr länger wahrnehmen.

Es wäre jedoch unverantwortlich, vor allen auch den auswärtigen Mitgliedern gegenüber, wenn eine finanziell und vor allem gesellschaftlich so erfolgreiche Gruppe aufgelöst werden würde. Deshalb haben sich Beate und Gerhard Weiß entschlossen, die Organisation zu übernehmen. Den meisten sind die beiden ja noch aus ihrer aktiven Zeit bekannt, in der sie viele bayerische Titel errungen haben. Seit Jahren leisten sie erfolgreiche Arbeit als Trainer der LG. Der finanziellen Angelegenheiten nimmt sich Reiner Schell an.

Im Namen aller Mitglieder und Freunde des Förderkreises sowie auch im Namen aller Leichtathleten danke ich Ewald Mehringer, Gerhard Lockenmeyer, Jürgen Heier und Heinz Kruse für ihre jahrelange und unermüdliche Arbeit. Ich bin sicher, dass wir sie bei den nächsten Treffen wieder begrüßen können.

Reiner Schell

## *Förderkreis für die Bamberger Leichtathletik*

**Wir informieren unsere Mitglieder**

**Wir geben finanzielle Hilfe**

**Wir treffen uns einmal im Jahr**

***Werde auch du Mitglied!***

**Nähere Informationen bei**

**Gerhard und Beate Weiß  
Lobenhoffer-Straße 35  
96049 Bamberg  
Tel. 0951-56712**

**Reiner Schell  
Dr.-Haas-Straße 5  
96047 Bamberg  
Tel. 0951-23329**

**Nächstes Jahrestreffen am Samstag, 2. Oktober 2004  
Einladung folgt**



## Erfolgreiche Langstrecklerinnen und Langstreckler 2003:



Melanie Sperlein-Meixner: Zusammen mit Ursula Schneider erfolgreichste Langstrecklerin in diesem Jahr, mit Vorliebe für die längeren Distanzen wie Halbmarathon und Marathon. Ihre Erfolgsbilanz dieses Jahr:

- Oberfränkische Meisterin über 10.000m auf der Bahn
- Bayerische Vizemeisterin im Marathon mit neuer persönlicher Bestzeit von 3:05,57 Stunden.
- Bayerische Meisterin mit der Marathonmannschaft (zusammen mit Bernadette Dechant und Gertrud Härer)
- 10. Platz über 5000m in der W30 bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften

Christian Sticker: Unser „Ironman“ und „Gastläufer“ von der IfA Nonstop Bamberg (der Mann für die Großereignisse!). In seinem ersten Jahr mit Startpass der LG Bamberg konnte er gleich eindrucksvoll auf sich aufmerksam machen. Er etablierte sich auf Anhieb in der bayerischen und deutschen Spitzenklasse in seiner Altersklasse M40. Seine Ergebnisse:

- 3. Platz in der M40 bei den Deutschen Strassenlaufmeisterschaften über 10 km
- Bayerischer Vizemeister in der M40 im Halbmarathon in persönlicher Bestzeit: 1:11,59
- 3. Platz bei der bayerischen Meisterschaft mit der Halbmarathonmannschaft
- 3. Platz bei der bayerischen Meisterschaft mit der M40/45-Halbmarathonmannschaft



Manfred Dusold: Auch wenn in dieser Saison aufgrund hartnäckiger Verletzungen der ganz große Meisterschaftserfolg fehlte, war er doch einer der erfolgreichsten Langstreckler der LG Bamberg:

- 3. Platz bei den Bayerischen Crossmeisterschaften in der Langstrecke
  - 3. Platz bei den Bayerischen Halbmarathonmeisterschaften mit der Mannschaft (zusammen mit Christian Sticker und Klaus Geuß)
  - und vielleicht das wichtigste in diesem Jahr: Souveräner Sieger beim 1. Weltkulturerbebelauf über die 10,9 km -Distanz
- Hoffen wir, daß der Manni nächstes Jahr von Verletzungen verschont bleibt.

Roland Wild: Unser Dauerbrenner, der auch dieses Jahr wieder mit konstanten Ergebnissen überzeugen konnte. Seine Leistung ist praktisch zu jeder Jahreszeit abrufbar. Der Lohn seiner Mühen:

- zweifacher oberfränkischer Meister
- 3. Platz bei den Bayerischen Marathonmeisterschaften M35
- Bayerischer Vizemeister mit der Marathonmannschaft (zusammen mit Klaus Geuß und Rudolf Pflaum)
- 3. Platz 5000m bei den Bayerischen Seniorenmeisterschaften M35





Rudolf Pflaum (links im Bild mit einem seiner Dauerrivalen, Werner Freitag aus Staffelstein:):

- Bayerischer Vizemeister mit der Marathonmannschaft (zusammen mit Klaus Geuß und Roland Wild)
- 3. Platz bei der bayerischen Meisterschaft mit der M40/45-Halbmarathonmannschaft (zusammen mit Christian Sticker und Anton Behringer)



Anton Behringer (links), erfolgreich bei der Bayerischen Meisterschaft im Halbmarathon: 3. Platz mit der Mannschaft in der M40/45



Ulrike Wild (rechts): 2. Platz über 3000m bei den Bayerischen Meisterschaften W30  
Mehrfache oberfränkische Meisterin und Gesamtsiegerin beim Halbmarathon in Ebensfeld

Und zum Schluß noch ein Highlight:

Klaus Geuß, unser Spezialist für Halbmarathon und Marathon und erfolgreicher Punktesammler für die Mannschaften in diesen Disziplinen:

- Bayerischer Vizemeister mit der Marathonmannschaft (zusammen mit Rudolf Pflaum und Roland Wild)
- 3. Platz bei den Bayerischen Halbmarathonmeisterschaften mit der Mannschaft (zusammen mit Christian Sticker und Manfred Dusold)



Josef Öhrig, unser „Schubkarren-Joe“ ist mal wieder auf die Laufbühne zurückgekehrt:

Mit einer Zeit von 31:21 Minuten bei den Deutschen Straßenlaufmeisterschaften über 10km feierte er ein eindrucksvolles Comeback, das bedeutete Platz 27 in der Männerklasse.

Motivationsschub für ihn sind auch die Erfolge seiner Mannschaftskameraden Manni Dusold und Christian Sticker, mit denen er noch einige Mannschaftstitel erringen will.



**Bezirksleiter Hans Wagner  
Weichendorf  
Tannenweg 15  
96117 Memmelsdorf**

**Tel. 0951-47511 – Fax 0951-47514  
e-Mail: Johann.wagner-wuestenrot@t-online.de**

### **Ihr Berater in Sachen:**

- *Altersversorgung – Renten- und Lebensversicherungen*
- *Geldanlagen – Sparkonten – Wertpapiere*
- *Fonds – Immobilien – Renten – Aktien*
- *Sachversicherungen – Haft-Kfz-Unfall-Wohngebäude*
- *Bausparen – Finanzierungen – Umschuldungen*
- *Immobilien – Kapitalanlagen – Eigennutzung – Makler*

## **Schnelle Jungs**



Die B-Jugendstaffel über 4x100m konnte nach vielen Jahren der Abstinenz wieder einmal einen bayerischen Titel nach Bamberg holen. In der Besetzung Sascha Müller, Florian Gräf, Christian Thumer und Holger Betzold bot das Quartett in Regensburg eine überzeugende Vorstellung und sicherte sich in 43,67 Sekunden den Sieg. Im Laufe der Wettkampfsaison verbesserten die schnellen Jungs vom Dientzenhofer-Gymnasium den oberfränkischen Rekord noch auf 43,57 Sekunden.

**Holger Betzold** sprintete die 100-Meter in diesem Jahr erstmals unter elf Sekunden.

Mit 10,90 Sek. über 100m und 21,92 Sek. über 200m zählt er zu den Spitzenathleten auf nationaler Ebene. Insgesamt gewann Holger in diesem Jahr 5 bayerische Titel und belegte bei den Süddeutschen B-Jugendmeisterschaften den 2. Platz über 200m und den 3. Platz über 100m. Sein Ergebnis über die 200m-Strecke bedeutet gleichzeitig die Einstellung des oberfränkischen Jugendrekordes.





Mensch, mach aus einem glücklichen Haufen  
eine Erfolg versprechende Hierarchie

Reiner schreibt mir am 26.11.2003 ein nächtliches Fax: Es sei fünf nach zwölf und vom Leistungsband meiner Trainingsgruppe noch kein Bericht für den LG-Kurier eingegangen. Alarm. Ja, Teufel noch mal, soll ich, freudig im Harem der Schönsten die- nend, sie leistungsmäßig nach draußen tragen und sie völlig durcheinander bringen: katalogisieren, akkumulieren, dividieren, subtrahieren, hierarchisieren ... Die klassischen Maße (Brust, Taille, Hüfte) sprächen allemal für sich, Ausdruck imponierender Individualität. Warum weiter graben im Vordergründigen?

Ich rufe Birgit an: Birgit Löffler-Röder ist verschwiegene Mutti der Truppe und unantastbar in Leistung und Maßstäblich- keit: "Was die Mädels können, also der sich deutlich entfaltende Leistungshorizont, das muss raus, Siggi, das ist doch wie Kam- merkonzert, das zur Sinfonie schwillt - ja, geschwollen ist." Ich bin baff, aber vor allem bin ich begeistert. Ich rufe bei Felix an: Felix Wieneke, die Ariane-V-Rakete der Saison 2003, von Null zur süddeutschen Vizemeisterschaft über 3000 m (9:34,73) der Klasse M 15: "Noch nie so ne Mädchenpower erlebt, ob ein- zeln, ob gebündelt. Ich für meinen Teil möchte brüllen wie ein Löwe."

Holla, denke ich, nun mal ran ans weiße Blatt Papier fürs Lei- stungsprotokoll und bilanzieren, was das Zeug hält, all die Glanzlichter über banal geplatzen Fußblasen und mickrig abge- knickten Zehennägeln.

Eva Saffer (86), die "Etablierte": Dreimal Dritte bei bayerischen Meisterschaften in Weit- und Dreisprung (5,45 m; 11,41 m), Fünfte bei den süddeutschen Titelkämpfen. Motorisch: Mensch, bei so viel Vermögen muss doch mehr Bewegungsgefühl etabliert werden ...

Eva Ziegmann (86), die "Richtungweisende": Kam mit der 400 m- Hürdenstrecke heuer zwar nicht so gut zurecht (4. der BLV- Meisterschaft), motiviert sich zur Zeit im Schüleraustausch

in Oregon/ USA für höhere Weihen im Leistungs-ABC.

Nadine Dechant (87), die "Unerschrockene": Außer einer nied- lichen Angst vor Hindernissen ist sie ziemlich zu Hause auf den Mittelstrecken auf der Bahn und im Cross, und zwar bis rauf zu den 'Süddeutschen'. Fünf oberfränkische Meistertitel (800 m 2:32; 1500 m 5:19; 3000 m 11:51). Und ein Motor, der für die Gemeinschaft arbeitet.

Jessica Stöbel (88), die "Gleitende": Hat trotz/ wegen sieben oberfränkischer Titel und eines fünften Ranges bei den 'Bay- rischen' (Dreisprung) noch immer nicht den Weg zur Schlüssel- disziplin gefunden. Aus dem Märchen vom Allerlei: Mensch, glaub an dich, zwischen Dreisprung und Hürden und Hochsprung und so liegen so viele Pfade des Erfolgs ...

Vera Seitz (88), die "Zielgenaue": Kam im Sprint mächtig voran (100 m 13,00 Sekunden) und ist für die kurzen Strecken (100 m/ 200 m) und die Staffeln ein echtes Hufeisen. Intelligenz und Motor: Setzt Vorgaben mühelos und ergiebig um.

Nadine Tietz (88), die "Hinzugewonnene": Mit einem erstaunlichen Beschleunigungsvermögen ausgestattete Sprinterin. Aber Motor ist nicht gleich Motorik: Muss technisch noch dazu lernen, um bei denen da vorne in Bayern mitzumischen.

Manuela Dechant (89), die "Zerrissene": Wütet gegen jeden, der ihr nicht gerecht wird. Talentierte Mittelstrecklerin mit Biss (800 m 2:32), auch Perspektiven zwischen 400 m und Cross. Au- genzwinkern: Sie ist nämlich gar nicht so, wie sie ist ...

Hanna Hanske (89), die "Coole": Konnte als Jüngste mit ihrem beherzten Startlauf über 4x100 m W 14/15 (zusammen mit Vera Seitz, Jessica Stöbel, Nadine Tietz) im heißen Finale der 'Bayerischen' Rang vier und einige Herzen erobern. Ist gerad- linig, und das ist viel mehr als geradeaus laufen.

Christine Lutz (89), die "PS-Kundschafterin": Ist als Sprinterin inzwischen so weit, dass sie auch unwilligen Pferden den Marsch bläst. Verteilt gerne Noten auf der Basis von algebraischer Geometrie: Wären so gesehen 150 m nicht mehr als 200 m?

**Die Hirschaider -  
was wäre die LG ohne sie - und umgekehrt ?!**



**Unsere "Nesthäkchen"**

Alter: 7 Jahre u. jünger  
 Training: 1 mal pro Woche  
 Inhalt: Grundlagen, Spiele, Spaß  
 Trainer: Elke Eberl



**Unsere "Jungen Wilden"**

Alter: 8 bis 10 Jahre  
 Training: 1 mal pro Woche  
 Inhalt: Grundlagen, Wettkampfvorbereitung, Spiele, Spaß  
 Erfolge: 4 Ofr. Meister, 1 Kreismeister, 4 Stadtmeister  
 Trainer: Peter Hesselbarth

**Unsere "Youngsters"**

Alter: 11 bis 12 Jahre  
 Training: 2 mal pro Woche  
 Inhalt: Wettkampfvorbereitung, Spaß  
 Erfolge: 3 Ofr. Meister, 2 Kreismeister, 7 Stadtmeister  
 Trainer: Helga Wichert, Wolfgang Zenk

**Unsere "Unerschrockene Jugend"**

Alter: 13 bis 18 Jahre  
 Training: (wer will) 4 mal pro Woche  
 Inhalt: Wettkampfvorbereitung, Spaß  
 Erfolge: 6 Ofr. Meister, 4 Kreismeister, 2 Stadtmeister  
 Trainer: Sandra Götz, Christine Zenk, Wolfgang Zenk



**Unsere "Routiniers"**

Alter: 18 Jahre und älter  
 Training: (wer will) 4 mal pro Woche  
 Inhalt: Wettkampfvorbereitung, Spaß  
 Erfolge: 8 Ofr. Meister, 5 Kreismeister, 1 Stadtmeister  
 Trainer: Christine Zenk, Wolfgang Zenk

Elke Eberl, Abteilungsleiterin

die Zeit ist weiblich

(eine Parabel fast ohne Zeichensetzung)

es war zu der Zeit als es schon eine  
Zeit gab aber noch keine Stopp  
uhren: da  
versteckte sich das kleine Geißlein (es  
war nicht sächlich sondern weiblich  
also klug) im Uhrenkasten und  
wurde nicht aufgeessen  
vom Wolf der allmächtigen Zeitge-  
schichte (die war nicht  
weiblich sondern olympisch also g  
öttlich und alles andre als den Menschen  
gewogen denn  
sie rannte wie Sand einer Sand-  
uhr durch die Finger) und weil dem  
Geißlein (es war so jung es war so  
schön) das Herz vor Angst stille  
zu stehen drohte entstand  
der Pulsschlag und damit eine ganz eigene  
Zeitrechnung: das Zeit  
alter von Mädchenpower und wir  
sausten hin und warfen uns über die  
Brüstung

da sahen wir sie  
schon als Erste im Ziel und sie  
hatte viel zu wenig an wie ein Ziffer-  
blatt und ganz in der Mitte einen kichernden  
Nabel und oben drauf das Sieger  
lächeln: wir nannten sie Eva die  
uns Gestundete

scm

fahren lassen oder laufen gehn (eine Reflexion)

im Hochmittelalter gab es fahrende Sänger sog.  
Troubadoure die sich ein Trinkgeld  
hinterm Burgtor verdienten und manchmal bei  
der Burgherrin mehr noch weil ihre Lieder so  
zu Herzen gingen und in die Beine und  
Stammbäume fuhren

in der Antike freilich verfahren Menschen  
und Götter bei Olympischen Spielen so dass  
alle öffentlichen Kriege einzustellen waren  
bevor die splitternackt gekleideten Männer  
im Stadion ihr abartiges Tan verrichteten:  
die Zuschauer waren hautnah dran und bekamen  
zum ersten Mal Gänsehaut die sie kaum abzu-  
streifen vermochten so dass sich das Zeug jahr  
hundertlang auf Pergament erhielt und  
die Neuzeit erreichte

wie ein Lauffeuer ging's ab ins zwanzigste  
Jahrhundert: Männer und Frauen und Medien  
dienten sich so lange an dem olympischen  
Geist bis der Amateurstatus flöten ging auf  
vielen vielen Reagensgläschen

den Göttern  
in Weiß war's wurscht und die grauen  
Eminenzen auf dem Olymp verschliefen eh  
ihre Zeit in Hotelsuiten für die sie nicht  
bezahlten

ruck zuck machte die olympische Bewegung die  
steckt seit 1936 nicht mehr in den Kinder-  
schuhen sondern bis zum Kragen im Kommerz  
und immer noch kriegen die den Hals  
nicht voll

bis in freimütige Talkshows  
werden die Laufstege und Labortische ver-  
längert und weil sich leicht Fußpilz  
in die gängigen Beziehungen schleicht braucht  
man heute Bodyguards und nicht bloß Body-  
spray

während weibliche Wettkämpferinnen davon  
träumen ihren Marktwert durch nabelfreie De-  
signerklamotten samt Piercing zum öffentlichen  
Lutschen zu steigern fantasieren  
männliche Wettkämpfer ungeniert wie weit  
sie vorankämen mit einer Mischung aus  
Hardcover und Softpharma

eine geile Meute  
egal was applaudiert und wirft eine La-Ola-  
Welle nach der andern hinterher und Ru-di  
Ru-di Ru-di ob's stimmt oder nicht  
(auch Gott hat einen Vernamen nur mich  
hat man in die Falle laufen lassen: ich  
verstamme) w.w.w. scm de.

# Ehrungsabend

# März 2003





## 1. Weltkulturelbelauf 2003 - Eine gelungene Premiere

Als eine der erfolgreichsten Laufveranstaltungen dürfte der erste Weltkulturerbelauf (kurz WKEL) in der Domstadt Bamberg in die Laufgeschichte eingehen. Mit ca. 6.000 Läuferinnen und Läufern und mit über 40.000 Zuschauern hat sich der WKEL auf Anhieb als drittgrößter Volkslauf in ganz Bayern etabliert. Die Streckenführung, das Streckenprofil und der Untergrund wurden im Vorfeld wegen der vielen Anstiege, speziell wegen des Anstiegs zur Altenburg beim Halbmarathon, und der vielen eckigen Passagen auf Pflasterstein von erfahrenen Langstreckenläufern kritisiert. Im Nachhinein war dies aber das Salz in der Suppe, denn genau dort feuerten die meisten Zuschauer die Läufer begeistert an. Vor allem der „Sonntagnachmittagstermin“ wurde sowohl von den Zuschauern als auch von den Läufern sehr gut angenommen. Dass es im Mai am Nachmittag schon sehr heiß sein kann, mussten vor allem die Halbmarathonläufer büßen, da hier zu wenige Getränkestellen angeboten wurden.

Aus sportlicher Sicht waren vor allem die beiden Hauptläufe interessant. Ursula Schneider (LGB) und Carmen Schlichting (IFA Nonstop Bamberg) lieferten sich, in dem mit 2.500 Teilnehmern am stärksten besetzten Lauf, über die 10,9 km von Anfang an ein Kopf-an-Kopf-Rennen. Die Sportlehrerin Ursula Schneider lief schon im Vorfeld häufig mit ihren Schülern verschiedene Teilstrecken ab, um sie für den Schüler- und Hobbylauf über die 4,2 km Distanz vorzubereiten. Diesen kleinen Kenntnisvorteil setzte Ursula Schneider in eine bessere Renneinteilung konsequent um und sicherte sich damit den Gesamtsieg in 43:33 Min. Dahinter wurde es noch mal eng. Ulrike Tancic (LG Erlangen) kam noch bis auf 12 Sekunden an Carmen Schlichting heran, die, von den Anfeuerungsrufen der vielen Zuschauer getragen, ihren 2. Platz in 45:24 Min. gerade noch verteidigen konnte. Ein "Heimspiel" hatte Manfred Dusold (LGB), denn schon drei Kilometern vor Schluss konnte er sich von den vielen Zuschauern feiern lassen, die ihn bereits mit der "La Ola" - Welle an verschiedenen Punkten der Strecke empfingen. Bis zur Streckenhälfte konnte er einen Vorsprung vor Daniel Claus (Manus Team) herauslaufen, den er auf den letzten Kilometern nicht mehr abgab. Ingo Bäuerlein (TSV Burgebrach) konnte Daniel Claus, der am Ende für sein hohes Anfangstempo Tribut zollen musste, sogar noch den zweiten Platz abnehmen.



Manfred Dusold und Ursula Schneider nach ihrem Sieg

"Gänsehaut-Feeling" gab es beim abschließenden Halbmarathonlauf für die Teilnehmer. Schon die Streckenführung versprach für die 1.500 Läufer eine zusätzliche Herausforderung, die einmalig für einen Halbmarathon sein dürfte. So musste nicht nur die Altenburg überquert werden,

sondern auch noch der Michelsberg und der Domberg. Die vielen Kurven durch die kleinen verwinkelten Gassen in der Altstadt ließen dabei keine Monotonie aufkommen. Bei den Männern kamen die Favoriten aus Bamberg: Christian Sticker (LGB, im Trikot der IfA Nonstop Bamberg startend) und Roland Wild (LGB). Da es für Christian nur eine Woche nach den Bayerischen Meisterschaft bereits der dritte Halbmarathon innerhalb von 6 Wochen war, wurde im Vorfeld vor allem Roland als vermeintlicher Sieger hoch gehandelt. Nach dem Startschuss setzten sich die beiden Bamberger sogleich an die Spitze. Vor allem Roland legte mit einem forschenden Anfangstempo mächtig los und brachte am ersten Anstieg einen 50m Vorsprung zwischen sich und Christian. Christian kämpfte sich jedoch im letzten Drittel langsam wieder an Roland heran. Brust an Brust liefen beide durch die Königsstraße Richtung Domberg. Hier attackierte Christian Roland mit Erfolg und sicherte sich einen kleinen Vorsprung, den er bis in Ziel rettete. Gezeichnet von den Strapazen siegte er damit in 77:20 Min. knapp vor Roland in 77:49 Min. Um den dritten Platz wurde ebenso hart gerungen, so dass es zu einem Spurtscheid zwischen Uli Pfuhlmann (LG Haßberge) und Matthias Weber (Forstnerrieder SC) kam. Da sich keiner der beiden Kontrahenten augenscheinlich durchsetzen konnte, wurde beiden der dritte Platz zugesprochen. Der Frauensieg ging nach Berlin. Es siegte die Triathletin Angelika Schneller (BSV Friesen Berlin) in 94:23min vor der Burgebracherin Silvia Hüttner.





Sie wollen ?  
**Baustoffe**

... bei Oertel  
gibt's mehr  
als Mörtel !

**Oertel-Baustoffe**

Gerberstraße 8 - 96052 Bamberg

Fon: 09 51 / 9 67 27 - 0

Fax: 09 51 / 9 67 27 - 50

[www.oertel-baustoffe.de](http://www.oertel-baustoffe.de)



Sie wollen ?  
**Beratung**

... bei Oertel  
sind Sie dann  
genau richtig !

**Oertel-Baustoffe**

Gerberstraße 8 - 96052 Bamberg

Fon: 09 51 / 9 67 27 - 0

Fax: 09 51 / 9 67 27 - 50

[www.oertel-baustoffe.de](http://www.oertel-baustoffe.de)



Sie wollen ?  
ein **Y T O N G** -  
**Bausatzhaus**

[www.ytong-  
bausatzhaus.de/  
oertel](http://www.ytong-bausatzhaus.de/oertel)

**Oertel-Baustoffe**

Fon: 09 51 / 9 67 27 - 27

## Die Geschichte vom Berg

Wie allseits bekannt, ist unser altes ehrwürdiges Bamberg ebenso auf sieben Hügeln erbaut wie die ewige Stadt Rom. Die sieben Erhebungen, über die sich die malerische Altstadt breitet, geben der Lieblingsstadt Heinrich II. eine einzigartige Atmosphäre. Jahr für Jahr klettert eine Vielzahl von knipsenden Touristen die Berge der Weltkulturerbestadt hoch und runter.

Berge haben in Bamberg aber nicht nur für das historische Auge oder den Massentourismus fundamentale Bedeutung. Auch für uns Leichtathleten spielen sie eine wichtige Rolle!

Beispiel gefällig?

Hierzu blättern wir ein wenig im Trainingsbuch eines Bamberger Leichtathleten. Nehmen wir einen beliebigen Samstag im Jahr, Uhrzeit so gegen 13.45. Nach und nach treffen mehr oder weniger motivierte Athleten am Sportplatz des Postsportvereins ein. Viele von ihnen sind mit Spikes bewaffnet. Unser Sigi, Bergdenkmal der LG, bricht pünktlich 15 Minuten vor 14 Uhr auf – so ist es schon seit Generationen! Unsere jungen, leistungswilligen Nachwuchsathleten folgen dem Trainerguru augenblicklich. Wir Oldies lassen uns Zeit, wir kennen den Weg und wissen, dass man sich am Samstag seine Kräfte einteilen muss. Zudem braucht mein Freund Falk in den für ihn frühen Tagesstunden immer ein wenig länger, um in die Gänge zu kommen. Als wir uns gerade langsam in Bewegung setzten wollen, höre ich von hinten eine Stimme: „Na Sprinter, wieder auf dem Weg zum Ausruhen? Ihr macht doch zwei Stunden lang Pause!“. Dachte ich es mir doch, das Rudel der Langstreckenläufer stürmt gerade die Umkleidekabinen und die schreiende Stimme aus dem Hinterhalt gehört Thomas. Seine Wertschätzung unserem Training gegenüber ist seit jeher gering - meine Einladung mit mir gemeinsam zu trainieren hat er seltsamerweise jedoch immer dankend abgelehnt..

Aber weiter im Trainingsbericht: schließlich machen auch wir uns auf den Weg in den Wald. Schon nach wenigen Metern begegnen wir dem ersten Berg, zwar keinem der berühmten sieben Hügel, aber für ein Hindernis auf der Einlaufstrecke gewaltig genug. Meine Trainingskameraden und ich beginnen zu schwitzen, die vorher ausgiebig geführten Gespräche verstummen. Viele verdammen gerade das letzte Bier gestern Abend. Nach einigen Minuten kommen wir zum „Bierkrugtempel“, wo sich unsere Vorläufer bereits ausgiebig dehnen. Nach einer kurzen Dehnpause laufen wir vereint weiter. An einer für Außenstehende unscheinbaren Weggabelung hält die schnaufende Gruppe an. „Wo läuft man denn hier?“, fragt mich Daniel. Er ist Bergneuling und will mit dem heutigen Training sein Meisterstück als Leichtathlet erwerben. Ich zeige stumm einen langen Schotterberg hinunter. Langsam beginnt sein Respekt zu wachsen. Auch er kennt die mittlerweile sagemumwobenen Geschichten vom Bamberger Bergtraining; immer wieder gerne erzählt – und jeden



## Im Wald da sind die ....

Tag werden die Berge in den Erzählungen länger und steiler: „Weißt Du noch, wie der Uwe damals den Bergrekord um drei Zehntel verbessert hat?“ Ja, lieber Leser, du hast richtig gelesen: Rekorde gibt es am Berg auch, und nebenbei bemerkt, unser Sigi kannte sie alle auswendig! Aber zurück in die Gegenwart. Nach ein wenig Koordination und einigen lockeren Steigerungen machen wir uns auf den Weg in die Tiefe, sprich an den Fuß unseres Trainingsberges. Zehnmal soll es heute nach oben gehen und wenn es gut läuft, sind wir nach ungefähr 34 Sekunden am Ziel – wie gesagt: wenn es gut läuft... Auf drei geht es los! Wir stürmen den steilen Weg nach oben. Nach ein wenig mehr als der Hälfte der Strecke höre ich es neben mir piepsen. Immer am gleichen Baum nimmt Falk unsere Zwischenzeit! Leider kann ich sie nicht hören, da Sigis mächtige Stimme alles andere im Wald übertönt: „Jaaaaaaa, locker laufen!“ Endlich sind wir oben, ein wenig zu langsam war das Ganze leider! Trotzdem bin ich kaputt. Wie ich da noch neunmal hoch soll, weiß ich beim besten Willen nicht! Immer wieder höre ich es: „Jaaaaaaa, jaaaa!“ Nur noch zwei Läufe. Die Zahl der Bergläufer hat sich mittlerweile stark verringert. Mein Puls rast und auch in den Pausen kann ich kaum noch sprechen. Ich denke an Thomas und den Spruch von den faulen Sprintern. Wenn Du wüsstest! Mehr Zeit zum Philosophieren habe ich nicht, die Pause ist schon wieder vorüber. „Jaaaaaaa!“ Noch ein Lauf. Mir ist schlecht, mein Frühstück will an die frische Luft und die Oberschenkel brennen. Jeder hat sich in diesem Augenblick wohl schon die Sinnfrage gestellt: Warum quäle ich mich hier so? Wieder werden meine Überlegungen vom Ende der Pause unterbrochen! Bei Falks Zwischenzeitbaum stehen Sigi und seine Mädchen und feuern uns an. Ich nehme noch einmal alle Kraft zusammen und versuche zu lächeln. „31,4“, höre ich Falk von hinten sagen. Tagesbestzeit! Wir klatschen uns ab und ziehen uns ohne ein Wort zu wechseln die Spikes aus. Langsam löst sich die Anspannung und der Puls bewegt sich allmählich wieder in normalen Sphären. Als wir uns auf den Heimweg machen, weiß ich wieder, warum wir uns so abquälen: Es ist das schöne Gefühl am Ende eines anstrengenden Trainings, das alle Qualen rechtfertigt. Während der Läufe sind nach und nach alle Belastungen des Alltags von uns abgefallen. Nirgendwo sonst kann man sich den angesammelten Frust so von der Seele laufen wie am Berg! Und nebenbei: auch aus trainingsmethodischer Sicht hat das Bergtraining noch keinem geschadet! Zahllose Bamberger Titelträger haben den Grundstein für ihre Erfolge beim Hügeltraining im Bruderwald gelegt – immer wieder angespornt von einem kräftigen „Jaaaaaaa“. Nur Thomas scheint noch nicht zu wissen, wie viele Schweißtropfen am Berg bereits vergossen wurden. Der steht nämlich gerade in der Dusche neben mir und fragt mich gerade: „Na, war es wieder kalt? Beim Rumstehen wird es halt nicht warm!“ Ich trockene mich ab und freue mich schon auf nächsten Samstag, auf zwei Stunden ausruhen....

FH



## Laufen, laufen, laufen, laufen, laufen, laufen ...

ist das Motto der Trainingsgruppe um Beate und Gerhard Weiß. Etwa 18 laufbegeisterte Mädchen und Jungen im Alter von 11 – 17 Jahren treffen – je nach Alter und Trainingszustand – ein- bis viermal pro Woche um im Wald, im Stadion oder in der Halle sich für Strecken zwischen 100 und 1500m vorzubereiten. Die erfolgreichsten und jüngsten Mitglieder wollen wir auf Fotos vorstellen, aber man darf nicht übersehen, dass auch talentierte Nachwuchsmittelstreckler wie Johannes Herdegen, Philipp Schommartz, Christoph Hartmann sowie Lisa Stöbel dieser Gruppe angehören.



### Zu den Fotos auf der Gegenseite:

Im Bild oben links läuft Markus Eckert gerade einem Sieg entgegen, während oben rechts Johannes Eckert (295) im Endspurt mit seinem Vereinskameraden Felix Wieneke zu kämpfen hat. Entgegen anderslautenden Gerüchten ging es dabei nicht um die Frage, wer von beiden das beste Harry-Potter-Double in Bamberg ist...

In Staffeln sind die LäuferInnen der Gruppe sehr begehrt, z. B. über 3 x 800m. Im Bild unten von links Susanne Burger, Johannes Eckert, Eva Ziegmann (Gruppe Matschke), Bernd Leßner (Gruppe Loch) Helena Weiß und Markus Eckert.

### Fotos auf dieser Seite:

Helena Weiß wurde in Fürth nordbayerische Hallenmeisterin über 800m bei der W 15 (s. Foto rechts; Aufnahme R. Eckert).

Vor dem Hallentraining stellten sich dem Fotografen: hinten von lks. Katrin, Nadja, Lisa, Tina, Carina, Nathalie und Christina; mittlere Reihe von lks. Jochen, Fabian, Markus und Johannes, vorne Helena und Annika Camphausen, Bambergs zweitschnellste Sprinterin und Weitspringerin.





## 11. Altenburg-Bergsprint

### LG-ler Roland Wild und Ursula Schneider klar vorn

Zehnter Gesamtsieg für die Leichtathletikgemeinschaft Bamberg bei der elften Auflage des „Willy-Heckel-Gedächtnislaufes“. Der Lauf zu Bambergs höchstem Punkt bleibt fest in der Hand der LG-Langstreckenläufer. Vorne diesmal Roland Wild, der schon vor zwei Jahren als erster das Ziel an der Brücke zur Altenburg erreichte. Bei der gleichzeitig ausgetragenen oberfränkischen Berglaufmeisterschaft schaffte Wild mit seinem Sieg den fünften Berglauftitel im Bezirk. Auch die schnellste Bergläuferin Oberfrankens kommt mit der Siegerin Ursula Schneider von der LG Bamberg.

In Abwesenheit der Vorjahressieger gingen 75 Läuferinnen und Läufer um 10.30 Uhr bei schwülwarmem Wetter auf die 4,5 Kilometer lange Strecke mit einem Höhenunterschied von 130 Metern. Mit dabei Bergläufer der bayerischen Spitzenklasse wie auch viele Hobbyläufer. Favorit Wild machte sich bald nach dem Startschuss durch den Schirmherrn Oberbürgermeister Herbert Lauer aus dem Staub. Scheinbar mühelos vergrößerte der 35-Jährige Bamberger ständig seinen Abstand zu seinen Verfolgern. Mit einem komfortablen 1:05-Minuten-Vorsprung erreichte Wild nach 18:19 Minuten die Burg. Unangefochten überquerte Uli Pfuhlmann (LG Haßberge), Sieger von 1995 und in allen vorangegangenen Austragungen immer mit vorne dabei, als Gesamtzweiter und auch Zweiter der M35 die Ziellinie. Stark der erst 21-Jährige Andreas Sperber (TSV Burgebrach). Er gewann als Gesamtdritter klar die M20 in 19:49 Minuten. Weiter aufsteigende Form zeigte Manfred Dotterweich (DJK LC Vorra), der als Gesamtfünfter und überlegener Sieger der M45 in 20:39 Minuten den Lauf beendete.

Sechster wie im Vorjahr wurde in sehr guten 20:44 Minuten Mario Wernsdorfer (LG Waizendorf/Walsdorf). Fast drei Minuten lag der 16-Jährige vor seinen Verfolgern in der B-Jugend, womit er seine Überlegenheit in seiner Jugendklasse weiter ausbaute. Klassensiege landeten zwei Scheßlitzer Athleten. Alois Zenk, Seriensieger in seiner Altersklasse M50, lag mit Rang 1 in der M50 in 21:42 Minuten weit vorn, Hartmut Ziesemann gewann ganz knapp mit 23:13 Minuten die M55. Respektabel auch die 23:50 Minuten des M60-Siegers Dr. Detlev Hohmuth (SV Bamberg) und die 27:03 Minuten des M65-Siegers und ältesten Teilnehmers Peter Kornfeld (Forchheim).

Klare Ergebnisse gab es im kleinen Feld der Frauen. Weit vorne mit Platz 15 im Gesamteinlauf beendete die schnellste Frau Ursula Schneider (LG Bamberg) den Lauf. Die Siegerin von 2001 drückte ihre Bestmarke trotz der leistungsmindernden hohen Temperaturen um 1:59

Minuten auf gute 21:39 Minuten. 1:56 Minuten hinter ihr ihre Schwester Silvia Hüttner (TSV Burgebrach), die zweitschnellste Frau und Siegerin der W35. Klassensiege erzielten weiter Melanie Flade (DJK LC Vorra; 24:16) in der W20 sowie Gerlinde Drost-Stümpel (W30; 27:38) und Elke Römning (W50; 29:45) vom Schwimmverein Bamberg.

Gut lief es auch bei den Jugendlichen Nadine Dechant (1. B-Jugend; 26:29) und Maria Eberlein (1. A-Jugend; 26:40) von der LG Bamberg.

Bei der Siegerehrung erhielten die beiden Tagesschnellsten Roland Wild und Ursula Schneider aus der Hand des Schirmherrn OB Lauer je einen Pokal des Altenburgvereins. Zum Abschluss dankte der Schirmherr den vielen Helfern des Altenburgvereins und der Leichtathletikgemeinschaft Bamberg für die vorbildliche Organisation des Laufes, bei dem alle, auch die vielen Hobbyläufer, ohne Probleme Bambergs höchsten Punkt erreichten.



**MAY**  
**Baustoffe GmbH**

**Innenausbau + Bedachung**  
**Isolierstoffe • Putze**  
**Mineralfaserdecken • Alu-Paneele**  
**Tiefbau • Baustahl**

**Laubanger 16 • Bamberg**

## Ausweichtrainingslager Latsch 2004

Latsch, seit Generationen Trainingsstätte der Bamberger Leichtathleten, war auch im Jahr 2004 wieder ein tolles, aber schweißtreibendes Erlebnis. Allerdings machte sich in diesem Jahr eine stark dezimierte Gruppe von Athleten aus der Domstadt auf den Weg in das kleine Städtchen in Südtirol. Der Großteil unserer jungen und leistungswilligen Sportler beteiligte sich am Trainingslager des Bayerischen Leichtathletikverbandes. Für uns Altgediente kamen das straffe Tagesprogramm und die vielen Trainingseinheiten aus konstitutionellen Gründen nicht in Frage. Keiner von uns hatte zu dieser Zeit die Form, dreimal am Tag zu trainieren. Um nicht völlig den Respekt bei unseren jungen Athleten zu verlieren, lagerten wir, das sind Carlo und Claudia nebst Anhang, Falk, Jonas und ich, unser Trainingslager aus. Vielleicht war es auch ganz gut, dass wir sozusagen völlig unbeobachtet waren, denn unser Falk zündete aus Unaufmerksamkeit fast unsere ganze Unterkunft ab. Eigentlich ist es doch klar, dass sich trockene Handtücher auf heißen Lampen irgendwann entzünden – eigentlich! Glücklicherweise ging aber alles gut und die illustere Gesellschaft konnte sich dem ursprünglichen Grund des Aufenthaltes widmen. Denn obwohl wir unsere Trainingszeiten etwas angenehmer als sonst gestalteten, sprich nicht schon um halb zehn auf dem Sportplatz standen, trainierten wir doch zweimal am Tag unter den kritischen Augen des mitgereisten Sportwartes Carlo. Er wird wohl mit unserem Training zufrieden sein, denn immerhin bereitete sich Falk in Latsch auf die Deutschen Seniorenmeisterschaften vor. Bekanntlich konnte er dort seiner umfangreichen Titelsammlung einen weiteren hinzufügen: Deutscher Vizemeister 2003. Zudem waren alle drei Athleten Mitglied der 4x400m Staffel, die zusammen mit Wolfgang Zeck nordbayerischer Meister wurde. Leider war unser gut trainierter Mittelstreckenläufer Jonas von unserem Trainingsprogramm ein wenig unterfordert, und so ließ ich mich dazu überreden, mit ihm den Reschenpass zu erklimmen – auf dem Fahrrad! Ein folgenschwerer Fehler, wie sich bald herausstellte! Wir hatten Latsch kaum verlassen, da zog mein Freund Jonas das Tempo derart an, dass ich ihm kaum folgen konnte. Zu meinem Glück bemerkte Jonas bald, dass das heftige Schnaufen hinter ihm immer leiser wurde. Wir einigten uns auf ein „sprinterfreundliches“ Tempo – was mir immer noch alles abverlangte – und so war es auch mir möglich, den Reschensee zu erreichen. Mit letzter Kraft kamen wir – na ja, eigentlich nur ich – wieder in Latsch an. Falk erwartete uns schon mit einem Weißbier in der Hand! Ein richtiger Sprinter lässt sich auf eine derartige Leidenstour gar nicht ein! Mir bleibt jedenfalls die Erkenntnis, dass das Trainingslager mit unseren jungen Athleten wohl kaum hätte anstrengender sein können als dieser Fahrradmarathon! Trotzdem war Latsch wieder eine Reise wert, egal wie oft man schon dort war!

FH

# Trainingslager Latsch





**Johannes Wichert** - dynamisch beim Weitsprung. Nicht nur mit guten Trainings-(lager)-weiten, sondern mit 6.85m auch gut in die Saison gestartet. Dann von einer Muskelverletzung an Größerem gehindert. Begnügte sich als Rekonvaleszent mit dem oberfränkischen Titel im Dreisprung.

**Andreas Wichert** - der "kleine" Wichert hat sich noch nicht entschieden, ob er wirklich Springer werden soll. Lläuft viel lieber 1000m ... (?). Zeigt hier aber, dass er auf jeden Fall über die Hürden hoch hinaus will.



**Verena Miodvshewski** - hier beim Wintertraining für die Saison 2004 - machte in der W11 als eine der Hoffnungsträgerinnen der LGB von sich reden. Zeigte 2003 ihre Vielseitigkeit: als Ofr. Meisterin im Weitsprung und einem ganzen Sack voll Vize-Meisterschaften im Bezirk. Ihr Plus: ebenso schnellkräftig wie ausdauernd und immer gut gelaunt.



**Anja Schobert** (W9) - das Nesthäkchen der Schüler C Nachwuchsgruppe aus Hirschaid stand nicht nur bei der Stadtmeisterschaft ganz oben. Schon im zweiten Jahr mit oberfränkischen Titelehren mit der Mehrkampf-Mannschaft und in der Sprint-Staffel.

wozzek

## Alfred Kotissek

Ein Leichtathletik-Funktionär mit Leib und Seele

Alfred Kotissek feierte am 5. März 2003 seinen 60. Geburtstag. Er ist nicht nur in der LG, sondern in ganz Oberfranken eine unverzichtbare Stütze für die Leichtathletik. Seine Funktionärslaufbahn begann bereits 1968, also mit 25 Jahren, als er zum

1. Vorsitzenden des Kreises Bamberg/Forchheim gewählt wurde und dieses Amt 15 Jahre mit viel Engagement ausfüllte. Bereits 1980 übernahm er parallel dazu 8 Jahre lang den Posten des Sportwarts für den Bezirk Oberfranken. 1988 war die Berufung zum Bezirksvorsitzenden eine logische Folge seiner erfolgreichen Arbeit im Bezirk Oberfranken. Auch nach insgesamt 35 Jahren Funktionärstätigkeit ist er noch keineswegs amtsmüde, sondern will noch einiges bewegen.

Beim BLV-Verbandstag im vergangenen Jahr in Passau übernahm Alfred auch im Verband Verantwortung, als er zum Breitensport-Wettkampfwart berufen wurde.

Bei der Leichtathletik-Europameisterschaft in München 2002 war er als Kampfrichter erfolgreich im Einsatz.

Alfred ist kein Mann, der sich in den Vordergrund drängen will. Eher bescheiden und moderat erledigt er gewissenhaft seine Tätigkeiten, aber er steht immer zur Verfügung, wenn er gebraucht wird, ohne viele Worte darum zu machen. Selbst als Bezirksvorsitzender ist er sich nicht zu schade, bei Wettkämpfen als Kampfrichter einzuspringen, v. a. wenn es um den Einsatz der Zeitmessanlage geht.

Die LG Bamberg könnte ohne Alfred, der seit 30 Jahren ihr Schriftführer ist, nicht funktionieren.

Wir wünschen ihm alles Gute zu seinem Geburtstag und hoffen, dass er uns noch lange in den diversen Funktionen zur Verfügung steht.



## Herbert Neubauer

Herbert Neubauer war einer der erfolgreichsten und schnellsten Sprinter der LG. 1977 lief er mit 10,4sec seine persönliche Bestzeit über 100m. Damit steht er heute noch (hinter Rainer Heckmann) in der ewigen Bamberger Bestenliste der Männer an zweiter Stelle. Unvergessen ist die 4x100-m-Staffel in der Besetzung Geyer - Palm - Neubauer - Heckmann, die 1977 mit 41,2 in Hösbach souverän bayerischer Meister wurde. Diese Zeit ist immer noch oberfränkischer Rekord, nach 26 Jahren! Herbert glänzte in der Staffel stets als exzellenter Kurvenläufer.

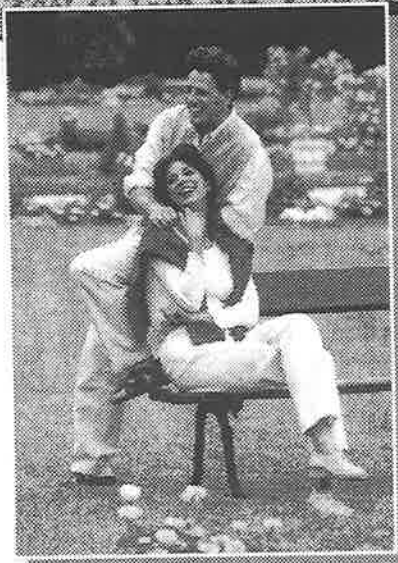
Der Kontakt zu den Leichtathleten ging ihm nie ganz verloren. Er stellte sich auch jederzeit, wenn es ihm möglich war, als Kampfrichter zur Verfügung, so z. B. beim Weltkulturerbeauf.

Nun hat er sich erfreulicherweise bereit erklärt, beim VfL Jahn den Posten des Abteilungsleiters zu übernehmen. Ein Glücksgriff für diesen Verein.

Wir von der Vorstandschaft der LG freuen uns auf eine gute und enge Zusammenarbeit mit ihm.



Reiner Schell



## AUCH FÜSSE HABEN GEFÜHLE

Gönnen Sie Ihren Füßen Schuhe von FinnComfort. Sie sind herrlich bequem, besitzen eine fußgerechte Paßform und die einzigartigen, auswechselbaren Fußbettungen zum Entspannen und Vitalisieren.



Der Schuh zum Wohlfühlen.

Exklusiv in Bamberg bei  
**Schuhhaus Zeller**  
Grüner Markt 20

## Weltkulturerbelauf 2003



6000 Teilnehmer, 40000 Zuschauer, 21,1 km schönsten Bamberg, blauer Himmel, das waren wohl einige der auffälligsten Eckpunkte des 1. Bamberger Weltkulturerbelaufes. Wer hätte vor 1 ½ Jahren daran geglaubt, dass eine solche Veranstaltung in Bamberg stattfinden könnte? Wenn so mancher aus dem Organisationsteam das gewusst hätte, welche Arbeit auf einen zukommt, vielleicht wäre der Lauf nicht zustande gekommen. Alfred Kotissek, Reiner Schell und Carlo Schramm, erprobte Veranstalter von Sportereignissen und Mitarbeiter des 14köpfigen Organisationsteams, investierten während der Vorbereitung etwa 2000 Stunden Freizeit. Fragen wie z.B.: Müssen wir Toilettenhäuschen an der Laufstrecke aufstellen? Was machen wir, wenn der Irakkrieg eskaliert? Wird der Lauf abgesagt (hierzu wurde ein eigener Krisenplan erarbeitet)? Wie viel Scheiben Wurst (mit oder ohne Gurken) sollen auf ein Brötchen, das jeder Helfer als Verpflegung erhalten soll? Oder ist ein Käsebrötchen doch besser? Wie viel Platz brauchen die etwa 7000 T-Shirt für die Läufer und Helfer? Hat jemand etwas Platz dafür zu Hause? Wer zählt sie nach?

Solche Fragen waren der eine Teil unserer Arbeit. Wichtiger war jedoch genügend Helfer für diese Veranstaltung zu finden. Über 800 Helfer wurden benötigt. Neben Polizei, THW, Rotem Kreuz waren besonders Vereine aus Bamberg und Umgebung gefragt. TSV Strullendorf, TTL Bamberg, VG Bamberg, SC Memmelsdorf, DJK Gaustadt, LG Waizendorf/Walsdorf sowie die erfahrenen Kampfrichter der LG Bamberg um hier nur einige zu nennen, stellten das Rückrat der ehrenamtlichen Tätigkeit an diesem arbeitsreichen Wochenende.

All dieser Aufwand wurde durch ein wahrlich kaiserliches Sommerwetter belohnt. Die Stimmung unter den Läufern, Zuschauern und den Helfern war hervorragend. So etwas hatte Bamberg bisher noch nicht erlebt. Die Läufer feierten nicht nur sich und ihre Leistung, sondern Bamberg feierte auch sein einmaliges Weltkulturerbe.

Besonders begeistert waren die über 1500 Schüler und 300 Bambinis. Hoch motiviert liefen sie in den Schulwertungen, um einen der drei gut dotierten ersten Plätze in den Mannschaftswertungen zu erringen oder um von Opa und Oma angefeuert zu werden.

Gewinner gab es an diesem Tag mehr als sonst. Da waren zum einen unsere Langstreckenläufer: Manfred Dusold gewann die 10km, Christian Sticker und Ursula Schneider gewannen den Halbmarathon, um nur einige wenige zu nennen. Gewinner war aber auch die Stadt, die mit dieser Veranstaltung sich und ihr Jubiläum „10 Jahre Weltkulturerbe“ gefeiert hat.

Und dann gab es noch die Athleten. Viele Läufer waren überwältigt von dieser Atmosphäre und der Herausforderung dieser Strecke.

Die einen, dass sie bei sommerlichen Temperaturen die anstrengenden 21 km geschafft haben, Anfänger ihre ersten Lauferfahrungen beim Weltkulturerbelauf machen konnten oder die Schüler und Bambinis, die ihren Eltern und Lehrern zeigten, dass das Laufen auch bei der Jugend gut ankommt.

Der 4. Mai 2003 schrieb in Bamberg Sportgeschichte. Viele Mitglieder der LG Bamberg waren daran beteiligt. Hierfür sei an dieser Stelle noch allen einmal Dank gesagt.

Der nächste Lauf wirft aber schon seine ersten Schatten voraus. Am 1. Mai 2005 soll der 2. Weltkulturerbelauf stattfinden.

„Kultur is a Challenge“ hieß der Slogan des 1. Weltkulturerbelaufes. Eine neue Herausforderung kommt auf uns zu.

## Schülertraining bei der LG

Manchmal platzt die Gruppe aus allen Nähten (27 Kinder, 10-13 Jahre alt), ein anderes Mal sind fast alle bei Kindergeburtstagen (6 Kinder). Neben den ersten Erfahrungen mit den leichtathletischen Mehrkampfdisziplinen erprobten einige junge Athleten/innen schon ihr Können bei Wettkämpfen. Erste Bewährungsprobe waren die oberfränkischen Crossmeisterschaften in Walsdorf. Hier kämpften sich Lina Mayr, Lena Röder, Simone Schramm, Fabian Günther, Michel Hebeis, Johannes Burger und Michael Weißhaupt durch Schnee und Eis auf erste, zweite, dritte und vierte Plätze. Im Frühjahr und Sommer gings dann weiter auf der Bahn mit Dreikämpfen (Ball, 50m, Weit) und 800m, bzw. 1000m Läufen. Beim Vierkampf mussten sich die älteren Jungs (12/13) nun das erste Mal mit dem Hochsprung auseinandersetzen. Doch Emanuel Schmitt, Frederik Schmid, Niklas Uebel und Michael Weißhaupt schafften auch diese „Hürde“. Mannschaftsfeeling kam schließlich bei den Staffelmeisterschaften auf. Auch hier konnten gemeinsam mit Hirschaidler Athleten über 50m, 800m und 1000m 1./2. und 3. Plätze erlaufen werden.

Herausragende Leistungen zeigte auch in diesem Jahr wieder Sebastian Kohn. 10,36 sec über 75m und 4,98m im Weitsprung. Dabei startete er eine Alterklasse höher und gewann dort überlegen zwei Titel.

Carlo&Claudia



Starke Schüler: v.l. Emanuel Schmitt, Frederik Schmid, Sebastian Kohn

## Unsere Schülerinnen und Schüler beim Mehrkampf





# Wettkampf im Stadion klingender Glanzpunkt des Jubiläums

Krause feiert 45. Geburtstag mit Festveranstaltung

BAMBERG. Im Reigen der Festveranstaltungen zum 45. Geburtstag von Falk Krause markierte der Wettkampf am vergangenen Samstag einen weiteren Höhepunkt. Florian Hofmann (400m) und Falk Krause (200m/400m) beherrschten nicht nur ihre Disziplinen virtuos, sondern verstanden es zudem trefflich, die Zuschauer auch von der sportästhetischen Seite her zu begeistern.

von Carlo Schramm

Bezirk und Kreisverband (Sachausschuss Wettkampf) hatten gemeinsam zu dieser Veranstaltung in das stilvolle Vorkriegsstadion geladen. Bezirksvorsitzender Alfred Kotissek oblag die Begrüßung der Zuschauer, die sich, wie bei Sportveranstaltungen üblich, nicht nur am Seh-, sondern zugleich auch am kulinarischen Genuss delektieren durften. Sind Krause und Hofmann nicht gerade die gängigste Kombination, so wussten die beiden Individualisten (Mitglieder der LG Bamberg) in feinst abgestimmtem Zusammenspiel gerade hierfür zu begeistern. Passend zum Anlass hatte man einige koordinative Übungen als Entree in den Abend gewählt, spannten sie doch den Bogen zu Steigerungen und deuteten damit Glanzzeiten in diesem prachtvollen städtischen Stadion an. Der Zuschauer konnte sich leicht in die prunkvollen Weltklassezeiten illustrieren

Spitzenathleten zurückversetzt fühlen.

In die Gegenwart holten die Besucher mit Zeitgemäßerem, konkret mit drei englischen Zickzackdiagonalsteigerungen, zurück. Hatte bis dato Florian eher dezent einen harmonisch begleitenden Part übernommen, so durfte der international (Latsch/Südtirol) bekannte Hofmann bei scharfen Bergsprints die überaus erstaunliche Bandbreite seines Könnens ausspielen. Was er mit offensichtlicher Begeisterung tat, die ihrerseits schnell auf die Zuschauer übergriff.

Schwerelos perlend

Von schwerelos perlenden Sprints bis zu eigenständigen Rhythmusverstärkungen mittels intensiver Bearbeitung der Oberschenkel und des Resonanzbodens durfte man die ausdrucksstarke Gestaltungsvielfalt verfolgen.

Nach einer mit isotonischen und alkoholischen Getränken versetzten kurzweiligen Serienpause sowie Konversation mit dem Trainer und weiblichen Fans auf dem weitläufigen Sportplatz trumpfte (Altmeister) Falk Krause mit seiner kreativen Interpretation des 400m-Laufes auf. Nicht ohne im hinführenden Kommentar darauf aufmerksam zu machen, dass dies angesichts seiner 45 Jahre eine nicht so einfache Leistung in Sport-

lerkreisen ist. Zum direkten Vergleich stellte er einen untrainierten Funktionär seiner persönlichen Leistung voran.

Dass er nicht nur die 400m virtuos beherrscht, sondern auch deren „große Schwester“ die 200m, zelebrierte das Mitglied der deutschen Seniorennationalmannschaft bei diesem Sprint.

Gleichberechtigt brillierten die Athleten dann in einer 400-m-Endlosstaffel, in der die Zuschauer ihrer technisch vielfältig angeregten Imagination freien Lauf lassen durften.

Gleichmaßen angetan von höchster sportlicher Professionalität und deftigen Kommentaren durfte das sympathische Trainingsteam nicht ohne eine flotte Zugabe das Stadion verlassen.

Mit verbalem, Blumen- und Urkundendank verabschiedeten Alfred Kotissek und sein Stellvertreter die Athleten am Ende der offiziellen Seniorenmeisterschaft. Im inoffiziellen Teil genoss man das Beieinandersein in gepflegtem Ambiente noch bei einem netten Abend in einer Bierkneipe.

Eine Veranstaltung, die dem Anlass wohl nicht besser hätte Genüge tun können.

Anmerkung: Diese Artikel stand leicht abgewandelt am 23.03.03 im FT. Dabei bezog sich der Text auf ein Konzert von Falk Krause und Susanne Schumm.

# Stadtmeister 2003



SCHUHE  
modisch+preiswert

**scharrenbroch**

Das große Schuhhaus für alle

Bamberg, Grüner Markt 17

mitten in der Fußgängerzone

*Bambergers Spezialität seit 1618*

**Hecht  
Schlenkerla Rauchbier**  
(ges. gesch.)

*direkt vom Fass  
im hist. Bräuereiausschank*

**Schlenkerla**



**Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend A (Stand: 30.10.2003)**

100 m - Lauf

10,90 sec	Holger Betzold	03
10,91	Alexander Regus	90
10,91	Christian Schurr	93
10,7	Detlef Palt	73
11,10	Christian Zenk	87
11,12	Uwe Loch	89
11,14	Thomas Bezold	82
10,9	Elmar Reuß	63
10,9	Baptist Loch	65
10,9	Anton Zahneisen	69
10,9	Adi Geyer	78
10,9	Wolfgang Kohn	84
10,9	Axel Gerhartz	89

200 m - Lauf

21,92 sec	Christian Zenk	87
21,92	Holger Betzold	03
21,7	Detlef Palt	73
21,8	Anton Zahneisen	70
21,9	Alexander Regus	90
22,15	Christian Schurr	93
22,1	Klaus Schliewa	78
22,2	Adi Geyer	77
22,42	Matthias Brem	94
22,44	Thomas Bezold	82

400 m - Lauf

48,13 sec	Dietmar Kremer	87
49,0	Jürgen Seifert	86
49,16	Adi Geyer	77
49,4	Anton Zahneisen	70
49,97	Claus Hillmann	89
49,99	Ralf Friedrich	81
50,08	Matthias Brem	94
50,1	Manfred Bentz	77
50,2	Walter Wunder	71
50,2	Gerhard Weiß	72

800 m - Lauf

1:51,30 min	Alexander Weiß	2000
1:53,2	Hubert Wolfschmidt	77
1:53,94	Thomas Thiel	92
1:55,56	Harald Hack	84
1:56,80	Thomas Kistner	86
1:56,8	Bernhard Leitherer	71
1:57,51	Ottmar Baumer	81
1:57,5	Bernhard Hack	86
1:58,32	Ralph Wolter	88
1:58,45	Lars Reichelt	97

1000 m - Lauf

2:26,5 min	Hubert Wolfschmidt	77
2:29,48	Thomas Kistner	86

Fortsetzung 1000 m - Lauf

2:30,9	Bernhard Leitherer	72
2:31,4 min	Bernhard Hack	86
2:31,7	Stefan Leitherer	67
2:32,0	Harald Hack	80
2:32,6	Karl-Heinz Sadler	87
2:32,9	Pankraz Reheuber	73
2:33,54	Ottmar Baumer	81
2:33,63	Michael Schrauder	96

1500 m - Lauf

3:49,22 min	Thomas Thiel	94
3:50,8	Hubert Wolfschmidt	77
3:57,98	Thomas Kistner	86
3:58,70	Jonas Merzbacher	01
3:58,6	Bernhard Hack	86
4:00,9	Friedrich Einwich	76
4:01,05	Alexander Weiß	2000
4:01,2	Harald Hack	80
4:01,57	Lars Reichelt	98
4:03,8	Roman Herl	78

3000 m - Lauf

8:33,6 min	Hubert Wolfschmidt	76
8:38,83	Bernhard Hack	86
8:41,0	Friedrich Einwich	76
8:48,37	Matthias Köhler	85
8:16,6	Karl-Ulrich Freitag	73
8:53,27	Jonas Merzbacher	01
8:59,7	Roman Herl	79
9:01,64	Michael Schrauder	96
9:06,6	Lars Reichelt	96
9:13,0	Stephan Leitherer	67

5000 m - Lauf

15:08,9 min	Friedrich Einwich	77
15:20,0	Hubert Wolfschmidt	77
15:16,53	Matthias Köhler	86
15:24,5	Bernhard Hack	86
15:30,4	Karl-Ulrich Freitag	69
15:46,40	Michael Schrauder	94
15:46,56	Jonas Merzbacher	01
15:50,7	Roman Herl	78
15:57,74	Lorenz Göller	85
16:22,8	Pankraz Reheuber	73

10000 m - Bahngehen

52:50,17 min	Alexander Brenning	93
--------------	--------------------	----

10000 m - Lauf

31:55,8 min	Matthias Köhler	86
32:31,62	Bernhard Hack	86
33:07,3	Friedrich Einwich	77
37:28,7	Andreas Fritze	01

## Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend A (Stand: 30.10.2003)

Halbmarathon  
1:17:19 std Michael Schrauder 96

110 m - Hürdenlauf  
14,5 sec Manfred Bentz 76  
15,0 Konrad Stark 76  
15,40 Dietmar Kremer 86  
15,62 Steffen Wernicke 82  
15,4 Norbert Kohl 69  
15,5 Gerhard Krischker 65  
15,5 Edmund Purucker 77  
15,8 Christoph Pflaum 78  
16,13 Peter Martini 83  
15,9 Alfred Göller 70

400 m - Hürdenlauf  
53,47 sec Dietmar Kremer 86  
53,6 Manfred Bentz 77  
56,3 Adi Geyer 77  
56,5 Norbert Kohl 69  
57,0 Franz Bundscherer 73  
57,34 Matthias Brem 94  
57,8 Peter Martini 83  
58,0 Ralph Wolter 88  
58,3 Edmund Purucker 79  
58,8 Alfred Göller 71

2000 m - Hindernislauf  
5:53,10 min Jonas Merzbacher 01  
5:59,2 Friedrich Einwich 76  
6:05,8 Harald Hack 80  
6:06,53 Bernhard Hack 84  
6:09,6 Karl-Ulrich Freitag 69  
6:10,25 Michael Schrauder 94  
6:14,52 Lorenz Göller 85  
6:23,01 Matthias Köhler 84  
6:27,4 Pankraz Reheuß 73  
6:31,5 Miachael Regenfus 89

4 x 100 m - Staffellauf  
42,42 sec Bezold - Kohn - 83  
Franzke - Karmann  
42,67 Loch - Hillmann - 89  
Gerhartz - Regus  
43,39 Schneiderei - Bezold - 82  
Kohn - Lieber  
43,57 Müller - Gräf - 03  
Thumer - Betzold  
43,6 Schinner - Weiß - 72  
Palt - Postler  
43,86 Wirth - Chr. Zenk - 87  
Heidenreich - S.Reis  
Strehler - Loch - 88  
43,95 Hillmann - Gerhartz

Fortsetzung 4 x 100 m - Staffellauf  
44,14 Bezold - Kohn - 81  
Friedrich - Baumer  
44,0 Richter - Wittmann - 61  
Dennerlein - Reinhold  
44,0 Bergmann - Schmitt- 63  
ner - Schell - Reuß  
44,0 Bentz - Geyer - 76  
Lutz - Schliewa

4 x 400 m - Staffellauf  
3:22,48 min Chr. Zenk - Sadler 86  
Kistner - Kremer  
3:22,5 Geyer - Bentz - 76  
Lutz - Wolfschmidt  
3:24,8 Weiß - Postler- 72  
Bundscherer - D.Palt  
3:25,2 Schliewa - Purucker - 77  
Geyer - Bentz  
3:27,20 Haas - Chr. Zenk - 85  
Kistner - Kremer  
3:31,30 Weiß - Popp- 87  
Sadler - Chr.Zenk  
3:31,2 Wernicke - Lang - 81  
Baumer - Friedrich  
3:32,26 Rieks - Schell - 2000  
Weiß - Weiß  
3:32,28 Schneiderei - Bezold 82  
Karmann - Baumer  
3:33,7 Denzler - W.Zenk - 84  
Kistner - Kremer

3 x 1000 m - Staffellauf  
7:50,94 min Köhler - Haas - 85  
B. Hack  
7:51,0 Kistner - Reindl - 86  
Sadler  
7:51,78 Merzbacher - 2000  
Weiß D. - Weiß A.  
7:54,30 Köhler - B. Hack - 84  
Haas  
7:54,6 Geier - Schmitt - 74  
Leitherer  
7:56,6 S.Mattausch - 75  
Einwich - Wolfschmidt  
8:00,0 Herl - Wolfschmidt - 75  
Einwich  
8:03,7 Reichelt - Schrauder - 95  
Brem  
8:06,8 Gunzelmann - Jacob - 68  
Geus  
8:10,4 Wunder - Jacob - 68  
Geus

## Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend A (Stand: 30.10.2003)

Hochsprung  
2,02 m Gustav Geipel 76  
2,00 Christoph Pflaum 78  
2,00 Georg Wunder 80  
1,98 Kilian Popp 86  
1,96 Steffen Wernicke 82  
1,95 Werner Himmel 74  
1,95 Peter Stark 78  
1,91 Peter Schumm 73  
1,91 Uwe Loch 89  
1,89 Hans-Georg Herr 79

Stabhochsprung  
3,40 m Reinhard Senkel 66  
3,30 Edgar Schrimpf 56  
3,30 Günter Konradt 79  
3,30 Michael Seidel 80  
3,21 Gerhard Krischker 64  
3,20 Erhard Kramer 55  
3,10 Wolfram Däumler 73  
3,00 Klaus Senkel 63  
3,00 Peter Schmeiser 63  
3,00 Jürgen Männlein 83

Weitsprung  
7,38 m Baptist Loch 66  
7,26 Wolfgang Kohn 84  
7,19 Karl Will 75  
7,19 Uwe Loch 89  
7,10 Hartmut Hohmann 94  
7,05 Konrad Stark 75  
7,00 Richard Kupfer 72  
6,90 Anton Zahneisen 70  
6,89 Adi Geyer 77  
6,88 Steffen Wernicke 83

Dreisprung  
15,15 m Wolfgang Kohn 84  
15,03 Uwe Loch 90  
15,00 Hartmut Hohmann 94  
14,12 Michael Rupp 86  
13,95 Peter Martini 84  
13,65 Wolfram Däumler 76  
13,57 Franz Bundscherer 73  
13,54 Michael Seidel 79  
13,47 Wolfgang Zenk 84  
13,40 Baptist Loch 66

Kugelstoß  
17,95 m Stefan Reis 88  
16,90 Florian Geyer 94  
15,62 Markus Wiesheier 91  
15,00 Heinrich Porsch 64  
14,42 Luitpold Weegmann 71

Fortsetzung Kugelstoß  
14,36 m Hubertus Seubert 75  
14,20 Robert Windfelder 88  
14,20 Hartmut Hohmann 92  
14,03 Heinz-Georg Bloß 75  
14,01 Gerhard Brand 66

Diskuswurf  
50,84 m Stefan Reis 87  
46,55 Franz Schübel 64  
45,16 Gerhard Brand 66  
45,04 Florian Geyer 93  
44,30 Klaus Malitte 69  
44,05 Heinrich Porsch 64  
42,62 Felix Steiner 70  
42,04 Luitpold Weegmann 71  
42,00 Markus Wiesheier 90

Speerwurf alter Speer:  
55,76 m Jürgen Warwas 75  
ab 1986 neuer Speer:  
52,24 m Robert Windfelder 86  
51,40 Martin Schöner 91  
48,54 Stefan Reis 87  
45,14 Michael Rupp 93  
43,40 Markus Wiesheier 90  
42,34 Axel Gerhartz 89  
40,88 Michael Heidenreich 88  
40,52 Matthias Bickel 89  
40,24 Uwe Loch 89  
38,50 Hartmut Hohmann 94

Hammerwurf  
64,34 m Heinz-Georg Bloß 77  
50,44 Robert Bloß 70  
49,94 Uwe Grytz 78  
48,60 Ottmar Fleischer 73  
48,40 Heinz Kotthaus 70  
48,28 Klaus Malitte 69  
47,51 Werner Klein 55  
47,28 Gerhard Bergmann 56  
44,55 Jürgen Worlitzer 56  
44,00 Hubert Frank 57

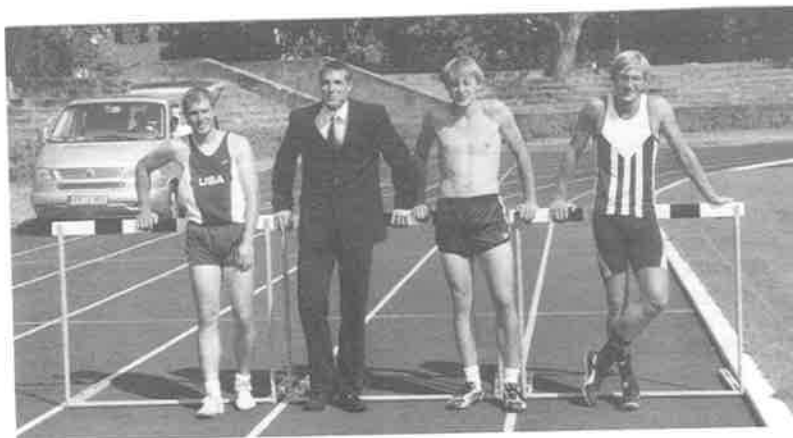
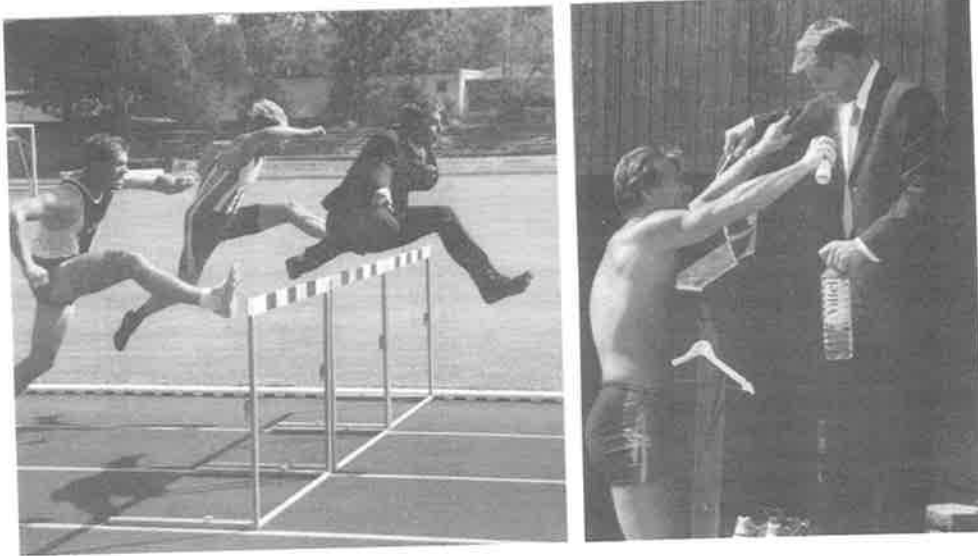
Fünfkampf  
3077 P. Peter Stark 78  
3058 Adi Geyer 77  
3035 Karl Will 75  
3031 Peter Martini 82  
2993 Manfred Bentz 77  
2978 Uwe Loch 89  
2977 Christian Schneiderei 82  
2976 Franz Bundscherer 72  
2973 Wolfgang Kohn 83  
2954 Steffen Wernicke 81



## Der etwas andere Wettkampf

Das gab's bis jetzt noch nicht; Hürdenlaufen im Anzug. Florian Hoffmann testete bei Werbeaufnahmen für eine große deutsche Firma im Stadion, ob man auch im Businessanzug schnelle Hürdenzeiten erreichen kann. Zusammen mit Uwe Loch, Felix Rahm und Alexander Hirschfeld waren völlig neue Fragestellungen zu beantworten: Hält das Material die Belastungen aus? Ich witze so, was mach ich? Bei welcher Bewegung zerreißt das Jacket? Doch alles lief planmäßig ab. Zu Schluss wurden dann doch wieder neue Fragen gestellt? Wann ruft Hollywood an? Wer spielt beim nächsten mal die weibliche Hauptrolle, usw?

CS



## Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend A (Stand: 30.10.2003)

### Zehnkampf

5739 P.	Manfred Bentz	77	5357 P.	Dietmar Weber	79
5732	Christoph Pflaum	78	5347	Bogdan Smelz	79
5694	Franz Bundscherer	72	5041	Gunnar Grünke	69
5552	Karl-Heinz Wieshuber	79	5337	Günther Konradt	79
5527	Michael Seidel	80	4826	Hans-Georg Schinner	72

## Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend B (Stand: 30.10.2003)

### 100 m-Lauf

10,90 sec	Holger Betzold	03
11,14	Thomas Bezold	82
11,15	Christian Schurr	91
11,18	Christian Zenk	86
11,18	Alexander Regus	89
11,20	Wolfgang Kohn	82
11,30	Matthias Brem	93
11,33	Christian Thumer	03
11,1	Detlef Palt	71
11,1	Adi Geyer	76
11,1	Michael Karmann	82
11,1	Heinrich Dumpert	83

### 200 m-Lauf

21,92 sec	Holger Betzold	03
22,44	Thomas Bezold	82
22,49	Alexander Regus	89
22,72	Matthias Brem	93
22,73	Dietmar Kremer	85
22,5	Adi Geyer	76
22,82	Christian Zenk	86
22,9	Klaus Schliewa	76
22,9	Detlef Palt	69
23,12	Wolfgang Kohn	82

### 300 m-Lauf (bis 1999, dann 400 m)

36,11 sec	Matthias Brem	93
36,38	Alexander Regus	89
36,4	Cluas Hillmann	88
37,0	Axel Gerhartz	88
37,6	Uwe Loch	88
37,78	Alexander Weiß	99
38,69	Andreas Strehler	89
38,78	Benjamin Kocina	94
38,8	Patrick Gensel	90
38,9	Lars Werner	91
38,9	Benjamin Kocina	93

### 400 m-Lauf (ab 2000 wieder)

49,54 sec	Dietmar Kremer	85
50,5	Manfred Bentz	76
50,5	Adi Geyer	76
50,8	Gerhard Weiß	71

### Fortsetzung 400 m-Lauf

51,45 sec	Ottmar Baumer	81
51,8	Klaus Schliewa	77
51,9	Hubert Wolfschmidt	75
52,47	Claus Hillmann	87
52,4	Norbert Bauer	79
52,4	Herbert Postler	71

### 800 m-Lauf

1:53,94 min	Thomas Thiel	92
1:55,46	Alexander Weiß	99
1:56,3	Hubert Wolfschmidt	75
1:56,8	Harald Hack	79
1:57,51	Ottmar Baumer	81
1:58,32	Thomas Kistner	85
1:59,1	Wilfried Geus	68
2:00,0	Bernhard Hack	84
2:00,2	Bernhard Leitherer	70
2:00,5	Dominik Weiß	2000

### 1000 m-Lauf

2:30,1 min	Hubert Wolfschmidt	75
2:32,8	Harald Hack	62
2:33,1	Thomas Kistner	85
2:33,54	Ottmar Baumer	81
2:33,4	Karl-Heinz Sadler	86
2:33,82	Bernhard Hack	84
2:35,29	Alexander Weiß	98
2:34,5	Peter Jacob	69
2:34,7	Friedrich Einwich	75
2:36,7	Wilfried Geus	68

### 1500 m-Lauf

3:56,24 min	Thomas Thiel	92
4:00,2	Hubert Wolfschmidt	75
4:02,1	Harald Hack	79
4:03,44	Bernhard Hack	84
4:03,74	Alexander Weiß	99
4:05,1	Karl-Heinz Sadler	86
4:05,47	Ottmar Baumer	81
4:05,71	Thomas Kistner	85
4:07,16	Lars Reichelt	96
4:07,76	Anton Haas	84

**Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend B (Stand: 30.10.2003)**

3000 m-Lauf

8:47,8 min	Bernhard Hack	84
8:48,8	Friedrich Einwich	75
8:58,63	Matthias Köhler	84
9:06,6	Lars Reichelt	96
9:15,5	Anton Haas	84
9:18,13	Jonas Merzbacher	2000
9:18,6	Heinrich Prell	65
9:19,4	Harald Hack	78
9:20,6	Hubert Wolfschmidt	74
9:23,27	Michael Regenfus	89

5000 m-Lauf

15:30,0 min	Friedrich Einwich	75
15:31,2	Bernhard Hack	84
15:38,9	Matthias Köhler	84
16:34,15	Lorenz Göller	84
17:04,6	Harald Hack	79
17:18,0	Roman Herl	76
17:19,6	Bernhard Leitherer	70
17:26,0	Pankraz Reheußner	71
17:39,2	Jürgen Hanelt	76
17:54,8 min	Martin Mattausch	70

5000 m-Bahngehen

31:03,25 min	Alexander Brenning	91
--------------	--------------------	----

7,5 km-Lauf

24:54 min	Lars Reichelt	96
25:34	Jonas Merzbacher	2000
27:21	Lars Werner	91
27:36	Thomas Thiel	91
30:52	Alexander Brenning	91

10 km-Lauf

38:52 min	Andreas Fritze	2000
-----------	----------------	------

110 m-Hürdenlauf

14,66 sec	Tim Hermann	93
14,5	Manfred Bentz	76
15,15	Uwe Loch	87
15,1	Dietmar Kremer	84
15,73	Matthias Bickel	87
15,5	Edmund Purucker	78
15,75	Andreas Strehler	89
15,8	Michael Seidel	79
16,17	Steffen Wernicke	80
16,0	Wolfram Däumler	73
16,0	Harald Kiefer	73

300 m-Hürdenlauf (bis 1999)

39,6 sec	Manfred Bentz	75
40,3	Klaus Schliewa	76
41,51	Edmund Purucker	77

Fortsetzung 300 m-Hürdenlauf

42,11	Matthias Brem	93
42,4 sec	Harald Hack	78
43,8	Adi Geyer	75
43,9	Michael Seidel	79
44,4	Michael Kleinschmidt	79
43,8	Frnaz Bundscherer	69
45,37	Michael Schrauder	93

400 m-Hürdenlauf (ab 2000 wieder)

54,0 sec	Manfred Bentz	76
54,46	Dietmar Kremer	85
58,0	Franz Bundscherer	71
59,5	Edmund Purucker	78
60,2	Peter Martini	82
60,77	Steffen Wernicke	80
60,86	Jonas Merzbacher	2000
63,2	Ralf Wolter	85
63,92	Michael Seidel	80
63,9	Christoph Pflaum	77

2000 m-Hindernislauf

6:06,53 min	Bernhard Hack	84
6:10,25	Michael Schrauder	94
6:12,2	Harald Hack	79
6:16,0	Friedrich Einwich	75
6:17,93	Jonas Merzbacher	2000
6:23,01	Matthias Köhler	84
6:31,5	Michael Regenfus	89
6:45,74	Lars Reichelt	95
6:48,9	Lars Werner	91
6:49,0	Roman Herl	76

4 x 100 m-Staffellauf

43,57 sec	Müller - Gräf - Thumer - Betzold	03
43,95	Strehler - Loch - Hillmann - Gerhartz	88
44,58	Wichert - Lang - Kittner - Schell	99
44,60	Heil - Chr.Zenk - Windfelder - S.Reis	85
44,4	Schinner - Weiß - Bundscherer - D.Palt	71
45,2	Strehler - Hillmann - Loch - Gerhartz	87
45,3	Will - Däumler - Kiefer - Bentz	73
45,6	Mertl - Kupfer - Weegmann - Lippert	71
45,6	Schramm - Bentz - Geyer - Schliewa	75
45,7	Mertl - Kupfer - Weegmann - Postler	70

**Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend B (Stand: 30.10.2003)**

3 x 1000 m-Staffellauf

7:54,30 min	Köhler - B.Hack - Haas	84
7:56,6	S.Mattausch - Einwich - Wolfschmidt	75
8:06,8	Gunzelmann - Jacob - Geus	68
8:10,4	Wunder - Jacob - Geus	68
8:16,4	Herl - Einwich - Wolfschmidt	74
8:16,6	Hanelt - Bentz - Herl	75
8:22,71	Supp - Werner - Thiel	91
8:27,4	Klosa - Einwich - Wolfschmidt	73
8:30,7	Winkler - Lang - Baumer	80
8:33,6	Schreiner - Jacob - Geus	67

5000 m Bahngehen

33:11,52 min	Jonas Merzbacher	99
--------------	------------------	----

Stabhochsprung

3,40 m	Reinhard Senkel	66
3,30	Michael Seidel	80
3,10	Wolfram Däumler	73
3,00	Günter Konradt	78
2,90	Steffen Wernicke	80
2,80	Michael Seidel	79
2,80	Franz Kübrich	80
2,80	Uwe Loch	88
2,80	Christoph Pflaum	77
2,60	Peter Martini	80
2,60	Franz Bundscherer	71

Weitsprung

7,14 m	Wolfgang Kohn	83
7,04	Hartmut Hohmann	92
6,82	Uwe Loch	88
6,73	Adi Geyer	76
6,71	Michael Seidel	80
6,68	Steffen Wernicke	81
6,67	Karl Will	74
6,59	Richard Kupfer	71
6,59	Christian Zenk	86
6,56	Claus Hillmann	88

Dreisprung

14,99 m	Hartmut Hohmann	92
14,77	Wolfgang Kohn	83
13,83	Uwe Loch	87
13,68	Peter Martini	82

Fortsetzung Dreisprung

13,54 m	Michael Seidel	79
13,48	Wolfram Däumler	74
13,36	Axel Gerhartz	88
13,07	Ricahrd Kupfer	71
13,06	Dietmar Kremer	85
12,25	Pauser Johannes	95

Hochsprung

1,95 m	Werner Himmel	74
1,91	Steffen Wernicke	80
1,91	Georg Wunder	78
1,89	Uwe Loch	87
1,87	Konrad Stark	77
1,86	Kilian Popp	84
1,86	Udo Kratzert	80
1,86	Christoph Pflaum	77
1,86	Luitpold Weegmann	71
1,85	Wolfram Däumler	73
1,85	Gustav Geipel	75
1,85	Roland Kröckel	82
1,85	Peter Martini	82
1,85	Stefen Brunner	84

Kugelstoß

17,49 m	Florian Geyer	92
17,42	Stefan Reis	85
15,43	Robert Windfelder	85
15,28	Markus Wiesheier	89
14,64	Luitpold Weegmann	70
14,41	Jürgen Becher	71
14,37	Michael Kleinschmidt	80
14,36	Hubertus Seubert	75
14,26	Markus Kittner	99
14,15	Werner Himmel	68

Diskuswurf

49,92 m	Stefan Reis	85
47,32	Florian Geyer	92
44,26	Markus Kittner	99
43,70	Klaus Malitte	67
42,04	Luitpold Weegmann	71
41,58	Udo Beier	78
41,36	Markus Wiesheier	89
41,20	Felix Steiner	89
40,97	Gerhard Brand	64
40,74	Roland Pitter	67
39,92	Ottmar Fleischer	72

Speerwurf

64,10 m	Luitpold Weegmann	70
57,86	Hubertus Seubert	75
54,90	Robert Windfelder	85
54,48	Martin Schöner	89
53,57	Markus Kittner	98

**Ewige Bamberger Bestenliste - männliche Jugend B (Stand: 30.10.2003)**

		<u>Fünfkampf</u>	
Fortsetzung Speerwurf		3140 P.	Uwe Loch 88
53,14	Felix Steiner 69	3031	Peter Martini 82
52,78	Thomas Ludwig 79	2980	Axel Gerhartz 88
51,14	Falk Mausolf 58	2973	Wolfgang Kohn 83
49,86	Stefan Reis 85	2957 P.	Manfred Bentz 75
49,74	Fabiab Osel 94	2954	Steffen Wernicke 81
		2945	Franz Bundscherer 71
		2929	Michael Seidel 80
		2917	Klaus Schliewa 77
		2905	Richard Kupfer 71

<u>Hammerwurf</u>	
64,08 m	Heinz-Georg Bloß 75
54,98	Gerhard Bergmann 73
52,70	Uwe Grytz 77
45,58	Ottmar Fleischer 72
44,40	Robet Bloß 69
43,78	Heinz Kotthaus 69
42,50	Günter Krön 65
39,16	Luitpold Weegmann 71
37,74	Klaus Malittte 67
36,64	Rainer Rumpel 72

<u>Zehnkampf</u>	
5869 P.	Uwe Loch 88
5589 P.	Franz Bundscherer 71
5535	Michael Seidel 80
5504	Axel Gerhartz 88
5390	Christoph Pflaum 77
5086	Klaus Schliewa 77
5033	Andreas Strehler 88
5018	Günter Konradt 78
4699	Hans-Georg Schinner 71

**Ewige Bamberger Bestenliste – weibliche Jugend A (Stand: 30.10.2003)**

<u>100 m - Lauf</u>	
11,87 sec	Christine Meixner 84
12,2	Ulrike Jacob 69
12,2	Christine Schuh 97
12,56	Birgit Löffler 83
12,74	Sabine Fischer 85
12,78	Irina Matschke 94
12,5	Marianne Linz 66
12,5	Beate Scheller 76
12,5	Adele Beßler 80
12,60	Eva Saffer 01

<u>200 m - Lauf</u>	
24,9 sec	Birgit Löffler 83
25,15	Christine Meixner 84
25,2	Ulrike Jacob 69
26,14	Irina Matschke 94
26,24	Eva Saffer 02
26,3	Brigitte Hübner 72
26,62	Sabine Fischer 85
26,67	Annette Schütz 2000
26,72	Irina Matschke 93
26,74	Christine Schuh 96

<u>400 m - Lauf</u>	
59,46 sec	Annette Schütz 2000
59,57	Ursula Schneider 81
60,09	Katja Rohatsch 84
60,21	Claudia Knoblach 87

<u>Fortsetzung 400 m-Lauf</u>	
60,1 sec	Beate Eidloth 73
60,2	Ulrike Jacob 68
60,62	Angelika Raab 73
60,8	Tatjana Leutloff 83
61,10	Barbara Burger 81
61,43	Eva Ziegmann 02

<u>800 m - Lauf</u>	
2:12,54 min	Ursula Schneider 81
2:13,27	Katja Rohatsch 84
2:18,16	Tatjana Leutloff 83
2:21,6	Angelika Raab 72
2:23,72	Andrea Ranftl 92
2:22,15	Annette Schütz 01
2:22,72	Martina Hagen 80
2:24,07	Claudia Hielscher 84
2:24,3	Christine Hoh 78
2:24,4	Ulla Geus 68
2:24,4	Elvira Herbicht 68

<u>1000 m-Lauf</u>	
3:13,91 min	Andrea Ranftl 96
3:19,92	Natascha Trunk 96
3:23,7	Nadine Dechant 03

<u>1500 m - Lauf</u>	
4:37,5 min	Ursula Schneider 81
4:47,86	Tatjana Leutloff 83
4:56,81	Katja Rohatsch 85

**Ewige Bamberger Bestenliste – weibliche Jugend A (Stand: 30.10.2003)**

<u>Fortsetzung 1500 m-Lauf</u>	
5:02,3 min	Silvia Schneider 80
5:04,91	Andrea Ranftl 96
5:09,2	Elviara Herbicht 71
5:09,81	Andrea Utz 82
5:14,7	Melanie Sperlein 89
5:18,6	Elke Scheithauer 83
5:19,70	Nadine Dechant 03

<u>3000 m - Lauf</u>	
10:18,58 min	Ursula Schneider 81
10:35,9	Silvia Schneider 80
10:39,25	Melanie Sperlein 89
10:42,31	Tatjana Leutloff 83
10:45,21	Natascha Trunk 96
10:56,01	Katja Rohatsch 84
11:17,7	Claudia Hielscher 85
11:25,89	Andrea Ranftl 96
11:27,4	Birgit Held 79
11:30,5	Carmen Schlichting 95

<u>5000 m - Lauf</u>	
18:48,71 min	Melanie Sperlein 90
18:58,2	Ursula Schneider 80
19:17,1	Silvia Schneider 80
19:31,0	Carmen Schlichting 95
20:37,2	Tatjana Leutloff 83

<u>Marathon</u>	
4:27:42 std	Julia Härer 03

<u>100 m - Hürdenlauf</u>	
14,16 sec	Irina Matschke 94
14,53	Sabine Fischer 84
14,7	Ulrike Jacob 69
15,0	Beate Scheller 77
15,37	Pia Bauernschmitt 82
15,80	Christine Schuh 95
15,98	Manuela Lodes 90
16,02	Anja Blumm 85
16,10	Birgit Löffler 82
16,31	Anja Hering 84

<u>400 m - Hürdenlauf</u>	
66,92 sec	Eva Ziegmann 02
67,06	Katja Rohatsch 84
67,3	Andrea Ranftl 94
69,58	Claudia Schmidt 2000
69,66	Claudia Hielscher 84
70,0	Eleonore Pflaum 83
70,5	Pia Bauernschmitt 83
71,4	Sabine Fischer 85
72,1	Anja Blumm 85
73,07	Pia Dietel 84

<u>10 km-Lauf</u>	
45:01 min	Maria Eberlein 03
46,56	Nadine Dechant 03
48:46	Julia Härer 2000

<u>15 km-Lauf</u>	
58:28 min	Melanie Sperlein 90

<u>Halbmarathon (neu ab 1993)</u>	
2:43,57 std	Cornelia Schötz 93

<u>4 x 100 m - Staffellauf</u>	
49,27 sec	Dietel - Meixner - Fischer - Hielscher 84
49,72	Löffler - Beßler - Deuerling - Burger 80
50,06	Zwirner - Meixner - Bauernschmitt P.-Fischer 82
50,23	Meixner - Fischer - Schmaus - Dietel 85
50,26	Götz - Schuh - Matschke - Deutschmann 94
50,3	Dietel - Hübner - Wendenburg - Hülz 72
50,62	Camphausen - Ziegmann 02
50,60	Saffer - Pfahlmann 96
50,78	Götz - Schuh - Loch - Mattausch 86
50,80	Nowak - Schmaus - Fischer - Eberth 86
	Hein - Matschke - Deutschmann - Schwarzmann 91

<u>4 x 400 m - Staffellauf</u>	
4:06,8 min	Leutloff - Dietel - Rohatsch - Löffler 83
4:12,74	Camphausen - Dechant 03
4:20,2	Burger - Saffer - Hielscher - Fischer - Meixner - Rohatsch 85
4:27,6	Rohatsch - Dietel - Hielscher - Weigler 84

<u>3 x 800 m - Staffellauf</u>	
7:07,88 min	Leutloff - Burger - Schneider U. 81
7:23,4	Ott - Eidloth - Raab 72
7:23,5	Leutloff - Rohatsch - Dietel 83
7:30,97	Burger - Zeigmann - Weiß 03
7:34,0	Hoh - Schneider - Bätz 78

**Ewige Bamberger Bestenliste – weibliche Jugend B (Stand: 30.10.2003)**

<u>100 m - Lauf</u>			<u>Fortsetzung 800 m-Lauf</u>		
12,23 sec	Christine Meixner	82	2:24,6 min	Birgit Löffler	80
12,63	Birgit Löffler	80	2:24,6	Barbara Burger	80
12,5	Adele Beßler	80	2:24,75	Katja Rohatsch	82
12,5	Sabine Fischer	84	2:25,66	Andrea Utz	83
12,69	Eva Saffer	02			
12,75	Christine Schuh	94	<u>1000 m-Lauf</u>		
12,95	Annika Camphausen	03	3:19,92 min	Natascha Trunk	96
12,98	Ines Hein	91	3:23,7	Nadine Dechant	03
13,02	Irina Matschke	92			
13,02	Annette Schütz	2000	<u>1500 m -Lauf</u>		
			5:02,3 min	Silvia Schneider	80
<u>200 m - Lauf</u>			5:03,11	Tatjana Leutloff	81
25,38 sec	Christine Meixner	83	5:09,2	Elvira Herbicht	71
25,98	Birgit Löffler	80	5:09,81	Andrea Utz	82
26,24	Eva Saffer	02	5:14,7	Melanie Sperlein	89
26,67	Annette Schütz	2000	5:18,6	Elke Scheithauer	83
26,72	Irina Matschke	93	5:19,0	Ursula Schneider	78
26,94	Annika Camphausen	03	5:19,70	Nadine Dechant	03
27,0	Adele Beßler	80	5:22,8	Marianne Dorsch	96
27,0	Sabine Fischer	83	5:23,5	Natali Leutloff	84
27,36	Christine Schuh	93	5:27,4	Andrea Ranfl	91
27,2	Renate Schwalb	69			
27,44	Sonja Schmaus	85	<u>3000 m - Lauf</u>		
			10:35,9 min	Silvia Schneider	80
<u>300 m - Lauf (bis 1999)</u>			10:39,25	Melanie Sperlein	89
43,06 sec	Annette Schütz	98	10:45,21	Natascha Trunk	96
43,11	Claudia Knoblach	88	10:52,9	Tatjana Leutloff	81
43,82	Claudia Schmitt	99	11:27,4	Birgit Held	79
44,49	Katrin Mattausch	96	11:30,5	Carmen Schlichting	95
45,14	Sandra Deutschmann	92	11:34,1	Ursula Schneider	79
45,69	Katrin Mattausch	97	11:39,15	Elke Scheithauer	83
45,92	Andrea Ranfl	93	11:47,2	Andrea Utz	82
48,6	Julia Schwarzmann	91	11:51,57	Nadine Dechant	03
49,65	Janine Prinz	97			
<u>400 m-Lauf (ab 2000 wieder)</u>			<u>5000 m-Lauf</u>		
59,46 sec	Annette Schütz	2000	22:46,98 min	Maria Eberlein	02
61,10	Barbara Burger	81			
60,21	Claudia Knoblach	87	<u>10 km-Lauf</u>		
60,1	Beate Eidloth	73	46,56 min	Nadine Dechant	03
61,43	Eva Ziegmann	02	48:46	Julia Härer	2000
61,6	Katja Rohatsch	83			
61,90	Susanne Burger	03	<u>100 m - Hürdenlauf</u>		
62,3	Annette Bätz	78	14,53 sec	Sabine Fischer	84
62,4	Pia Dietel	83	14,58	Irina Matschke	91
62,8	Elvira Herbicht	73	15,25	Manuela Lodes	89
			15,37	Pia Bauernschmitt	82
			15,66	Eva Ziegmann	02
			15,80	Christine Schuh	95
<u>800 m - Lauf</u>			16,02	Anja Blumm	85
2:16,4 min	Ursula Schneider	79	16,19	Jessica Stöbel	03
2:20,66	Tatjana Leutloff	81	16,31	Anja Hering	84
2:22,72	Martina Hagen	80	16,32	Christine Meixner	83
2:23,72	Andrea Ranfl	92			
2:24,3	Christine Hoh	78			
2:24,4	Elvira Herbicht	71			

**Ewige Bamberger Bestenliste – weibliche Jugend A (Stand: 30.10.2003)**

<u>Fortsetzung 3 x 800 m - Staffellauf</u>			<u>Fortsetzung Kugelstoß</u>		
7:35,2 min	Rohatsch - Kaiser - Hagen	80	10,03 m	Brigitte Hübner	72
7:37,6	Eidloth - Herbicht - Raab	72	10,01	Ingrid Naumann	62
7:38,0	Schneider U - Schnei-79 der S. - Hoh	79	10,00	Manuela Lodes	89
			9,68	Ulrike Jacob	69
			9,61	Edeltraut Walde	71
7:44,0	Rohatsch - Hielscher - Utz	84	<u>Diskuswurf</u>		
7:44,7	Schneider M. - Leutloff - Scheithauer Hagen	83	36,06 m	Brigitte Hübner	72
			34,98	Ingrid Martius	76
			34,56	Marianne Linz	66
			31,64	Julia Schwarzmann	92
			31,08	Elisabeth Nowak	79
			30,28	Edeltraud Walde	71
			29,70	Angelika Eberth	82
			29,64	Claudia Schmitt	99
			28,78	Maria Motschenbacher	65
			27,98	Christine Reif	90
			<u>Speerwurf</u>		
			40,67 m	Claudia Schmitt	99
			36,44	Tina Schwarzmann	95
			35,24	Angelika Eberth	85
			34,58	Anja Kuhn	91
			33,60	Anja Hering	84
			31,04	Ina Kudlich	86
			30,26	Ingrid Martius	76
			30,24	Silke Michel	89
			29,83	Susanne Luft	60
			29,70	Eleonore Pflaum	78
			<u>Vierkampf</u>		
			1907e P.	Birgit Löffler	83
			1882e	Katja Rohatsch	83
			1881e	Manuela Lodes	90
			1868e	Michaela Laaser	96
			1828e	Eleonore Pflaum	82
			1815e	Pia Bauernschmitt	83
			1737e	Tina Schwarzmann	95
			1726e	Julia Schwarzmann	95
			1717e	Andrea Ranfl	95
			1506e	Andrea Luplow	95
			<u>Siebenkampf</u>		
			3464e P.	Birgit Löffler	83
			3321e	Manuela Lodes	90
			3386e	Katja Rohatsch	83
			3281e	Michaela Laaser	96
			3319e	Eleonore Pflaum	82
			3283e	Tina Schwarzmann	95
			3217e	Pia Bauernschmitt	83
			3202e	Andrea Ranfl	95
			3149e	Julia Schwarzmann	95
			2719e	Andrea Luplow	95
			<u>Hochsprung</u>		
1,71 m	Ulrike Jacob	79	<u>Dreisprung: (neu ab 1989)</u>		
1,71	Betae Scheller	76	11,59 m	Michaela Laaser	96
1,66	Manuela Lodes	89	11,42	Eva Saffer	03
1,65	Sabine Fischer	82	10,40	Tina Schwarzmann	91
1,64	Katja Rohatsch	82	10,39	Julia Schwarzmann	93
1,64	Christine Müller	82	10,30	Irina Matschke	91
1,63	Malin Angermüller	94	9,94	Claudia Schmitt	99
1,62	Susanne Zeh	89	9,67	Theresa Wicht	02
1,61	Sigrid Bauernschmitt	83	8,91	Julia Stenglein	2000
1,61	Michaela Laaser	95	8,79	Julia Stiegler	02
			8,62	Natalie Matzick	99
			<u>Kugelstoß</u>		
			11,53 m	Marianne Linz	66
			10,93	Anita Weigler	65
			10,63	Ingrid Martius	76
			10,38	Julia Schwarzmann	95
			10,35	Christine Reif	91



**STAATLICHE FÖRDERUNG**  
 Infos über unsere zertifizierten Angebote direkt bei uns oder unter [www.sparkasse-bamberg.de](http://www.sparkasse-bamberg.de)

**NUR EINES KANN MAN SPÄTER NICHT MEHR: SEINE ALTERSVORSORGE PLANEN.**

**SPARKASSE BAMBERG**

Wir engagieren uns gerne für Sie!

Für Ihre Zukunft gibt es was Neues: Seit dem 01.01.2002 können Sie die Vorteile der staatlichen Förderung voll für sich nutzen – zum Beispiel mit "Sparkassen-VorsorgePlus" oder der Sparkassen-PrämienRente". Sie bieten nicht nur den perfekten Einstieg in die private Zusatzrente, sondern sind gleichzeitig renditestarke Geldanlagen. Informieren Sie sich bei unseren Beratern oder unter [www.sparkasse-bamberg.de](http://www.sparkasse-bamberg.de). e-mail: [info@skba.de](mailto:info@skba.de)

**Ewige Bamberger Bestenliste – weibliche Jugend B (Stand: 30.10.2003)**

300 m - Hürdenlauf (ab 1988 bis 1999)

47,40 sec	Claudia Schmitt	99
48,24	Annette Schütz	99
48,57	Andrea Ranfl	94
50,51	Christine Meier	88
53,04	Claudia Knoblach	88

400 m - Hürdenlauf (ab 2000 wieder)

66,92 sec	Eva Ziegmann	02
67,3	Andrea Ranfl	94
69,44	Kaja Rohatsch	83
69,58	Claudia Schmidt	2000
69,66	Claudia Hielscher	84
70,5	Pia Bauernschmitt	83
71,4	Sabine Fischer	85
72,1	Anja Blumm	85
73,07	Pia Dietel	84
74,8	Sigrid Bauernschmitt	83

4 x 100 m - Staffellauf

49,72 sec	Löffler - Beßler - Deuerling - Burger	80
50,06	Zwirner - Meixner - Bauernschmitt P.-Fischer	82
50,62	Camphausen – Ziegmann 02 Saffer - Pfahlmann	02
50,80	Hein - Matschke - Deutschmann Schwarzmann	91
50,84	Dietel - Meixner - Fischer - Weigelt	83
51,03	Camphausen – Ziegmann 03 Saffer - Seitz	03
51,32	Götz - Schuh - Matschke - Deutschmann	92
51,33	Grimm - Löffler - Beßler - Bauernschmitt	81
51,54	Kleinschmidt - Löffler 79 Beßler - Bauernschmitt	79
51,8	Bätz - Dorsch - Hoh - May	78

3 x 800 m - Staffellauf

7:30,97 min	Burger - Zeigmann - Weiß	03
7:34,0	Hoh - Schneider - Bätz	78
7:35,2	Rohatsch - Kaiser - Hagen	80
7:44,7	Schneider M. -Leutloff - Scheithauer	83
7:48,4	Fischer - Wright - N. Leutloff	84
7:49,87	Silberreis - Sitzmann - Knoblach	-87
7:54,2	Eidloth-Ott-Herbicht	72

Fortsetzung 3 x 800 m - Staffellauf

7:59,8 min	Kaiser - Bätz - Burger	79
8:01,8	Grimm - S.Schneider Hagen	78
8:10,4	Eidloth - Braszus - Ott	71
8:10,4	Hack - Loch - U.Schneider	77

3000 m Bahngehen

20:20,52 min	Birgit Koppe	99
--------------	--------------	----

Hochsprung

1,66 m	Manuela Lodes	89
1,64	Katja Rohatsch	82
1,64	Sabine Fischer	84
1,63	Malin Angermüller	94
1,61	Sigrid Bauernschmitt	83
1,60	Ingrid Zirkelbach	70
1,60	Angeliak Konradt	80
1,60	Pia Bauernschmitt	82
1,60	Anja Hering	84
1,58	Dagmar May	77

Weitsprung

5,66 m	Sabine Fischer	84
5,59	Irina Matschke	90
5,52	Birgit Löffler	80
5,46	Manuela Lodes	89
5,44	Eva Saffer	03
5,43	Adele Beßler	81
5,41	Pia Bauernschmitt	82
5,36	Carmen Huber	70
5,36	Anne Dorsch	78
5,34	Dagmar May	78

Dreisprung: (neu ab 1989)

11,59 m	Michaela Laaser	96
11,42	Eva Saffer	03
10,40	Tina Schwarzmann	91
10,39	Julia Schwarzmann	93
10,30	Irina Matschke	91
9,94	Claudia Schmitt	99
9,67	Theresa Wicht	02
8,91	Julia Stenglein	2000
8,79	Julia Stiegler	02
8,62	Natalie Matzick	99

Kugelstoß

10,00 m	Manuela Lodes	89
9,95	Julia Schwarzmann	92
9,84	Christine Reif	90
9,62	Ingrid Martius	75
9,61	Edeltraut Walde	71

## Ewige Bamberger Bestenliste – weibliche Jugend B (Stand: 30.10.2003)

<b>Fortsetzung Kugelstoß</b>			<b>Vierkampf</b>	
9,54 m	Claudia Schmitt	99	2093e P.	Manuela Lodes 89
9,37	Marianne Linz	63	2012e	Claudia Schmitt 99
9,22	Angelika Konradt	81	1644e	Tina Schwarzmann 91
9,16	Ute Selzam	89	1636e	Jenny Bystry 99
9,13	Michaela Hager	81	1596e	Natalie Matzick 99
			1200e	Sabine Hümmer 99
<b>Diskuswurf</b>			<b>Siebenkampf</b>	
31,64 m	Julia Schwarzmann	92	3767e P.	Claudia Schmitt 99
31,08	Elisabeth Nowak	79	3571e	Manuela Lodes 89
30,28	Edeltraud Walde	71	3327e	Claudia Hielscher 83
29,70	Angelika Eberth	82	3285e	Christine Meixner 84
29,64	Claudia Schmitt	99	3243	Katja Rohatsch 83
28,88	Ingrid Martius	75	3106e	Christine Schuh 95
27,98	Christine Reif	90	3088e	Tina Schwarzmann 91
27,76	Brigitte Hübner	70	2709e	Jenny Bystry 99
26,38	Angelika Konradt	80	2353e	Natalie Matzick 99
25,72	Marianne Linz	64	1925e	Sabine Hümmer 99
<b>Speerwurf</b>			<b>Blockwettkampf Lauf</b>	
40,67 m	Claudia Schmitt	99	2449e P.	Irina Matschke 91
34,52	Angelika Eberth	82	2263e	Andrea Ranftl 92
33,60	Anja Hering	84		
31,58	Tina Schwarzmann	91	<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>	
31,04	Ina Kudlich	86	2250e P.	Tina Schwarzmann 92
29,70	Eleonore Pflaum	78		
29,23	Sonja Hartmann	02	<b>Blockwettkampf Wurf</b>	
29,06	Ingrid Martius	75	2270e P.	Julia Schwarzmann 92
28,20	Julia Schwarzmann	91		
27,86	Christine Hoh	84		

## IMPRESSUM

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

Verantwortlich:	Gerhard Fleck
Redaktion:	Dr. Thomas Koch, Alfred Kotissek, Reiner Schell, Carlo Schramm
Weitere Mitarbeiter:	Manfred Dusold, Elke Eberl, Sandra Götz, Florian Hofmann, Dieter Kleinschmidt, Uwe Loch, Siegfried C. Matschke, Wolfgang Roediger, Claudia Schramm, Beate und Gerhard Weiß, Wolfgang Zenk
Fotos:	Manfred Dusold, Reinhold Eckert, Florian Hofmann, Uwe Loch, C&C Schramm, Wolfgang Zenk

Wichtige Links:

<http://www.lg-bamberg.de/>  
<http://www.bnv-bamberg.de/home/marathon/>  
<http://www.blv-oberfranken.de/>  
<http://www.blv-sport.de/>  
<http://www.weltkulturerbelauf.de/>

## Trainingszeiten der LG Bamberg – ab Winterhalbjahr 2003/2004

<b>Montag</b>	
<b>Bamberger Stadion</b>	
17.00 Uhr	8 – 14-Jährige
17.00 Uhr	Mehrkampf, Sprint/Sprung
17.30 Uhr	Sprint, Sprung, Hürden, Mittelstrecken
18.00 Uhr	Laufgruppe
<b>Stadion Hirschaid</b>	
18.30 Uhr	Jugend/Aktive

<b>Dienstag</b>	
<b>Dreifachturnhalle Hirschaid</b>	
18.00 Uhr	alle Altersklassen
<b>Halle des KHG Bamberg</b>	
17.00 Uhr	Senioren
<b>MTV-Platz Bamberg</b>	
17.30 Uhr	Lauftreff

<b>Mittwoch</b>	
<b>Halle der Berufsschule(Ohmstraße)</b>	
17.00 Uhr	6 – 10-Jährige
17.00 Uhr	8 – 14-Jährige
17.00 Uhr	Sprint, Sprung, Hürden, Mehrkampf, Sprint/Sprung, Mittelstrecken
17.00 Uhr	Lauftreff
18.00 Uhr	Lauftreff
<b>Dreifachturnhalle Hirschaid</b>	
17.30 Uhr	Schüler/innen E/D
<b>Turnhalle Eichendorff-Gymnasium</b>	
16.00 Uhr	Laufgruppe

<b>Donnerstag</b>	
<b>Dreifachturnhalle Hirschaid</b>	
18.00 Uhr	Schüler/innen D/C
18.30 Uhr	Jugend A/B
<b>Bamberger Stadion</b>	
18.00 Uhr	Laufgruppe

<b>Freitag</b>	
<b>Bamberger Stadion</b>	
17.00 Uhr	8 – 14-Jährige
17.00 Uhr	Mehrkampf, Sprint/Sprung
<b>Stadion Hirschaid</b>	
17.00 Uhr	Sch/n A/B/Jugend/Aktive
<b>Post SV-Platz</b>	
17.00 Uhr	Lauftreff

<b>Samstag</b>	
<b>Lobenhofferstraße</b>	
10.30 Uhr	Laufgruppe
<b>Bruderwald / Post SV-Platz</b>	
13.45 Uhr	Sprint, Sprung, Hürden, Mittelstrecken
<b>Post SV-Platz</b>	
14.00 Uhr	Werfer
14.00 Uhr	Langstreckenläufer
14.00 Uhr	Lauftreff

## Leichtathletik - Terminkalender 2004

<b>11.01.2004</b>	Nordbayerische Hallen-Meisterschaften (Mä / Fr / Jgd B)	Fürth
17.01.2004	BLV-Hallen-Meisterschaften (Jgd A)	Fürth
24./25.01.2004	BLV- Hallen-Meisterschaften (Mä / Fr / Jgd B)	Fürth
24.o.25.01.2004	Kreis-Crosslaufmeisterschaften	
31.01.2004	BLV-Winterwurf-Meisterschaften (Jgd)	München
<b>07. 02.2004</b>	Nordbayerische Hallen-Meisterschaften (Jgd A/Sch/n A)	Fürth
15.02.2004	BLV-Hallen-Meisterschaften (Sch/n Mehrkampf )	München
21./22.02.2004	BLV-Hallen-Meisterschaften (Mehrkampf Mä/Fr/Jgd)	München
<b>13.03.2004</b>	Oberfränkische Meisterschaften (Crosslauf)	Helmbrechts
27.03.2004	Oberfränkische Meisterschaften (10 km-Lauf Straße)	Waizendorf
28.03.2004	BLV- Meisterschaften (Crosslauf)	Ingolstadt
<b>04.04.2004</b>	Oberfränkische Meisterschaften (Berglauf)	Scheßlitz
10.4.2004	Oster-Jogging-Lauf im Bamberger Bruderwald	Bamberg-Bug
17.4.2004	BLV- Meisterschaften (Halbmarathon)	Ruhstorf
<b>02.5.2004</b>	BLV- Meisterschaften (Langstaffeln+4x400m)	Ergoldsbach
08.05.2004	BLV-Förderwettkämpfe	Altdorf + Feldkirchen
15.05.2004	Bayern-Cup-Endkampf	Herzogenaurach
16.05.2004	BLV-DSMM + Jugend-Cup	
16.05.2004	BLV-DAMM-Endkampf	Passau
16.05.2004	BLV- Meisterschaften (Berglauf)	Grassau
22.05.2004	Ofr. Meistersch.(BWK Sch/n A/B +3K Sch/nC/D + Stab-alle)	Lichtenfels
22.05.2004	BLV-Förderwettkämpfe + BLV-Jugend-Gala	Regensburg
22./23.5.2004	Nordbayer. Mehrkampfmeisterschaften (M/F/Jgd)	Oberasbach
23.05.2004	BLV-Meisterschaften (Marathonlauf)	Regensburg
<b>05.06.2004</b>	BLV-Gala + BLV-Meisterschaften (Hindernislauf)	Schweinfurt
12./13. 06.2004	BLV- Meisterschaften (Senioren/innen)	Hof
12./13. 06.2004	BLV- Meisterschaften (Junioren / Jgd A / Jgd B)	Regensburg
19.06.2004	BLV- Meisterschaften (Straßengehen)	Niederairchbach
19.06.2004	Oberfränkische Meistersch. (M/F/JgdB/SchC/D)	Neustadt
26.06.2004	BLV- Meisterschaften (BWK/Mehrkampf-Sch/n)	Herzogenaurach
04.07.2004	Ofr.Meisterschaften (4-K SchA/B + Langstaffeln M/F/Jgd/SchC)	Bad Rodach
<b>10.07.2004</b>	BLV- Meisterschaften (Berglauf Jgd A / Senioren/innen)	Weitnau
11.07.2004	Oberfränkische Meisterschaften (JgdA/SchA/B)	Bamberg
17.07.2004	BLV- Meisterschaften (Bahngehen)	Mindelheim
17./18.07.2004	Ofr. M (Mehrkampf M/F/J/M/W15/14 + Hindernislauf - alle)	Forchheim
20.7.2004	Bodensee-Schul-Cup (Landesfinale)	
22.7.2004	Landesfinale „Jugend trainiert“	
24./25.7.2004	BLV- Meisterschaften (Mä / Fr / Sch/n)	München
25.07.2004	Altenburg-Bergsprint	Bamberg
28.07.2004	Sportfest	Hirschaid
<b>07.08.08.2004</b>	BLV-Meisterschaften Mehrkampf (Mä / Fr / Jgd)	Markt Schwaben
<b>04.09.2004</b>	Nordbayerische und Ofr. Seniorenmeisterschaften	Kitzingen
05.09.2004	Oberfränkisch Meisterschaften (Marathonlauf)	Forchheim
05.09.2004	BLV-Meisterschaften (Seniorenmehrkampf)	Pfaffenhofen
11.09.2004	Oberfränkisch Meisterschaften (Halbmarathonlauf)	Schwarzenbach
19.09.2004	BLV-Schüler-Vergleichskampf der 7 Bezirke	
26.09.2004	Schüler-Vergleichs-Kampf d. 4 Ofr. Kreise	Hirschaid ?
<b>09.10.2004</b>	BLV-Meisterschaften (Senioren-Werferfünfkampf)	Bogen
10.10.2004	BLV-Meisterschaften (10 km --Straßenlauf)	Regensburg
16.10.2004	Klinikumlauf (Volks-Jogginglauf im Bruderwald)	Bamberg
07.11.2004	Ofr. Alternativ-Wettkämpfe (Sch/n)	Neustadt
<b>31.12.2004</b>	Silvesterlauf (Volks-Jogginglauf im Bamberger Hain)	Bamberg
	<b>vormerken:</b>	
<b>01.05.2005</b>	2. Weltkulturerbelauf (Straßen-/Volkslauf)	Bamberg