

# 1973 einen echten Dauerläufer ins Leben gerufen

**Bamberg** – Silvesterlauf im Hain – da erwartet der Kenner nicht Rekorde, sondern Verstetigung dieser wunderbaren Einrichtung Bambergs am letzten Tag des Jahres. Und in der Tat siegt die Tradition auch bei der 42. Auflage gegen die Herausforderung des Wetters.

## Wetter schreckte nicht ab

Für die ausrichtende Leichtathletik-Gemeinschaft Bamberg (LGB) äußerte sich vor diesem Hintergrund Sportwart Carlo Schramm so: „Mich freut unsere doppelte Weitsicht damals, sich zum einen mit diesem Lauf an die Spitze der allgemeinen Laufbewegung gestellt zu haben, zum anderen dem Ereignis nicht den Charakter des Leistungssports übergestülpt zu haben. Denn Ort und Zeit, der Hain als grünes Weichbild der Weltkulturerbe-Stadt und der Jahresausklang mit seinen Wetterspä-



**Die Silvesterläufer beim Start am Donnerstag im Hain**

Foto: Carlo Schramm

ßen sprachen für einen unverkrampften familiären Charakter des Events.“

Über 500 Starter stellten sich am Donnerstag, um von LG-Vizepräsident Heinz Kuntke in die letzte Runde des Jahres geschickt zu werden.

Und die Teilnehmerinnen und

Teilnehmer lieferten trotz des feucht-kalten Wetters sportliche Qualität, denn die meisten entschieden sich für die Laufstrecke über drei Runden, was knapp neun Kilometer entspricht.

Die teilnehmerstärkste Gruppe bot die DJK Teutonia Bamberg-Gaustadt mit 54 Personen,

gefolgt von der LG Veitenstein mit 28.

Ein Witzbold hatte nach drei Runden noch genug Luft, sich dem Berichterstatter gegenüber im Krischker-Format zu versuchen: „Aans zwo drei/ möcht dess es immer so löfft/fei net glei/obber immer öft!“ *scm*

# Titel für Hentschel und Schramm

FT 14.1.16

**LEICHTATHLETIK** Einen erfolgreichen Saisonstart legten die Bamberger bei den nordbayerischen Hallenmeisterschaften in Fürth hin.

**Fürth** – Obwohl sehr früh im Jahr und trotz der winterlichen Trainingsbedingungen in Bamberg lässt sich die Ausbeute auf der sanierten blauen Laufbahn sehen. Bei den Männern startete Felix Hentschel, der deutsche Vizemeister über 3000 m Hindernis aus dem Jahr 2015, über 1500 m. Schon bald merkte er, dass das angeschlagene Tempo für ihn zu langsam war – so zog er einsam seine Runden auf der neuen 200-Meter-Rundbahn. In 3:58,07 Minuten verteidigte Hentschel souverän seinen nordbayerischen Hallentitel.

Spannend ging es beim Kugelstoßen der Frauen weiter. Von der LG Bamberg waren Simone Schramm und die noch der Jugendklasse angehörige Christina Holzner am Start. Mehrmals verbesserten beide in ihren sechs Versuchen mit der vier Kilogramm schweren Kugel ihre Bestleistungen. Am Schluss gab es einen Doppelsieg für die LG. Simone Schramm gewann zum ersten Mal bei den Frauen das Kugelstoßen mit starken 11,59 Metern vor ihrer Trainingskameradin Christina Holzner mit 11,45 Metern. Abgerundet hat Simone ihren Wettkampftag noch im Dreisprung mit 10,12 Metern und Platz 3.

Reichlich Medaillen gab es auch für den männlichen Nachwuchs der LG Bamberg. Den Anfang machte die 4 x 200 m-Staffel der U20: Florian Leibbrand, Daniel Müller, Niklas

Grüner und Samuel Düsel hatten den Vizemeistertitel vom Vorjahr zu verteidigen. Sie liefen ein beherztes Rennen und wurden wie im Vorjahr nur knapp geschlagen. Mit neuer Bestzeit von 1:33,34 Minuten belegten sie erneut Platz 2.

## Düsel gewinnt den Hochsprung

Samuel Düsel musste unmittelbar nach der Staffel zum Weitsprung. Noch ziemlich erschöpft, klappte es mit dem Anlauf nicht so recht, weshalb er mit 5,34 m unter seinen Möglichkeiten blieb. Dafür trumpfte er später im Hochsprung richtig auf. Ohne große Vorbereitung auf den Wettkampf gelangen ihm technisch schöne Sprünge. Er gewann den U18-Wettbewerb mit neuer Bestleistung von 1,80 m. Oliver Leibbrand vervollständigte das gute Hochsprungergebnis mit der Bronzemedaille und stellte mit 1,71 m seine bisherige Bestleistung ein. Zuvor hatte Oliver Leibbrand für eine weitere Überraschung gesorgt. Über die 60 Meter Hürden erreichte er in einem technisch sauberen Lauf eine neue Bestzeit von 8,84 Sekunden und wurde Vizemeister.

Angespornt von den Ergebnissen seiner Trainingsgruppenkameradinnen Simone und Christina startete Christian Baumgartl im Kugelstoßen der männlichen U18. Er gewann mit 11,84 m den Wettbewerb mit der Fünf-Kilo-Kugel. Im Weit-



**Felix Hentschel (l.) verteidigte seinen Titel über 1500 m. Simone Schramm (r.) war im Kugelstoßen der Frauen erstmals erfolgreich und siegte knapp vor ihrer Teamkollegin Christina Holzner.**

Fotos: ID/CS

sprung wurde er mit 5,68 m noch Sechster. Weitere Endkampfplatzierungen gab es auch in der weiblichen U18 für die LG Bamberg. Mona Loch wurde im Weitsprung Sechste mit 5,18 m und über die 60 Meter Hürden Siebte in 9,66 Sekunden. Dazu kam für die talentierte Mehr-

kämpferin noch der dritte Platz im B-Finale über 60 Meter in 8,31 Sek. Neue Bestzeit lief auch Nachwuchsmittelstrecklerin Anna Hirt über die 800 m. In der Gesamtabrechnung wurde sie in 2:27,80 Min. Sechste. Die noch der Schülerinnenklasse angehörige Lisa Weber startete im

Weitsprung und erreicht mit 4,95 m den achten Platz.

Weitere Endkampfplatzierungen gab es bei den Männern für Fabian Jaschik (Hochsprung 1,75 m/Platz 8) und für Barbara Zweier bei den Frauen (Hochsprung 1,45 m/Platz 8, Weitsprung 4,92 m/Platz 8). ID/CS

# Anna Hirt gewinnt Silber auf der blauen Bahn

**Bamberg** - Mit einer kleinen, aber leistungsstarken Gruppe trat die LG Bamberg bei der bayerischen Leichtathletik-Hallenmeisterschaft in Fürth an. Die beste Platzierung des Wettkampfes gelang Anna Hirt, die in der U18 über 3000 m antrat. Sie gestaltete ihr Rennen taktisch klug, arbeitete sich Platz um Platz nach vorne und sicherte sich im Endspurt die Silbermedaille in 10:38,67 Min.

Die neue, blaue Laufbahn in der Quelle-Halle scheint Anna Hirt zu liegen: Sie verbesserte ihre Bestleistung vom letzten Jahr über diese Strecke um über eine Minute. „Endlich ein Rennen, mit dem ich voll zufrieden bin“, freute sie sich über ihre erste Medaille bei bayerischen Meisterschaften.

Das gute Rhythmusgefühl und die Verbesserung der Technik haben zu Oliver Leibbrands U18-Bronzemedaille über 60 m-Hürden in 8,71 Sek. beigetragen. Diese Lesitung lässt auf eine gute Freiluftsaison hoffen. Samuel Düsel (U18) riss im Hochsprung die 1,84 m denkbar knapp, war aber mit dem vierten

Platz und übersprungenen 1,79 m zufrieden. Die 400 m lief er unter seinen Möglichkeiten. Er ging die erste Runde viel zu verhalten an und belegte am Ende den fünften Platz in 55,17 Sek. In der Aktivenklasse erreichte die LGB zwei dritte Plätze durch Felix Hentschel über 3000 m in 8:20,55 Min. und Simone Schramm im Kugelstoßen mit 11,76 m. *red*



**Anna Hirt**

Foto: privat



# Unerwartet auf Platz 3

**Bamberg** – In München fand die bayerische Hallenmeisterschaft der Leichtathleten in den Altersklassen der U20 und U16 statt. Über die Bronzemedaille im Kugelstoßen der U20 freute sich Christina Holzner von der LG Bamberg.

Die letztjährige bayerische Vizemeisterin der U18 stellte sich einem starken Teilnehmerfeld und hatte noch keine Medaille in ihrer neuen Altersklasse erwartet. Mit technisch sauberen Versuchen und einer Serie von Elf-Meter-Stößen verbesserte sie zweimal die persönliche Bestleistung und wuchtete die vier Kilo schwere Kugel in der Gesamtbilanz auf stolze 11,49 Meter, was ihr den Platz auf dem Podest einbrachte.

Die Sprint-Spezialistin Anna-Lena Genz trat über 400 m an. Von Beginn an setzte sie sich an die Spitze ihres Laufs und verteidigte diese Position erfolgreich bis ins Ziel. Am Ende stand in 60,34 Sek. die Steigerung der persönlichen Bestzeit um über

eine Sekunde fest. In der Addition aller Läufe reichte diese Zeit nicht ganz für einen Platz auf dem Treppchen, sodass sich Lena Genz mit dem undankbaren vierten Platz begnügen musste.

Ihre Mehrkampffähigkeiten testete Lisa Weber in der W15. Platz 5 im Weitsprung mit 4,92 m und Platz 7 im Hochsprung (1,53 m) sowie 9,63 Sek. über 60 Meter Hürden (Platz 9) lassen einen guten Hallenmehrkampf in vier Wochen erwarten. Pech hatte die favorisierte 4x200-m-Staffel der U20 der LG Bamberg. Ein Wechselfehler brachte das Aus für die Nachwuchssprinter, doch hatten sie sich schon vor Wochen für die deutsche Meisterschaften qualifiziert.



**Christina Holzner**



# Zimmer und Weber schon in guter Form

**Bamberg** – In Wiesau fanden bei kalten Temperaturen die bayerischen Winterwurfmeisterschaften der Leichtathleten für den Nachwuchs statt. Trotz übersichtlicher Teilnehmerfelder gab es eine Reihe hochwertiger Resultate. Eine Klasse für sich war Rebecca Zimmer von der LG Bamberg.

Mit deutscher Jahresbestleistung in der U20 startet sie in die noch junge Saison. Bei unangenehmen Bedingungen schleuderte die Studentin den ein Kilogramm schweren Diskus auf die Siegesweite von 47,17 m. So weit hat noch nie eine Nachwuchswerferin aus Bayern bei Winterwurfmeisterschaften geworfen.

Mit Lisa Weber war ein weiteres Wurftalent der LG Bamberg am Start. In ihrer Spezialdisziplin, dem Speerwurf, holte die bayerische Meisterin der W14 des vergangenen Jahres nun den Winterwurfstitel in der W15. Trotz Trainingsrückstands wegen einer langwierigen Schulterverletzung warf sie den 500 Gramm schweren Speer auf die Siegesweite von 33,60 Meter.

Zuvor hatte sie am Diskuswettbewerb teilgenommen. Den ein Kilogramm schweren Diskus schleuderte sie auf 26,47 Meter und gewann eine weitere Medaille, diesmal aus Silber. cs



**Lisa Weber (l.) und Rebecca Zimmer von der LG Bamberg erweitern in Wiesau ihre Medailensammlung.**  
Foto: privat

# Über 200 Starter bei der Premiere

FT 18.2.16

**LAUFSPORT** Der 1. Maintal-Cross des SC Kemmern fand großen Zuspruch. Lokalmatadorin Carmen Schlichting-Förtsch feierte einen Doppelsieg über die Lang- und Mittelstrecke.

**Kemmern** - In Kemmern fand der 1. Maintal-Crosslauf, verbunden mit der Kreismeisterschaft, statt. Die Organisatoren vom SC Kemmern Running um Abteilungsleiter Klaus Geuß haben damit neben dem bekannten Kuckuckslauf ihre zweite Laufveranstaltung aus der Taufe gehoben. Über 200 Teilnehmer in allen Läufen, vom Bambini bis zum 80-jährigen Masterklassenläufer, waren gekommen, um sich erstmals im Gelände zwischen Main und Kreuzberg zu messen, darunter auch Spitzenläufer wie Felix Hentschel, der deutsche Vizemeister über 3000 m Hürden, und Anneka Döhla, Skilanglauf-Ass des ASV Stockenroth.

Die von den Kemmernern abgesteckte Strecke hatte es in sich. Senken, knackige, kurze Anstiege, welliger Grasboden und Strohhallen wechselten sich ab. Dazu kam ein weicher Boden, der dafür sorgte, dass die Crossläufer ordentlich belastet wurden. Die Wetterbedingungen waren optimal. So fielen die Beurteilungen der Wettkämpfer durchweg positiv aus. Nach der erfolgreichen Premiere hat Chef-Organisator Klaus Geuß die Teilnehmer schon jetzt auf das nächste Jahr eingestimmt.

## Hentschel führt vom Start weg

Sieger auf der Langstrecke über 8800 m und gleichzeitig auch Kreismeister wurde Felix Hentschel (LG Bamberg) in sehr guten 28:40 Min. Vom Start weg führte er schnell mit deutlichem Abstand das Feld an und lief ungefährdet ins Ziel. Spaß gemacht hatte ihm der Lauf, so Hentschel, der daran arbeitet, die Olympianorm für die 3000 m Hürden zu knacken. Als Zweiter lief in 30:58 Min. Lukas Schrack vom Team Icehouse in Bayreuth ins Ziel gefolgt von Jerome Epiney von der LG Bamberg (31:04).



Ideale Bedingungen fanden die Läufer beim 1. Maintal-Cross in Kemmern vor.

Bei den Damen führte Lokalmatadorin Carmen Schlichting-Förtsch vom SC Kemmern das Rennen vom Start weg bis ins Ziel an. Sie wurde in sehr guten 37:33 Min. Kreismeisterin. Ihr folgte in 37:46 Min. Petra Krause von Tricamp und Anneka Döhla vom ASV Stockenroth (38:55).

In der Frauen-Hauptklasse siegte Petra Krause. Die W35 beherrschte Carmen Schlichting-Förtsch, und das, obwohl sie zwei Stunden zuvor schon klar die Mittelstrecke über 3800 m dominiert hatte. Sieger in der Hauptklasse der Männer war erwartungsgemäß Felix Hentschel. Die M35 wurde von Sven Starklauf (DJK SC Vorra) in 31:55 Min. gewonnen. Ebenfalls von der DJK SC Vorra, die neben der LG Bamberg und dem Gastgeber SC Kemmern sehr gut vertreten war, kam der Sieger

M40. Klaus Belzer absolvierte den Parcours in 32:45 Min. Zweiter wurde Edgar Loch, der für die LG Bamberg startet, in 35:41 Min. vor Joachim Alt von den Freaky Friday Runners Bamberg (36:28).

Roland Wild holte in der M45 einen weiteren Altersklassensieg samt Meisterschaft nach Bamberg. Er wurde mit 31:28 Min. gestoppt, mit deutlichem Abstand vor dem Zweiten, Volker Zeulner (TDM Bamberg), in 38:45 Min. Ihm folgte nach 39:10 Min. Peter Schlund von der Laufgruppe Buttenheim als Dritter. Die Masterklasse M50 wurde beherrscht von Läufern des gastgebenden SC Kemmern. Abteilungsleiter Klaus Geuß belegte Platz 1 in 35:55 Min. vor Vereinskamerad Ralf Friedrich (37:40), der Gerhard Nester (Post SV Nürnberg) mit 17 Sekunden Abstand auf Platz 3 ver-



Doppelsiegerin Carmen Schlichting-Förtsch

Fotos: sportpress

wies. In der M55 siegte Michael Leicht (TSV Scheßlitz) in 35:31 Min. vor Claus Popp (Freaky Friday Runners, 39:13) und Thomas Hüppe vom TSV Scheßlitz (40:47).

## Kemmern gewinnt Teamwertung

In der Mannschaftswertung der Frauen war der SC Kemmern mit Schlichting-Förtsch, Michels und Steffan siegreich, in der Hauptklasse der Männer siegte die LG Bamberg mit Hentschel, Epiney und Wild vor den Läufern des TV 1848 Coburg (Arnold, Militzke, Witt) und dem TSV Scheßlitz (Leicht, Helmreich, Trendelenburg).

Auf der Mittelstrecke von 3800 m siegte bei den Damen ebenfalls Carmen Schlichting-Förtsch in 15:12 Min. vor Cosima Gundermann (LG Forchheim), die 36 Sekunden nach ihr ins Ziel stürmte, und Clara Belz

von der LG Erlangen, die 16:37 Min. für die drei großen Runden benötigte. Bei den Herren lief Johannes Raabe (ohne Verein) nach 12:48 Min. durchs Ziel, gefolgt von Martin Militzke (TV 1848 Coburg), der nur elf Sekunden mehr benötigte, und Bjorn Day (ohne Verein, 13:20).

In der Frauen-Hauptklasse trug sich Carmen Schlichting-Förtsch in die Siegerliste ein. Die M65 war die Klasse der fränkischen Lauf-Urgesteine: Manfred Dormann (TV Bad Brückenau) siegte in 14:42 Min. vor Reinhard Sures vom DJK SC Vorra (17:40.) und dem Scheßlitzer Alois Zenk, der nur 15 Sekunden nach ihm ins Ziel lief. Kaspar Stappenbacher (DJK SC Vorra) siegte nach 18:28 Min. in der M70.

Die Jugendläufe über 2500 m wurden gewonnen von Charlotte Gundermann (WK U14, LG Forchheim, 11:44), Eva Dorsch (WJ U16, SC Kemmern, 11:34), Andreas Güsregen (MK U14, SV Hallstadt, 10:40) und Lukas Hoffmann (MJ U16, DJK SC Vorra, 10:14). Bei den Schülerläufen über 1300 m siegte Anna Barth (ohne Verein) in der W10 in 5:07 Min. Emma Schlund (Laufgruppe Buttenheim, W11, 5:28), Carlo Gundermann (LG Forchheim, M10, 5:35), Johannes Wehnert (MTV Bamberg, M11, 5:00), Lina Hammer-schmitt (SC Kemmern, W8, 7:27), Eva Bauer (LG Bamberg, W9, 07:08), Leland Fuchs (TSV Breitengüßbach, M8, 7:01) und Simon Nanke (TSV Neunkirchen, M9, 4:51). Mehr unter [www.maintal-cross.de](http://www.maintal-cross.de). red

## Mehr im Netz

Weitere Ergebnisse und Bilder vom Maintal-Cross finden Sie bei



# Viele persönliche Bestleistungen

FT 18.2.16

**LEICHTATHLETIK** Die Starter der LG Bamberg holten bei der nordbayerischen Hallenmeisterschaft in Fürth drei Titel und weitere Podestplätze.

**Bamberg** - Große Teilnehmerfelder bei den Schülern U16 wie auch bei den Laufwettbewerben der U20 prägten die nordbayerischen Leichtathletik-Hallenmeisterschaften in der neu renovierten Quelle-Halle in Fürth. Mit drei Titeln, einigen Podestplätzen und vielen persönlichen Bestleistungen präsentierte sich die durch Faschingsferien und Studien-Prüfungen reduzierte Mannschaft der LG Bamberg recht erfolgreich.

Wie schon im Vorjahr holte sich Christina Holzner (WU20) im Kugelstoßen den Meistertitel. Im ersten Jahr der A-Jugend, steigerte sie ihre Bestweite mit der vier Kilogramm schweren Kugel von Wettkampf zu Wettkampf wieder um 10 Zentimeter auf starke 11,59 Meter. Auch Daniel Müller wechselte in diesem Jahr in die A-Jugend und überraschte mit seiner Titelverteidigung im Weitsprung. Mit persönlicher Bestleistung von 6,32 Metern ließ er alle Konkurrenten hinter sich. Die Verbesserung seiner Sprintfähigkeit machte sich bei den 60 m bemerkbar, hier qualifizierte er sich für den Endlauf und lief neue persönliche Bestzeit von



**Christina Holzner holte sich in ihrem ersten Jahr in der A-Jugend gleich den nordbayerischen Meistertitel im Kugelstoßen.** Fotos: Theo Kiefner

7,45 Sek., genauso wie seine Kameraden Samuel Düsel (7,58) und Jonas Trusen (7,61). Auch über 200 m stellten Daniel Müller und Jonas Trusen ihre steigende Form unter Beweis. Sie gewannen jeweils deutlich ihren

Zeitendlauf mit starken 23,81 bzw. 23,75 Sek. und persönlicher Bestleistung. Bei 23 Teilnehmern bedeutete dies Platz 6 und 7. Samuel Düsel (U18), der eine Klasse höher bei der U20 startete, erreichte im Weit-

sprung mit 5,58 m den Endkampf und wurde Achter.

Das Nachwuchstalents Naomi Krebs (W13) war bei den 60 m Hürden der W14 gemeldet und zeigte hier keinerlei Respekt vor den Älteren. Sie gewann überragend ihren Vorlauf mit 9,56 Sek. und zog als Vorlaufs-Beste in den Endlauf ein. Hier touchierte sie gleich die erste Hürde, kam nicht mehr in den Rhythmus und landete am Ende auf Platz 8. Dafür wurde ihr Können im 60-m-Lauf der W13 belohnt. Mit neuer persönlicher Bestzeit von 8,18 Sek. deklassierte sie im Endlauf ihre Konkurrentinnen und holte sich den Titel. Auch im Weitsprung musste sie bei den 14-Jährigen starten, toppte auch hier ihre bisherige Bestweite und sprang mit 5,13 m auf den hervorragenden zweiten Platz.

Mona Loch, noch der U18 angehörend, stellte beim Weitsprung der U20 ihr Können unter Beweis und landete mit schönen 5,05 m auf dem dritten Platz. Anna-Lena Genz kam über die 200 m mit starken 26,84 Sek. nahe an ihre Bestzeit heran und wurde in dem großen Feld mit 30 Teilnehmern gute Achte. Über 60 m qualifizierte sie sich

mit neuer persönlicher Bestzeit von 8,22 Sek. für den B-Endlauf und erreichte Platz 3. Im 800-m-Lauf der WU20 teilte sich Karyna Lopatina das Rennen gut ein. Mit 2:33,77 Min. lief sie persönliche Bestzeit und belegte in einem starken Feld Platz 5. Krankheitsgeschwächt erkämpfte sich ihre Schwester Krystyna mit 2:43,69 Min. noch den neunten Platz. *red*



**Naomi Krebs gewann den 60-m-Sprint und wurde im Weitsprung Zweite.**



# Generalprobe gelungen

**FT 23.3.16**

**Bamberg** – Eine Woche vor der bayerischen Crosslaufmeisterschaft testete Mario Wernsdörfer von der LG Bamberg seine Form in Melk/Österreich. Mit am Start war der Lokalmatador und aktuelle österreichische Meister im Crosslauf, über 5000 m sowie 3000 m Hinder- nis, Christan Steinhammer (UskoMelk). Ab der ersten von vier Runden entwickelte sich ein Duell zwischen Steinhammer und Wernsdörfer. Der Bamberger setzte sich auf einem technisch schwierigen Bergabstück am Ende der zweiten Runde einige Meter ab und baute diesen Vorsprung bis ins Ziel kontinuierlich aus. Wernsdörfer siegte auf der 5,6 km langen Strecke mit einem neuen Streckenrekord in 16:39 Min. Steinhammer kam 30 Sekunden dahinter ins Ziel. Mit dieser Leistung blickt der Bamberger mit Vorfreude auf die Landesmeisterschaft, bei der er mit einem größeren Team der LGB am Start steht. *red*

# 22 Bezirkstitel für LG Bamberg

FT 25.2.16

**LEICHTATHLETIK** Sowohl bei den Jugendlichen als auch in den Seniorenklassen waren die Bamberger bei der oberfränkischen Meisterschaft in Ebensfeld erfolgreich.

**Bamberg** – „Aktiver Sport weitet den Standpunkt zum Standort“, philosophierte Birgit Löffler-Röder, nachdem die Leichtathletin der LG Bamberg in der Seniorenklasse W50 bei den deutschen Hallenmeisterschaften in Erfurt vor einer Woche im Dreisprung mit 10,25 m die Vizemeisterschaft gewann (den Freiluft-Titel 2015 trägt sie ohnehin). Nun eine Woche darauf, bei den oberfränkischen Hallenmeisterschaften in Ebensfeld, breitete sie einen siegreichen Leistungsteppich in fünf Disziplinen aus (60 m, 60 m Hürden, Weit, Hoch, Kugel). Insgesamt lagen in den Klassen Männer und Frauen sowie weibliche und männliche Jugend die Athleten der LG Bamberg 22 Mal auf Platz 1 und 18 Mal auf den Rängen 2 und 3.

Von den Bamberger Senioren verschafften sich Falk Krause (M 55/ 1. über 60 m in 9,24 Sek.) und Stefan Kunzelmann (M 45/ 2. in 8,14 Sek.) ordentlich Respekt, ebenso die Dreispringer Peter Martini (M 50/ 1. mit 11,02 m) und Peter Schmitt (M35/ 1. mit 10,36 m). In der offenen Frauenklasse steigerte Speerwurf-Spezialistin Simone Schramm ihre persönliche Bestleistung im Kugelstoßen auf 11,84 m und verriet Motivation für den Siebenkampf in den Sprungwettbewerben (1. Dreisprung 10,24 m; 2. Weitsprung 5,04 m). Eva Schmiedeberg (1. Hochsprung 1,55 m) und Nadi-

ne Krügel (1. über 60 m Hürden 9,66 Sekunden) gewannen überlegen.

In der Jugendklasse U 20 bewegten sich Christina Holzner (1. Kugelstoßen 11,34 m) und Daniel Müller (2. Weitsprung 6,44 m) auf hohem bayerischen Niveau. Luisa Ertl als talentierte Siegerin im Weit- und Dreisprung (4,90 m; 10,10 m) zeigte noch technische Unsicherheiten. Langsprinterin Anna-Lena Genz indes dürfte im 60 m-Sprint in 8,33 Sekunden (2. Platz) Mut für die Freiluft-Saison geschöpft haben.

In der Jugendklasse U 18 schoben sich drei Nachwuchsathleten ins Blickfeld, allen voran Oliver Leibbrand (1. Hochsprung 1,74 m; 1. 60 m Hürden 8,87; 2. 60 m 7,65 Sek.), Christian Baumgartl (1. Dreisprung 10,45 m 2. Kugelstoßen 11,97 m) und Samuel Düsel (2. Hochsprung 1,74 m; 3. 60 m 7,67 Sek.). Susanne Noell rundete als Weitsprung-Erste (4,94 m) den Ergebnisspiegel für die LG Bamberg ab.

Aber auch auf nationaler Ebene startete eine Bamberger Leichtathletin. In Bochum fanden die deutschen Winterwurfmeisterschaften statt. Rebecca Zimmer war angetreten, um eine Medaille im Diskuswurf der weiblichen U20 zu erringen. Jedoch reichten ihre 44,83 m nur zu Rang 6. Leistungsmindernder Rückenwind ließ die meisten Favoritinnen scheitern. scm/cs



Oliver Leibbrand gewann die Bezirksmeisterschaft im Hochsprung in der Altersklasse U18.

Foto: privat



# Läufer trotzen Schmuddelwetter

FT 26.2.16

**LEICHTATHLETIK** Bei der oberfränkischen Cross-Bezirksmeisterschaft im Forchheimer Kellerwald war die LG Bamberg mit acht Siegen einer der erfolgreichsten Vereine.

**Bamberg** - Die oberfränkische Crosslauf-Meisterschaft fand im Forchheimer Kellerwald statt. Die Bedingungen waren im Vergleich zu den Vorjahren alles andere als angenehm. Während der gesamten Veranstaltung setzte andauernder Schneeregen den Teilnehmern zu. Nichtsdestotrotz waren alle Läufe zahlenmäßig gut besetzt. Die LG Bamberg errang acht Goldmedaillen und gehörte damit wieder zu den erfolgreichsten Vereinen.

Das Rennen über die Mittelstreckendistanz (3460 m) war der teilnehmerstärkste Lauf, da hier Frauen, Männer, Jugend (U18 und U20) und die Altersklassen (ab M50 und ab W35) zusammen starteten. Michael Weißhaupt von der LG Bamberg musste sich wie im Vorjahr nur dem Gesamtsieger Daniel Rosenberg (LG Hof) knapp geschlagen geben und wurde Zweiter.

In der Einlaufliste für die oberfränkische Wertung tauchten auf den Plätzen 5 und 7 mit Julian Wecera und Jan Heusinger zwei weitere Läufer der LGB auf. Mirco Helmreich (TSV Scheßlitz) wurde Gesamt-Vierter. Der Mannschafts-Sieg ging mit den oben genannten Läufern deutlich an die LG Bamberg, gefolgt vom TSV Scheßlitz mit Helmreich, Michael Leicht und Werner Dotterweich. Weitere Titel in ihren Altersklassen errangen Elvira Flurschütz (Frau-



Bei Schneeregen und böigem Wind machten sich die Läufer auf die Mittelstrecke (3460 Meter) im Forchheimer Kellerwald.

Foto: Zetzmann

en-Hauptklasse, SC Kemmern), Carmen Stichling (W45, IfA Nonstop Bamberg) und Sybille Vogler (W60, SC Kemmern). Podest-Platzierungen erreichten folgende Läuferinnen und Läufer: Krystyna Lopatina (2. WU18, LGB), Luca Konetzny (2. MU18, TSV Scheßlitz), Nadja Langer (3. Frauen-Hauptklasse, TSV Scheßlitz), Klaus Geuß (3. M50, SC Kemmern), Michael Leicht (2. M55, TSV Scheßlitz), Monika Langer (3. M45, TSV Scheßlitz) und

Alois Zenk (2. M65, TSV Scheßlitz).

Bei den Mannschaftswertungen der Frauen ging der zweite Platz an den SC Kemmern mit Flurschütz, Vogler und Rebecca Rink. Bei der Mannschaftswertung der Männer-Altersklassen erreichte der TSV Scheßlitz ebenfalls den zweiten Platz mit Leicht, Dotterweich und Thomas Hüppe.

Der anspruchsvollste Lauf war das Langstreckenrennen der Männer. Der „LGB-Dauer-

brenner“ Roland Wild, immerhin schon fast 50 Jahre alt, musste sich hier auf dem schweren Parcours über vier Runden mit einer Gesamtlänge von 7,95 km nur dem deutlich jüngeren Gesamtsieger Timo Gieck (TV 1848 Coburg) knapp geschlagen geben. Als Gesamt-Zweiter belegte Wild den ersten Platz in der M45. Unmittelbar dahinter folgte Marco Sahm, ebenfalls LGB, der sich dadurch den Sieg in der M40 sicherte. Zusammen mit Edgar Loch wurden damit auch

die Mannschaftstitel gesamt und in der AK M40 bis 45 für die LGB gewonnen. Der zweite Platz in der Mannschaftswertung gesamt ging an den TSV Scheßlitz mit Alexander Langer, Mirco Helmreich und Dirk Uhlig.

## Drei Schülerläufe

Im Schülerlauf 1 für die Altersklasse (AK) U10, der über eine hügelige, 1080 m lange Runde führte, war Johanna Stichling (IfA Nonstop Bamberg) die einzige Vertreterin aus dem Raum Bamberg. Als eine der Jüngsten im Feld wurde sie Gesamt-Fünfte, und in ihrer Altersklasse W8 erreichte sie den ersten Platz. Der Schülerlauf 2 für die U12 wurde auf der gleichen Strecke ausgetragen. In der W10 holte sich Theresa Andersch (LG Bamberg) die Goldmedaille ebenso wie ihr Team-Kamerad Finn Rademacher in der M10. Nur ein paar Sekunden hinter dem Sieger erreichte Laurenz Stichling (IfA Nonstop Bamberg) den dritten Platz in der M10.

Der Schülerlauf 3 für die U14 und U16 verlief über eine größere Runde mit einer Länge von 2330 m. Podest-Platzierungen erlebten sich Elia Gegner (3. M12) und Sarah Andersch (3. W14), beide von der LG Bamberg. Der erste Platz in der W13 ging an Fanny Eichenhüller (LG Bamberg).



# Talente der LG Bamberg sichern sich sieben Bezirkstitel

**Ebensfeld** – Bei der oberfränkischen Meisterschaft gingen ungewöhnlich wenige Leichtathleten in den Schülerklassen an den Start, da die Dreifachturnhalle in Ebensfeld bis kurz vor dem Termin als Notunterkunft für Flüchtlinge reserviert war. Trotzdem überzeugten die Bamberger Starter mit erfreulichen Leistungen und riefen sogar ein paar Bestleistungen ab.

In der M15 absolvierte Jakob Löblein seinen ersten Wettkampf für die LG Bamberg. Trotz einer relativ kurzen Wettkampfvorbereitung konnte er sich schon gut gegen die Konkurrenz behaupten und wurde mit 1,54 m im Hochsprung oberfränkischer Vizemeister. Hier sind sicherlich noch Leistungssprünge im Sommer zu erwarten. Marius Wicht überzeugte wie gewohnt über die 60 m in der Altersklasse M14. Mit 8,53 Sek. teilte er sich Platz 2 mit einem Athleten des TSV Neunkirchen am Brand. Auch im Kugelstoßen (4 kg) belegte er mit 8,34 m den zweiten Platz. Ein weiterer Vizetitel ging an Lena Göller. Sie sprintete in der Altersklasse W15 in 8,63 Sek. auf den zweiten Platz. Im Kugelstoßen holte



**Einen ihrer vier Titel sicherte sich Naomi Krebs im Hochsprung.**Foto: privat

Lena sich den dritten Platz, indem sie mit der Drei-Kilo-Kugel 7,80 m erzielte.

In der Altersklasse W14 waren die Teilnehmerfelder weit aus größer als in den anderen Schülerklassen. Aurelia Germann wurde mit erfreulichen 1,35 m oberfränkische Vizemeisterin im Hochsprung. Hanna Trusen meisterte die Hürdenstrecke in 11,69 Sek., was einen weiteren zweiten Platz bedeutete. Franziska Heger platzierte

sich gleich dreimal auf dem Treppchen. Sie wurde Zweite über die 60 m in 8,90 Sek. und Dritte im Weitsprung mit 4,36 m. Im Kugelstoßen überzeugte sie mit einer neuen persönlichen Bestleistung und entschied mit 8,46 m den Wettkampf mit mehr als einem halben Meter Vorsprung für sich.

## Vier Titel gehen an Naomi Krebs

In der Altersklasse W13 sicherte sich Naomi Krebs vier erste

Plätze. Da sie erst sehr spät in den Hochsprungwettkampf einstieg, machte sich die lange Wartezeit etwas bemerkbar. Immerhin konnte sie noch 1,40 m überspringen, was für eine Hallenmeisterschaft im Rahmen des Möglichen lag. Über die Sprintstrecken hängte sie das Feld gleich um einige Meter ab und sicherte sich beide Titel. Im 60 m Sprint überquerte Naomi in 8,38 Sek. die Ziellinie – im Hürdensprint blieb die Uhr bei 10,71 Sek. stehen. Naomi erzielte im letzten Weitsprungversuch mit 5,17 m eine neue persönliche Bestleistung. Auf Grund der halbherzigen Landung, ist hier noch deutlich Luft nach oben.

## Julia Weber erfolgreich

Elke Noell startete ebenfalls in der W13. Sie wurde Zweite über die 60 m Hürden in 12,42 Sek., Dritte im Kugelstoßen mit 5,61 m und erzielte einen weiteren dritten Rang über 60 m mit 9,20 Sek. Julia Weber ging in der Altersklasse W12 an den Start. Sie wurde oberfränkische Meisterin über 60 m Hürden in 12,91 Sek. und im Kugelstoßen mit einer Weite von 6,88 m. Im Sprint (9,34) landete sie auf Platz 2. *nk*

# Mario Wernsdörfer bayerischer Meister

**Bamberg** – Bei der bayerischen Crosslaufmeisterschaft in Markt Indersdorf deklassierte Mario Wernsdörfer von der LG Bamberg das Feld über die Langstrecke und holte sich den Titel. Der Vorjahreszweite setzte sich nach 200 m an die Spitze des Feldes und konnte sich sofort etwas absetzen. Trotz Befürchtungen, er könne dieses Tempo nicht über die knapp neun Kilometer durchhalten, setzte sich der zähe Athlet durch.

Im letzten Drittel des Rennens distanzierte er noch seinen einzigen Verfolger, Filmon Abraham (LG Festina Rupertwinkel), und lief nach 28:06 Min. mit einem souveränen Vorsprung von 34 Sekunden als Erster über die Ziellinie. Bronze sicherte sich der Vorjahressieger Tobias Schreindl (LG Passau). „Das war schon hart, aber ich wusste, ich würde es durchstehen, und ich wollte es den anderen möglichst schwer machen“, sagte Wernsdörfer. Er freute sich an diesem Tag gleich über zwei Goldmedaillen freuen, denn mit seinem Teamkollegen Felix Hentschel (7. Platz) und Jerome



**Mario Wernsdörfer und sein härtester Verfolger Filmon Abraham auf der Strecke**

Foto: privat

Epiney, Austauschstudent aus der Schweiz, gewannen die Bamberger die Mannschaftswertung. Es war die erste Goldmedaille für eine Männermannschaft der LG Bamberg seit vielen Jahren.

Alex Schütz führte als routinierte Meisterschaftsläuferin die Juniorinnen der LG Bamberg an

und belegte den sechsten Platz über die 3,6 Kilometer. Die Schwestern Karyna und Krystyna Lopatina belegten die Plätze zehn und elf. Keinem anderen bayerischem Verein gelang es eine Mannschaft zusammenzustellen, somit wurden die Bambergerinnen mit der Goldmedaille ausgezeichnet.

Die Junioren der LG, Johannes Heimbürg (13.), Jan Heusinger (14.) und Tim Vaskovic (15.), kämpften sich gemeinsam durch die 3,6 Kilometer und belegten den dritten Platz in der Mannschaftswertung. Trainingskollege Julian Wecera, schon in der Männerklasse, startete über die gleiche Distanz und lief in der Gesamtwertung des Laufes auf den 34. Platz. Er konnte sich einige Sekunden von seinen Trainingspartnern distanzieren.

Anna Hirt wurde im Lauf der U18 über 2,4 Kilometer Siebte. In der Halle belegte sie bei den „Bayerischen“ vor einigen Wochen noch Platz 2 über 3000 m, mit ihrem Debüt beim Crosslauf war die Nachwuchsläuferin jedoch nicht zufrieden. *red*

# Hentschel läuft neuen Rekord

FT 16.3.16

**KAISERDOMLAUF** In Gaustadt waren rund 600 Teilnehmer in drei Läufen am Start.

**Bamberg** – Beim siebten Kaiserdomlauf, veranstaltet von der Triathlonabteilung der DJK Teutonia Gaustadt, war der Hauptlauf über 10 Kilometer die Auftaktveranstaltung zum Raiffeisencup und auch gleichzeitig die Bamberger Stadtmeisterschaft im Straßenlauf. Gut 600 Läuferinnen und Läufer machten sich auf die Strecke, die mitten durch Gaustadt führte. Bei doch recht frischen Temperaturen und eisigem Wind wurde der Streckenrekord bei den Herren gebrochen.

Den Auftakt bildete der Giro-Uno-Sparkassenlauf. Hier zeigte der läuferische Nachwuchs sein Können. Knapp 50 Schüler bewältigten die 2,5 km lange Strecke mit beachtlichen Ergebnissen. Schnellster war Nico Schellenberger (DJK Don Bosco Bamberg) in 10:56 Min, schnellste Schülerin Theresa Andersch (LG Bamberg) in 10:58 Min. Beim Merkel-Krane-Hobbylauf über fünf Kilometer waren zwei Runden auf der Gaustadter Hauptstraße und am Regnitzufer entlang zu bewältigen. Schnellster Mann war Sebastian Zundler von der DJK Ellwangen in 16:52 Min., gefolgt von Matthias Türk (TDM Bamberg) in 17:37 Min. und Michael Stirnweiß (SSV Forchheim) in 18:15 Min. Bei den Frauen überquerte Carolin Mattern vom OSC Berlin in hervorragenden



**Felix Hentschel (l.) von der LG Bamberg vor seinem schärfsten Verfolger Konstantin Wedel (LAC Quelle Fürth).**

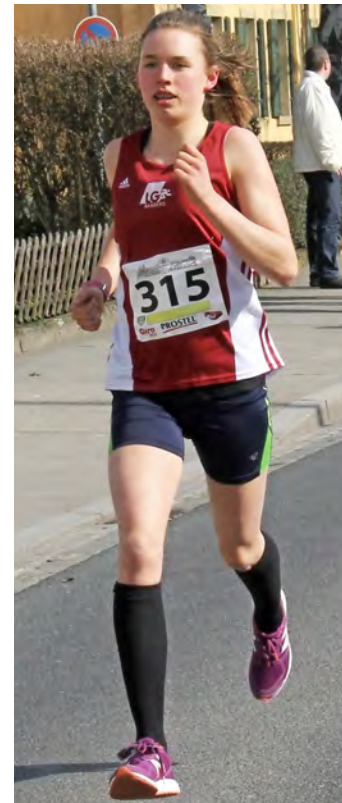
Fotos: privat

17:15 Min. die Ziellinie. Drei Minuten später folgte ihr Alexandra Schütz von der LG Bamberg in 20:17 Min. und Karyna Lopatina (ebenfalls LG Bamberg) in 23:02 Min.

## Erbittertes Duell

Pünktlich zum Start des Hauptlaufes zeigte sich die Sonne. Über 400 Athleten nahmen die Herausforderung über die zehn Kilometer an. Bereits zu Beginn setzte sich Lokalmatador Felix Hentschel von der LG Bamberg an die Spitze, dicht gefolgt vom

Vorjahressieger Konstantin Wedel (LAC Quelle Fürth). Beide lieferten sich auf den ersten zwei Runden ein erbittertes Rennen. In Runde 3 setzte sich Hentschel von seinem Verfolger ab und überquerte die Ziellinie mit neuem Streckenrekord in überragenden 30:22 Min. Der Vorjahressieger Konstantin Wedel erreichte fast eine Minute später in 31:13 Min. die Ziellinie. Dritter wurde Andreas Sperber (IfA Nonstop Bamberg) in 34:08 Min. Bei den Frauen verbuchte Anna Hirt (ebenfalls von der LG



**Anna Hirt gewann auf Anhieb bei ihrem Debüt über zehn Kilometer.**

Bamberg) in ihrem ersten Zehn-Kilometer-Lauf auf Anhieb den ersten Platz für sich. Sie bewältigte die Strecke in hervorragenden 37:48 Min. und lief damit oberfränkischen Rekord in der Altersklasse WJU18. Zweite wurde Carmen Schlichtig-Förtsch vom SC Kemmern in 40:43 Min. Den dritten Platz belegte Arina Altvater (LG Bamberg) in 41:31 Min.

In Zusammenarbeit mit dem Stadtverband für Sport Bamberg wurden im Rahmen des Hauptlaufes auch wieder die Bamber-

ger Stadtmeister im Straßenlauf über zehn Kilometer ermittelt und in den jeweiligen Altersklassen durch den Vorsitzenden Wolfgang Reichmann und Vorstandsmitglied Sigi Prell ausgezeichnet. Teilnehmerstärkste Gruppe war wie in den vergangenen Jahren wieder die Grund- und Mittelschule Gaustadt mit 35 Teilnehmern, gefolgt vom SC Kemmern (32) und dem Team Wieland Electric mit 23 Startern. Ergebnisliste im Internet unter [www.djk-gaustadt-triathlon.de](http://www.djk-gaustadt-triathlon.de) MR

## Die Bamberger Stadtmeister

**Männer, MJU16:** Lukas Hoffmann (IfA Nonstop Bamberg) 42:59 Min.; **MJU20:** Oliver Wernsdörfer (TDM Bamberg) 38:24; **MU30:** Felix Hentschel (LG Bamberg) 30:22; **M30:** Andreas Sperber (IfA Nonstop Bamberg) 34:08; **M35:** Mike Büttner (TDM Bamberg) 38:18; **M40:** Marco Sahm (LG Bamberg) 34:26; **M45:** Roland Wild (LG Bamberg) 34:43; **M50:** Thomas Dippold (ohne Verein) 43:47; **M55:** Bernhard Borschert (ohne Verein) 49:27; **M60:** Helmut Siegler (Rupp+Hubrach Laufteam) 48:49; **M65:** Edgar Krapp (Alpenverein Bamberg) 48:05; **M75:** Robert Brückner (SV Bamberg) 58:36

**Frauen, WJU16:** Antonia Köhnlein FC Bischberg) 1:01:41 Std.; **WJU 18:** Anna Hirt (LG Bamberg) 37:48 Min.; **WU30:** Arina Altvater (LG Bamberg) 41:31; **W30:** Nina Schramm (Team Speckert) 58:13; **W35:** Jennifer Hofman 52:19; **W40:** Susi Rademacher (SC Kemmern) 45:53; **W45:** Daniela Gerner (ohne Verein) 50:28; **W50:** Carola Schulze (DJK LC Vorra) 51:52; **W55:** Kerstin Sures (DJK LC Vorra) 49:28; **W60:** Loni Kramer (ohne Verein) 55:42; **W65:** Elisabeth Addala (DJK LC Vorra) 59:04; **W70:** Sibylle Vogler (SC Kemmern) 54:46

## Mehr Fotos

Weitere Bilder vom Kaiserdomlauf finden Sie bei



# Zahoran gewinnt

**FT 26.3.16**

**Würzburg** – Mehr als 500 Ausdauer-sportler trafen sich im Innenhof des Würzburger Rathauses zum Start des 22. Würzburger Gedächtnislaufs. Der Gedächtnislauf wurde 1995 anlässlich des 50. Jahrestags der Bombardierung Würzburgs ins Leben gerufen. Seitdem findet das Rennen jedes Jahr statt. Die Strecke verläuft meist am Main entlang, auf dem Radweg zwischen Würzburg und Gemünden. Die LG Bamberg vertraten Franziska Freitag und Adam Zahoran. Franziska Freitag belegte auf der 28 km langen Teilstrecke Würzburg – Karlstadt in 2:25:42 Std. Platz 3 bei den Frauen. Zahoran absolvierte zur Vorbereitung auf die deutsche Meisterschaften im Sechs-Stunden-Lauf in Nürnberg am 2. April die Gesamtstrecke bis Gemünden, die diesmal 45 km betrug. Der Ungar benötigte 2:49:00 Std., was einer Marathonzeit von 2:38:30 Std. entspricht. Damit wurde er mit großem Vorsprung Gesamtsieger.

*tk*

# Wernsdörfer Drittschnellster bei Polizei-EM

**Bamberg** – Zum Ende der Crosssaison stand ein Highlight für Mario Wernsdörfer von der LG Bamberg auf dem Programm. Er hatte sich mit der deutschen Auswahl für die europäische Polizeiemeisterschaft im Crosslauf in England qualifiziert.

Im Mutterland des Crosslaufs stand ein sehr selektiver Rundkurs über knapp vier Kilometer,

welcher dreimal zu durchlaufen war, auf dem Programm. Am Start waren 90 Polizisten aus insgesamt 18 europäischen Ländern. Wernsdörfer wollte seine gute Form als Bayerischer Meister im Crosslauf auch auf dem Rundkurs des Princethorpe College in der Nähe von Coventry unter Beweis stellen. Er sorgte von Beginn an für ein hohes

Tempo und sprengte bereits bei Kilometer 2 auf einem langen Bergabstück das große Starterfeld. Lediglich die zwei Deutschen Manuel Stöckert (ebenfals Bayern) und Tom Gröschel (Mecklenburg-Vorpommern) konnten ihm folgen. Stöckert setzte sich im weiteren Verlauf ab, sodass die Entscheidung um Silber und Bronze zwischen Gröschel und Wernsdörfer am letzten Berg fiel. Hier musste der Bamberger dem hohen Anfangstempo sowie den knapp 200 Höhenmetern Tribut zollen und seinem Kollegen bis ins Ziel acht Sekunden ziehen lassen. Wernsdörfer sicherte sich die Bronzemedaille in 37:18 Min. und gehört somit zu den drei schnellsten Polizisten Europas. Die Plätze 1 bis 3 für die drei Deutschen legten die Grundlage für den Titel des Europameister in der Mannschaftswertung. Diesen erlebten sie zusammen mit Patrick Karl (Bayern) und Denis Bäuerle (Baden-Württemberg) vor Frankreich und Spanien. Mit diesem Erfolg beendete Wernsdörfer sein erfolgreiches Frühjahr und geht gestärkt in den Sommer mit einem für ihn ungewohntes Programm auf den Unterdistanzen. *red*



Mario Wernsdörfer (l.) unterwegs im Mutterland des Crosslaufs Foto: pr

# Zahoran erreicht seine Ziele

FT 9.4.16

**LEICHTATHLETIK** Der Ultraläufer der LG Bamberg verteidigt den deutschen Meistertitel im Sechs-Stunden-Lauf und stellt eine neue persönliche Bestzeit auf. Julia Derbfuß holt Bronze.

**Bamberg** – Nachdem Adam Zahoran von der LG Bamberg im vergangenen Jahr in Otterndorf deutscher Meister im Sechs-Stunden-Lauf wurde, war das Ziel für dieses Jahr klar: Titelverteidigung sowie neue persönliche Bestleistung. Beides schaffte er!

Die Meisterschaft wurde dieses Jahr fast vor der Haustür ausgetragen, nämlich mitten in Nürnberg auf einer Rundstrecke von 1522 Metern rund um den Wöhrder See. Um sein Ziel zu erreichen, hatte Zahoran sein Training und die Vorbereitung im Vergleich zum Vorjahr geändert. Durch die Zusammenarbeit mit der Laufexpertin Julia Derbfuß hatte er nicht nur seine Ernährung umgestellt, sondern auch mehrere Lauftechnik-Kurse absolviert und drei- bis viermal in der Woche Rumpfstabilisationsübungen in das Trainingsprogramm eingebaut.

## Weltklasseleistung

Aufgrund dieser positiven Änderungen sowie einer zehnwöchigen intensiven Vorbereitungszeit konnte er sein Ziele verwirklichen. Er wurde wieder deutscher Meister mit einer Weltklasseleistung von 87,91 Kilometern (Marathondurchschnitt 2:53 Stunden). Das ist eine neue persönliche Bestleistung und bedeutet aktuell Rang 2 in der Weltjahresbestenliste.



**Adam Zahoran war bei der deutschen Meisterschaft auf den Punkt topfit.**

Foto: Ernst Räder

Die Wetterbedingungen waren, abgesehen von den ungewöhnlich warmen Temperaturen, fast optimal. Die Rennteilung des erfahrenen Ultralangstreckenläufers war nahezu perfekt. In der ersten Stunde lief

er bewusst zurückhaltend, um die Form der Konkurrenz zu testen. In dieser Anfangsphase befand er sich in einer Vierergruppe. Nach der ersten Stunde erhöhte er sein Tempo langsam und trennte sich von dieser

Gruppe. Der Führende Matthias Dippacher (LSG Karlsruhe) hatte zu diesem Zeitpunkt noch 300 m Vorsprung. Nach zwei Stunden hatte Zahoran diesen Läufer eingeholt. Zur Halbzeit übernahm er dann die alleinige Führung und gab diese bis zum Schluss nicht mehr ab. Den Vorsprung auf Matthias Dippacher baute er bis zum Schluss auf über 3,3 km aus. Dieser wurde dann nach hartem Kampf um Silber Vizemeister vor Karsten Stegner vom SC Amberg.

## Erfolgreiches Debüt

Auch Julia Derbfuß (Ifa Non-stop Bamberg) nahm selbst bei dieser deutschen Meisterschaft teil. Sie absolvierte insgesamt 63,179 km und debütierte somit erfolgreich als Ultramarathon-Läuferin. Sie erreichte Platz 15 in der Gesamtwertung und holte sich in ihrer Altersklasse W40 die Bronzemedaille.

Ein Ultralangstreckenlauf kann erst dann optimal absolviert werden, wenn man Betreuung an der Strecke zur Verfügung hat. In dieser Funktion war der ehemalige Spitzenläufer Manfred Dusold im Einsatz, der sowohl Julia Derbfuß als auch Adam Zahoran an der Strecke unterstützte. Durch seine engagierte und professionelle Betreuung trug er zweifelsohne zum Bamberger Team-Erfolg bei.

red



# Ganz vorne mitgelaufen

**HALBMARATHON** Elvira Flurschütz vom SC Kemmern wird Dritte bei den bayerischen Meisterschaften in Bad Staffelstein.

**Bad Staffelstein** – Bei optimalem Laufwetter hat der überregional bekannte Obermain-Marathon vor der tollen Landschaftskulisse des „Gottesgartens am Obermain“ seine zwölfte Auflage erfahren. Angeboten wurden bei dem vom TSV 1860 Staffelstein veranstalteten Lauf unterschiedliche Streckenlängen. Höhepunkt war in diesem Jahr die Austragung der bayerischen Meisterschaften im Halbmarathon (21,0975 km).

Die oberfränkischen Meisterschaften wurden gleich mit ausgetragen. Aufgrund der Meisterschaften standen über 1000 Teilnehmer an der Startlinie. In einem spannenden Rennen wurde Katka vom Dorp (PTSV Rosenheim) in 1:22:11 Std. bayerische Meisterin. Mit zehn Sekunden Rückstand folgte Constanze Bold vom SWC Regensburg. Elvira Flurschütz vom SC Kemmern präsentierte sich er-

neut in Topform und kam als Gesamt-Dritte in neuer persönlicher Bestzeit von 1:24:20 Std. ins Ziel und wurde zugleich oberfränkische Meisterin. In der Mannschaftswertung der Damen, Altersklasse (AK) W35 bis W45, holte sich der SC Kemmern die Silbermedaille in der Besetzung Jessica Vogt (5. W35; 1:38:43 Std.), Susi Rademacher (6. W40; 1:39:47) und Martina Eigner-Loch (5. W45; 1:39:49).

Für eine Überraschung sorgte Christine Geuß: Sie wurde Vizemeisterin in der AK W50 in 1:40:05 Std. Alterserscheinungen scheint es bei der 71-jährigen Kemmernerin Sibylle Vogler nicht ansatzweise zu geben. Sie gewann die Altersklassenwertung in der W70 in der ausgezeichneten Zeit von 1:59:42 Std. und ließ damit rund 100 Läuferinnen hinter sich, die ihre Kinder oder gar Enkel sein könnten. Mit Anna Polanski (1:53:40; 9. W50), Sibylle Vogler und Christine Geuß konnte wiederum eine Vizemeisterschaft für den SC Kemmern in der Mannschaftswertung W50 und älter eingefahren werden.

Bayerischer Meister bei den Männern wurde Solomon Merne Eshete vom TV Wasserlos in 1:07:58 Std. Schnellster aus dem Raum Bamberg war Marco Sahm mit 1:17:04 Std. als Gesamt-25. Er wurde mit der Silbermedaille in der AK M40 belohnt. Zusammen mit Roland Wild (5. M45; 1:17:12) und Tobias Teuscher (7. M45; 1:18:52) konnte sich die LG Bamberg in der Mannschaftswertung AK M35 bis M45 den zweiten Platz sichern.

Von der DJK SC Vorrä er kämpfte sich Klaus Belzer in



**Auf dem Weg zum dritten Platz ließ Elvira Flurschütz auch so manchen Herren hinter sich.** Fotos: Kiefner/privat

1:18:45 Std. die Bronzemedaille in der AK M40. Für den TSV Scheßlitz erlief Michael Leicht den dritten Platz in der AK M55 in 1:24:31 Std. *klg*

## Weitere Ergebnisse

**Bayerische Meisterschaften, Halbmarathon Männer:** 34. (8. M45) Christian Schwab (SC Memmelsdorf) 1:19:27; 43. (7. M35) Sven Starklauf (DJK SC Vorrä) 1:21:38; 47. (6. M40) Rainer Kirchner (LG Veitenstein) 1:22:06; 52. (6. M50) Klaus Geuß (SC Kemmern) 1:22:26; 68. Christopher Lippold (SC Kemmern) 1:23:30; 70. (9. M40) Edgar Loch (LG Bamberg) 1:23:42; 71. Matthias Fröhlich (SC Kemmern) 1:23:55; 72. Oliver Werns-

dörfer (TDM Bamberg) 1:24:01; 78. (9. M35) Alexander Kurz (LG Bamberg) 1:24:28; 84. (10. M35) Uwe Trendelenburg (TSV Scheßlitz) 1:25:16; 85. (15. M50) Werner Dotterweich (TSV Scheßlitz) 1:25:44; 93. (12. M40) Sascha Rödel (TDM Bamberg) 1:27:28; 101. (18. M50) Gerhard Dobmeier (TriRockets Bamberg) 1:28:25; 121. Jens Müller (DJK Teutonia Gaustadt) 1:30:32; 132. Andreas Straßberger (SC Kemmern) 1:32:17; 137. (24. M50) Dieter Bastian (DJK SC Vorrä) 1:32:43; 139. (25. M50) Ulrich Schönfeld (TSV Scheßlitz) 1:33:12; 158. (22. M45) Dirk Uhlig (TSV Scheßlitz) 1:36:05; 163. Robin Helmreich (TSV Scheßlitz) 1:37:17; 183. (13. M35) Harald Reges (DJK Teutonia Gaustadt) 1:39:55; 184. (30. M50) Helmut Hoffmann (DJK SC Vorrä) 1:40:02; 187. (31. M50)

Klaus Schmitz (SC Kemmern) 1:40:05; 188. (32. M50) Erwin Wahl (LG Veitenstein) 1:40:06; 203. (13. M60) Jürgen Sinthofen (DJK Teutonia Gaustadt) 1:43:46; 204. Lukas Wicht (SC Kemmern) 01:43:49; 220. (10. M65) Alois Zenk (TSV Scheßlitz) 1:49:30; 244. (18. M55) Anton Schmitt (SC Kemmern) 1:58:26; 258. (15. M35) Oliver Hain (TSV Scheßlitz) 2:06:40; 263. (12. M65) Rudolf Groh (TSV Scheßlitz) 2:12:02

**Halbmarathon Frauen:** 161. Gudrun Michels (SC Kemmern) 1:36:53; 169. Carina Brettmann (DJK Teutonia Gaustadt) 1:38:07; 180. (4. W45) Gabi Bastian (DJK SC Vorrä) 1:39:38; 201. Linda Wagner (SC Kemmern) 1:42:55; 245. Nicole Postler (SC Kemmern) 1:58:46; 261. (15. W50) Michaela Rümmer (DJK Teutonia Gaustadt) 2:07:51



**Sibylle Vogler**

# Wetterfeste LG-Talente

FT 30.4.16

**LEICHTATHLETIK** Die Bamberger schneiden bei den „Oberfränkischen“ erfolgreich ab.

**Bamberg** – Bei winterlichem Wetter haben in Forchheim die oberfränkischen Meisterschaften der Altersklasse U20 stattgefunden. Wegen des frühen Termins und der widrigen Bedingungen fanden sich wenige Vereine auf der Sportinsel ein. Viele Athleten der LG Bamberg und der LG Forchheim trotzten den Verhältnissen.

Zwei U20-Athletinnen der LG holten drei Titel: Anna-Lena Genz siegte bei starkem Gegenwind über 100 m (13,24 Sek.) und 200 m (26,87), Lisa Geissler gewann über 100 m (18,18 Sek.) und 400 m Hürden (78,82). Beide starteten mit Mona Loch und Luisa Ertl in der 4x100-m-Siegerstaffel, die sich mit ihren 51,99 Sek. für die „Bayerischen“ qualifizierte. Luisa Ertl gewann den Weitsprung mit 5,03 m. Das Kugelstoßen dominierte wieder Christina Holzner (10,78 m), die vor Ann-Christin Kropf und Nina Neundorfer gewann. Einen überraschenden Doppelsieg in der U20 gab es für Jana Münchenbach, die den Hochsprung mit 1,40 m und die 800 m in 2:36,56 Min. gewann.

Die U20-Staffel der männlichen LG-Athleten lief in der Besetzung Oliver Leibbrand, Da-

niel Müller, Niklas Grüner und Jonas Seidler. Als einzige teilnehmende Staffel gewann sie in guten 45,49 Sek. Daniel Müller gewann die 400 m Hürden (59,82). Trotz der für ihn höheren Hürden in der Altersklasse U20 blieb er unter einer Minute.

Die herausragende Leistung zeigte im letzten Lauf, den 5000 m, die 15-jährige Anna Hirt. Sie startete als einzige weibliche Teilnehmerin. Fast die ganze Strecke absolvierte sie im Alleingang. Auch wenn ihre Zeit langsamer als erhofft war, so stellte sie dennoch in 18:00,38 Min. einen neuen oberfränkischen U18-Rekord auf. Den U20-Titel gab es obendrauf.

Bei den gleichzeitig ausgetragenen Staffel- und 800-m-Meisterschaften für den Kreis Oberfranken Süd wurde Theresa Andersch Zweite in der W10 über 800 m in 2:58,52 Min. Ebenfalls Silber ging an Elke Noell in 2:45,78 vor Vanessa Siller in 2:57,53 in der W13. Eine weitere Vizemeisterin gab es mit Annika Lang in der W14 in 2:53,30. Über Platz 1 freuten sich Lea Weber in der U18 in 2:42,02 sowie Tonia Weichert in 2:29,44 bei den Frauen. Bei den Jungen wurde Leo Sommer Zweiter in



**Anna Hirt**

Foto: privat

2:48,00 Min. in der M11 und Michael Weißhaupt gewann den Kreismeistertitel in 2:10,38 Min. bei den Männern. Über die 5000 m testeten Marco Sahn (16:46,96 Min.), Roland Wild (16:47,97) und Jan Heusinger (17:09,08) ihre Form.

In den stark besetzten Staffeltwettbewerben gewann die LG Bamberg in der weiblichen U12 über 4x50 m mit Maya Sinnappoo, Leonie Neundorfer, Lea Kithier und Lara Fleischmann in 32,17 Sek. Weiteres Gold und Silber gingen in der U16 über 4x100 m an Franziska Heger, Jana Kraus, Emma Leising und Hanna Trusen in 55,73 Sek. vor der zweiten Staffel der LG Bamberg mit Sarah Andersch, Annika Lang, Weike Markert und Julia Reichel (56,58).

Bei winterlichen Bedingungen startete auch Rebecca Zimmer in die Saison. Im tschechischen Susice warf sie den Diskus auf 48,05 m. Damit steht sie aktuell auf Rang 2 in der Altersklasse U20 in Deutschland. dh/cs

# **Anna Gütlein führt Bestenliste an**

**Bamberg** – Nach langer Verletzungspause startete Anna Gütlein (LG Bamberg, W14) am bei der Bahneröffnung in Eschenbach in der Oberpfalz in die Freiluftsaison. Angeleitet von dem Landestrainer Speer Josef Schaffarzik, bei dem sie auch seit kurzem in Nürnberg trainiert, gewann sie mit deutlichem Vorsprung ihren ersten Wettkampf mit dem 500 Gramm schweren Speer mit einer Weite von 36,17m. Damit führt sie nun die bayerische Bestenliste in ihrer Altersklasse an.

**FT 3.5.16**

*red*



# Dreimal auf Treppchen

FT 7.5.16

**LEICHTATHLETIK** Bei der bayerischen Langstaffelmeisterschaft zeigten die Teams der LG Bamberg, dass mit ihnen in dieser Saison zu rechnen ist.

**Bamberg** - Die bayerische Langstaffelmeisterschaft fand in Gilching statt. Die LG Bamberg erlief mit vier Staffeln drei Medallensätze und einen vierten Platz.

Die Athletinnen der U20 zeigten bei der 3 x 800m-Staffel, dass mit ihnen in dieser Saison zu rechnen ist. Sie gewannen das zunächst sehr spannende Rennen schließlich mit großem Abstand. Startläuferin Karyna Lopatina lief ein couragiertes Rennen mit Bestzeit, musste aber eine kleine Lücke zu den in Führung liegenden Staffeln aus Wolfstein und Germering reißen lassen. Ihre Schwester Krystyna Lopatina konnte diese Lücke durch eine sehr gute erste Runde auf ca. 15 Meter verkleinern. Schlussläuferin Anna Hirt machte bereits nach 150 m kurzen Prozess mit den Gegnern und schüttelte diese mit einem kurzen Antritt ab. Das hohe Anfangstempo konnte das Talent aus Bamberg halten und somit mit großem Abstand das Rennen in 7:38,31 Min. für die LG Bamberg entscheiden.

Im Rennen der Frauen begann Tonia Weichert mit zwei sehr gleichmäßigen und beherzten Stadionrunden. Die Siegerstaffel aus Fürth war zu diesem Zeitpunkt bereits weit voraus. Mit etwa 30 Meter Rückstand schickte sie ihre Schwester Sara Weichert los. Diese lief nicht nur an die zweitplatzierten Penzberger heran, sondern überspurtete sie im Schlusssprint noch. Zu-



**Die Läuferinnen der LG Bamberg, vorne v. l.: Karyna Lopatina, Krystyna Lopatina, Anna Hirt, Klara Arnoldt; hinten v. l.: Tonia Weichert, Sara Weichert, Alexandra Schütz, Julia Müller, Jana Münchenbach, Anna-Lena Genz**

Foto: privat

letzt übernahm Alexandra Schütz das Staffelholz. Sie nahm der Konkurrenz auf den letzten Metern noch 14 Sekunden ab. Die Staffel freute sich mit einer Zeit von 7:19,04 Min. über den zweiten Platz.

Die talentiertesten Langsprinterinnen der LG eröffneten anschließend den Reigen der 4 x 400m-Staffeln in der Klasse der U20. Hürdenspezialistin Klara Arnoldt imponierte gleich zu Beginn durch einen druckvollen Lauf und übergab als Erste an

Julia Müller, die den Vorsprung über die zweite Stadionrunde tapfer verteidigte. Auch Jana Münchenbach auf der dritten Position übergab das Staffelholz als Führende an Anna-Lena Genz, die von der Spitze weg den hart erkämpften Vorsprung souverän verteidigte. In 4:14,66 Min. blieben die Nachwuchssprinterinnen nur knapp über der Qualifikationsnorm zur deutschen Meisterschaft und konnten sich trotz des undankbaren vierten Platzes im End-

klassement über ihre tollen Einzelzeiten freuen.

Am Ende des Tages traten nochmal Alexandra Schütz, Karyna Lopatina, Krystyna Lopatina und Tonia Weichert bei der 4 x 400m-Staffel der U23 an. Da nur die klar favorisierten Gegner aus Karlstadt-Gambach-Lohr eine Staffel gemeldet hatten, erreichten die bereits durch die 800 m geschwächten Bamberger Läuferinnen auch hier mit 4:21,61 Minuten den zweiten Platz.

red

# Erfolgreicher Start in die Freiluftsaison

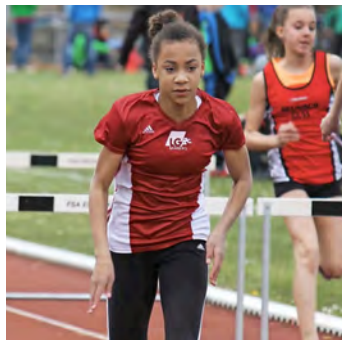
FT 9.5.16

**Bamberg** – Bei der Eschenbacher Bahneröffnung gingen viele Leichtathleten der LG Bamberg zum ersten Mal in der Freiluftsaison an den Start. Trotz trockenem Wetter hieß es, mit starken Windböen klarzukommen – was in den meisten Fällen erfolgreich verlief.

Johannes Bayer absolvierte nach einer längeren Verletzungspause wieder einen Wettkampf. Besonders erfreulich waren sein dritter Platz über 800 m (2:37,85 Min.) und seine neue persönliche Bestleistung im Hochsprung (1,42 m). Den zweiten Platz über 800 m in der Altersklasse U16 belegte sein Trainingskollege Jonathan Vogels mit 2:37,85 Min. In der Al-

tersklasse U18 wurden weitere Treppchen-Platzierungen an die LG Bamberg vergeben. Oliver Leibbrand belegte gleich drei erste Plätze. Er siegte im Weitsprung (5,87 m), über 110 m Hürden (15,96 Sek.) und über 100 m (11,79 Sek.). Samuel Düsel belegte mit 11,91 Sek. den zweiten Platz über 100 m. Außerdem wurde er Erster über 200 m (24,89 Sek.) und belegte den dritten Platz im Weitsprung (5,78 m).

Mia Güthlein ging im Ballwurf an den Start und sicherte sich mit 25,00 m Platz 3. In der U14 stellte Naomi Krebs im Hochsprung eine neue persönliche Bestleistung auf. Platz 3 mit 1,50 m lautete das Resümee. Im



**Naomi Krebs gewann nicht nur den 75-m-Hürdenlauf.** Foto: privat

Weitsprung (5,04 m), über 75 m (10,23 Sek.) und über 60 m Hürden (10,27 Sek.) zeigte sie ihre gewohnte Stärke und sicherte sich jeweils den ersten Platz.

Marlene Gehring ging ebenfalls in der U14 an den Start und rief besonders in ihrer Paradedisziplin über 800 m ihre Leistung ab (2:57,60 Min). Sie belegte in einem starken Teilnehmerfeld Platz 3. Mit Julia Weber ging eine wurfstarke Bambergerin an den Start. Sie sicherte sich jeweils den ersten Platz im Diskuswurf (25,65 m) und im Speerwurf (20,48 m). Anna Güthlein rief mit 36,17 m im Speerwurf eine Spitzenleistung zum Saisonstart ab und wurde dafür mit Platz 1 belohnt. Eine weitere Treppchen-Platzierung ging durch Susanne Noell an die LG Bamberg. Sie belegte in der U18 im Weitsprung Platz 3 mit 4,77 m. NK



# Wild als Erster auf der Burg

FT 10.5.16

**VOLKSLAUF** Der Routinier von der LG Bamberg gewann die 19. Auflage des Altenburg-Bergsprints. Bei den Frauen gab es eine Überraschung: Hanna Krauß hängte Titelverteidigerin Carmen Schlichting-Förtsch ab.

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED  
**CHRISTIAN REINISCH**

**Bamberg** – Es war ein spannendes Rennen bei Traumwetter und vor einer Traumkulisse: Der Altenburg-Bergsprint, der zum 19. Mal ausgetragen wurde, bot zwei packende Duelle – eines bei den Männern, eines bei den Frauen. In beiden Fällen stand Erfahrung gegen Jugend. Einmal siegte die Routine, im anderen Fall die Unbekümmertheit.

Rund 110 Sportler – der jüngste 12, der älteste 82 Jahre alt – hatten sich zum Start im Teufelsgraben eingefunden, um sich auf den Weg zum 130 Meter höher gelegenen Wahrzeichen Bambergs zu machen. Die besondere Herausforderung des Bergsprints besteht ja gerade darin, auf der relativ kurzen Distanz von 4,5 Kilometern ein hohes Tempo zu gehen, ohne an den teilweise langen und bissigen Anstiegen zu viele Kräfte zu lassen. Schon die erste lange Rampe an der Altenburger Straße kann da unter taktischen Gesichtspunkten verhängnisvoll sein, wenn man sie zu schnell hochsprintet.

Roland Wild (LG Bamberg), der regelmäßig an den Hängen der Altenburg trainiert und dort praktisch jeden Maulwurfshügel kennt, ging das Rennen zunächst verhalten an. Erst auf der welligen Runde zu Füßen der Burg konnte er aufschließen zu dem konditionsstarken Triathleten Chris Dels (Tri Rockets). Die beiden lieferten sich ein enges Rennen, bis der 48-jährige Wild ganz gezielt den steilen Schlussanstieg nutzte, um sich von seinem 16 Jahre jüngeren Rivalen abzusetzen. Im Ziel hatte Wild sieben Sekunden Vorsprung vor Dels. 19:12 Minuten lautete die Siegerzeit, mit der er sich zugleich die oberfränkische Meisterschaft im Berglauf sicherte. Dritter des Altenburg-Bergsprints wurde Michael Sturm



**Roland Wild hat auf dem Weg hinauf zur Altenburg. Der Routinier der LG Bamberg setzte sich auf seiner Hausstrecke erst am Schlussanstieg ab.**

(ohne Verein) in 20:08 Min. vor Tobias Teuscher (LG Bamberg) in 20:37 Min.

Bei den Frauen entwickelte sich ein ähnlicher Zweikampf, an dessen Ende sich jedoch nicht die erfahrene, sondern eine junge Sportlerin durchsetzte, die eigentlich Schwimmerin ist: Hanna Krauß (SV Bamberg) entthronte die mehrfache Bergsprint-Siegerin und aktuelle Titelverteidigerin Carmen Schlichting-Förtsch (SC Kemmern). Auch hier gab es ein enges Rennen. Auf der Runde unterhalb der Burg wechselte die Führung hin und her, ehe Krauß den Schlussanstieg zu einem starken Antritt nutzte und nach 22:52 Min. im Ziel war. Bemerkenswert war dieser Überraschungssieg auch deshalb, weil der Bergsprint der erste echte Lauf-Wettkampf in der sportlichen Karriere der 22-jährigen Schwimmerin war.

Carmen Schlichting-Förtsch (23:08), die vor zwei Jahren den Bergsprint zum „schönsten Lauf, den ich kenne“ erklärt hatte, erwies sich als faire Verliererin: „Schön war’s trotzdem“, sagte sie bei der Siegerehrung. Immerhin konnte sie sich mit dem Titel der oberfränkischen Meisterin im Berglauf trösten, da Krauß für diese Wertung nicht gemeldet war. Drittschnellste Frau im Ziel war Kerstin Lutz (TSV Burghaslach) in 23:57 Min.

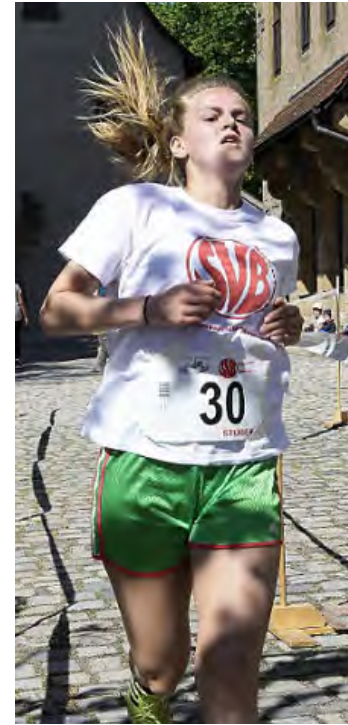
## Ideale Bedingungen

Die idealen Wettkampfbedingungen sorgten auch für andere bemerkenswerten Leistungen. So ließ der 15 Jahre junge Kristof Kalocsai (TV 1848 Coburg) sein Talent aufblitzen und lief in bemerkenswerten 21:53 Min. auf Rang 16 der Gesamtwertung. Am anderen Ende der Altersskala demonstrierte Kurt Herbicht

(TSV 1860 Staffelstein), dass man auch mit 67 Jahren noch weit vorne mitmischen kann: Mit seinen 23:12 Min. lag er noch im ersten Viertel des Gesamtfeldes. Nicht zu vergessen der Senior des Feldes, Lauf-Urgestein Alfred Zach von der TS Lichtenfels, der mit seinen 82 Jahren einmal mehr demonstrierte, wie fit Ausdauersport auch im hohen Alter halten kann.

Die Mannschaftswertung gewann bei den Männern die LG Bamberg I mit Roland Wild, Tobias Teuscher und Edgar Loch in 1:01:21 Std. Bei den Frauen lag das Team SC Kemmern I vorne mit Carmen Schlichting-Förtsch, Isabelle Schöffl und Jessica Vogt (1:15:34 Std). Der teilnehmerstärkste Verein war der SV Bamberg mit 13 Läuferinnen und Läufern.

Bambergs Dritter Bürgermeister Wolfgang Metzner erin-



**Überraschungssiegerin Hanna Krauß**  
Fotos: sportpress

nerte in seinem Grußwort vor der Siegerehrung an den „Erfinder“ des Bergsprints: Willy Heckel, langjähriger Leiter der FT-Lokalredaktion, hatte den Lauf 1993 erstmals austragen lassen. Der Bergsprint, bekannt auch als Willy-Heckel-Gedächtnislauf, wird seit 2012 von der Laufgruppe des Schwimmvereins (SV Bamberg) in Kooperation mit dem Altenburgverein ausgerichtet. Er soll auch künftig alle zwei Jahre Anfang Mai ausgetragen werden, und zwar immer im Wechsel mit dem Weltkulturerbelauf. Alle Ergebnisse unter [http://www.wkmiad.de/wk\\_ergebnisse.php](http://www.wkmiad.de/wk_ergebnisse.php)

## Bildergalerie

Weitere Fotos vom Altenburg-Bergsprint finden Sie bei



# LG-Weitspringer sind spitze

FT 16.5.16

**LEICHTATHLETIK** Die Bamberger U18-Athleten Mona Loch und Leo Seubold überzeugen beim Start in die Freiluftsaison.

**Bamberg** – Das traditionsreiche Rolf-Watter-Sportfest in Regensburg gilt seit Jahren für viele bayerische Leichtathleten als inoffizieller Startschuss in die Sommersaison. So gingen auch diesmal zahlreiche Spitzenathletinnen und -athleten an den Start, von denen Zehnkämpfer und Olympiateilnehmer Arthur Abele diesmal der prominenteste war. Warme Temperaturen ermöglichten vor allem in den technischen Disziplinen Leistungen auf erstklassigem Niveau. In den Sprintwettbewerben hingegen machte ein heftiger Gegenwind den Läufern sehr zu schaffen, sodass diesmal einzig die Platzierung als Formbarometer dienen konnte.

Als harte Formüberprüfung auf der kurzen Strecke sollte auch der mit Spitzenläufern gespickte 1500m-Lauf für den 3000m-Hindernisspezialisten Felix Hentschel von der LG Bamberg dienen. Nach zwei taktisch geprägten und nur leicht dosierten Anfangsrunden löste sich der favorisierte Felix Plinke (Telis Regensburg) mit einem flotten Antritt überraschend leicht aus einem bis dahin bestehenden Spitzentrio und ließ im weiteren Rennverlauf keine echte Aufholjagd mehr zu. Durch eine erstaunlich schnelle Schlussrunde und einen harten Sprint auf der Zielgeraden er-

kämpfte sich Hentschel in 3:58,52 Min. den dritten Rang und die Gewissheit, durch diesen Lauf die angestrebte Tempohärte zumindest im letzten Rennabschnitt erfolgreich aufgefrischt zu haben.

Ganz nah an die Elf-Minuten-Marke lief die LG-Mittelstrecklerin Sara Weichert im 3000m-Lauf der Frauen. Sie verbesserte ihre persönliche Bestmarke um stolze 24 Sekunden auf 11:00,19 Min.

In der Jugendklasse wurden schließlich für die LG Bamberg auch einige Siege eingefahren. So glänzte die eingespielte 4x100m-Staffel mit einem ersten Platz bei der männlichen U20 trotz zweier schwacher Wechsel mit neuer Bestzeit von 44,68 Sek. in der Besetzung Niklas Grüner, Florian Leibbrand, Daniel Müller und Samuel Düsel. Für Daniel Müller sprangen auch eine neue Bestzeit (52,28 Sek.) und Rang 2 über 400 m heraus. Auch im Weitsprung setzte er sich mit 6,20 m und Rang 4 sehr gut in Szene. Weitere Finalplatzierungen im Weitsprung gab es für Luisa Ertl und Niklas Grüner, die mit 4,97 m bzw. 5,97m ganz nahe an ihre persönliche Bestleistung herankamen. Über einen fünften Platz freuen durfte sich Florian Leibbrand auf seiner Paradestrecke 200 m, wenngleich die Zeit von



**Einer von zwei Weitsprungsiegen für die LG Bamberg geht auf das Konto von Mona Loch, die in Regensburg mit 5,15 m den U18-Wettbewerb gewann.**

Foto: privat

23,24 Sek. dem heftigen Gegenwind geschuldet war.

In der U18 setzten vor allem die Sprungtalente der LG kräftig Akzente. So gewann Mona Loch mit 5,15 m in einem großen Starterfeld den hart umkämpften Weitsprungwettbewerb der weiblichen U18. Ebenfalls im

Weitsprung stellte Leo Seubold sein Sprungtalent unter Beweis. Mit 6,04 m und dem ersten Platz in der U18 zeigte er der bayerischen Konkurrenz schon früh in der Saison auf, dass in diesem Jahr mit ihm zu rechnen ist. Auch für Samuel Düsel ging es bei seinen Sprüngen hoch hin-

aus. Er egalisierte mit 1,80 m im Hochsprung gleich beim ersten Freiluftstart seine eigene Bestmarke und kommentierte: „Da ist noch einige Luft nach oben.“ Eine weitere Bestleistung erzielte er im 400m-Sprint, bei dem er als Zweiter in 52,93 Sek. die Ziellinie überquerte.

# LG-Talente sind schon in guter Form

FT 11.5.16

**LEICHTATHLETIK** Bei der Bezirksmeisterschaft im Drei- und Blockwettkampf gewannen die jungen Bamberger etliche Titel.

**Bamberg** – In Hof fanden bei sommerlichen Temperaturen und schwierigen Windverhältnissen die Bezirksmeisterschaften für die neu eingeführten alternativen Dreikämpfe sowie die Blockwettkämpfe der Schülerklassen in der Leichtathletik statt. Die jungen Talente der LG Bamberg zeigten sich in guter Form.

Erstmalig wurde Mia Güthlein in der Altersklasse W9 oberfränkische Meisterin. Überlegen siegte sie im Dreikampf mit 1096 Punkten. Mit neuer Bestleistung im Weitsprung (3,62 m) und einer Spitzenleistung im 80-Gramm-Schlagballwurf (33 m) ließ sie die Konkurrenz mit 150 Punkten Abstand hinter sich. Bei den Jungen gewann Finn Rademacher in der M10 die Bronzemedaille im Dreikampf. Dabei sprintete er 50 m in 8,67 Sek., sprang 3,53 m weit und erreichte im Schlagballwurf 29,50 m. Die Mädchen der U 12 erreichten in der Besetzung Himmler, Neundörfer, Kithier, Väh und Grubert den dritten Platz in der Mannschaftswertung.

Die älteren Schülerklassen ermittelten in den Blockwettkämpfen Sprint/Sprung, Lauf oder Wurf ihre Meister. Dabei absolvierten sie jeweils fünf un-

terschiedliche Disziplinen. Naomi Krebs (W13) gewann im Block Sprint/Sprung mit 600 Punkten Vorsprung. Die Spitzenleistung von 2585 Punkten erreichte das junge Talent durch starke Resultate im 75-m-Lauf (10,03 Sek.) und über 60 m Hürden (9,89). Mit 5,10 m im Weitsprung, 1,44 m im Hochsprung und 24,75 m im Speerwurf zeigte sie ihr Talent für den Mehrkampf. Elke Noell freute sich im Block Lauf der W13 über den zweiten Platz. Ihre 2074 Punkte erarbeitete sie durch zwei Bestleistungen im 200-Gramm-Ballwurf (31 m) und im Weitsprung (4,13 m).

## Persönliche Bestleistung

Jana Kraus (W14) siegte dank neuer persönlicher Bestleistung im Weitsprung (4,63 m) und eines starken Hürdenlaufs (14,10 Sek.) mit 2131 Punkten im Block Wurf. Emma Leisgang erreichte mit 2004 Punkten den dritten Platz. Auf dem zweiten Platz liegend, gab Franziska Heiger verletzt nach vier Disziplinen auf. Annika Lang erkämpfte den dritten Platz im Block Lauf mit 2026 Punkten. Alle drei Athletinnen schafften in dem Wettkampf die A-Qualifikation für die bayrischen Meisterschaften.

Emilia Schablitzki (W14) wurde nach einer starken Leistung im Weitsprung mit 4,49 m oberfränkische Meisterin im Block Sprint/Sprung mit 1988 Punkten.

In der Altersklasse W15 zeigte Line Körber ihr großes Talent im Ballwurf (37,50 m) und gewann den oberfränkischen Titel im Block Lauf mit 1937 Punkten. Erneut sicherte sich Lisa Weber (W15), die bayerische Speerwurfmeisterin des vergangenen Jahres, den oberfränkischen Titel im Blockwettkampf Sprint/Sprung mit 2536 Punkten. Dabei distanzierte sie ihre Konkurrenz besonders durch die Leistungen über 100 m (14.05 Sek.) und 80 m Hürden (13.89) sowie im Speerwurf (31,43 m). Lena Göller holte sich ebenfalls mit 2161 Punkten den Sieg und überraschte dabei in ihrem ersten Diskuswettkampf mit einer guten Weite von 18,37 m. Den Mannschaftstitel holte sich ebenfalls die LG Bamberg in der Besetzung Lisa Weber, Lena Göller, Jana Kraus, Annika Lang und Emma Leisgang.

In der Altersklasse M14 waren vier Starter der LG Bamberg aktiv. Farin Benli holte sich mit 2237 Punkten den oberfränki-



**Lisa Weber, bayerische Speerwurfmeisterin des vergangenen Jahres, gewann die Bezirksmeisterschaft in der U15 im Blockwettkampf Sprint/Sprung.**

Foto: privat

schen Titel im Block Wurf. Er überzeugte sowohl mit seiner Kugelstoßweite von 11,14 m als auch über die 100 m in 13,66 Sek. bei 2,1 Metern pro Sekunde Gegenwind. Moritz Wiche und

Lukas Kaiser belegten im Block Sprint/Sprung den zweiten und dritten Platz in der Gesamtwertung. Wiche punktete besonders im Hochsprung mit 1,60 m, Kaiser im Weitsprung mit 5,16 m.

Beide sind erst seit wenigen Wochen bei der LG Bamberg, und somit sind diese Resultate hoch einzuschätzen. Knapp dahinter landete Marius Wicht mit 2140 Punkten auf Platz 4. red

# Bronze für Zimmer

**FT 1.6.16**

**Bamberg** – Bei sommerlichen Bedingungen fanden in Paderborn die deutschen Leichtathletik-Hochschulmeisterschaften statt. Für die stark besetzten Wettbewerbe qualifizierten sich auch einige Aktive der LG Bamberg. Mit Simone Schramm, Alexandra Schütz und Sara Weichert nahmen drei Athletinnen von der Universität Bamberg teil. Simone Schramm trat im Kugelstoß sowie im Speerwurf an. Mit Bestleistung von 11,91 m wurde sie Vierte im Kugelstoßwettbewerb. Anschließend warf sie den 600 Gramm schweren Speer auf 41,65 m und erreichte Platz 5. Damit startete sie erfolgreich in die Freiluftsaison. Für eine weitere Bestleistung sorgte Alexandra Schütz. In einem flotten 800-m-Rennen lief sie 2:21,00 Min. und belegte Platz 8. Riesig gefreut hat sich auch Sara Weichert nach ihrem 1500-m-Lauf in 4:57,07 Min. und Platz 7. Sie verbesserte ihre Bestzeit um über fünf Sekunden.

## **Technische Probleme**

Für die Universität Bayreuth waren von der LGB Rebecca Zimmer und Florian Leibbrand am Start. Rebecca Zimmer schleuderte trotz technischer Probleme den Diskus auf 43,98 m. Damit gewann sie die Bronzemedaille. Florian Leibbrand lief im C-Finale über 100 m 11,43 Sek. und über 200 m 23,07 Sek. CS



# Der erste kräftige Schluck lockt die Läufer

**Bamberg** – Bei diesem Lauf geht es nicht darum, die Zeit zu stoppen, sondern die Zeit zu genießen: Am Sonntag, 12. Juni, startet bereits zum 70. Mal der Kathilauf von Bamberg nach Heckenhof. Los geht es bereits um 9 Uhr am Parkplatz Moosstraße, Ecke Armeestraße. Gelaufen wird bei jedem Wetter, dafür lockt am Ziel auch eine Einkehr bei der Kathibräu. Organisator Volker Raffel von der LG Bamberg hofft auf viele Mitstreiter.

*Bier und Brotzeit am Ziel – passt das zu einer sportlichen Veranstaltung?*

**Volker Raffel:** Die Kathibräu ist weithin bekannt für ihr süßiges dunkles Bier und leckere Brotzeiten. Nach dem Lauf, der ja

kein Wettkampf ist, freut sich jeder Teilnehmer, der es geschafft hat, auf den ersten kräftigen Schluck. Außerdem geht es um das gesellige Zusammensitzen danach, da passt Bier und Brotzeit prächtig dazu.

*Wie ist der Kathilauf entstanden?*

Der Kathilauf ist vor 35 Jahren spontan entstanden und wird zweimal im Jahr gelaufen, im Frühjahr und im Herbst. Die Idee war, man könnte mal, ohne Wettkampfstress, einen landschaftlich reizvollen, aber sportlichen Lauf abseits aller Straßen auf die Beine stellen, der durch die schöne Hügellandschaft nach Heckenhof führt. Es wurde getestet, bis die heutige Originalstrecke gefunden wurde.



**Volker Raffel**

*Wie machen sie einem Läufer, der noch nie dabei war, dieses Rennen schmackhaft?*

Jeder, der neu dabei sein möchte, sollte einigermaßen trainiert sein für eine 30 beziehungsweise 20 Kilometer lange Strecke. Beide sind sehr hügelig. Dafür wird jeder Läufer mit einer schönen Landschaft und dem Ziel, der Kathibräu, belohnt. Eingelanden ist also jeder, der sich eine der beiden Strecken zutraut. Der Transport von Personen und Taschen muss selbst organisiert werden.

*Die Fragen stellte Michael Memmel*



„Machen wir es kurz“ heißt unser neues Kurzinterview, in dem wir aktuelle Themen aufgreifen.



# Weiterer Meilenstein für Extremsportler Gensel

**Bamberg** – Zum zweiten Mal starteten über 500 Trailläufer zu einer der anspruchsvollsten Berg- und Ultralaufveranstaltungen der Alpenrepublik rund um Maria Alm am Fuße des Hochkönigs. Bremste im Vorjahr die extreme Hitze, so herrschten diesmal, abgesehen von tiefen und nassen Pfaden, ideale Laufbedingungen auf allen Strecken.

Den Speedtrail über 24 Kilometer und 1500 Höhenmeter nahmen Volker (DAV Bamberg) und Isabelle Schöffl (SC Kemmern) erstmalig unters Profil. Volker überquerte bereits nach 3:09 Std. die Ziellinie (Platz 71 Männer gesamt/ Platz 5 AK 50). Isabelle unterbot noch die Vier-Stunden-Marke und finishte in 3:56 Std. (Platz 26 Frauen gesamt/ Platz 17 WHK).

Bereits um Mitternacht starteten über 90 Teilnehmer zum Endurance Trail über 86 km, gespickt mit üppigen 5200 Höhenmetern im Aufstieg. Aus der Region wagten sich Patrick Gensel (LG Bamberg) und der UTMB (Ultra Trail de Mont Blanc) erfahrene Matthias Barsch (Mermelsdorf) auf die Königsdistanz. Gensel gelang im zweiten Anlauf

ein gleichmäßiges Rennen, im abschließenden Downhill (1000 Höhenmeter) zum Ziel in Maria Alm war sogar noch eine Temposteigerung möglich. Nach 14:38 Std. fand ein gelungener Lauftag ein tolles Ende, gleichbedeutend mit Platz 20 in der Gesamtwertung und Rang 5 in der AK 40. Ein weiterer Meilenstein auf dem Weg zum Alpen X100, der Nonstop-Alpenüberquerung über 100 Meilen und 10 000 Höhenmeter im August, ist somit erreicht. Barsch benötigte bei seiner ersten HKM-Teilnahme 18:49 Std. (Platz 63 gesamt/ Platz 37 MHK). *pr*



**Patrick Gensel - schmutzig, aber glücklich und zufrieden** Foto: privat

# Siebenkämpferinnen der LGB feiern Doppelerfolg

**Bamberg** - Bei sommerlichen Temperaturen fanden die nordbayerischen Mehrkampfmeisterschaften der Leichtathleten im mittelfränkischen Oberasbach statt. Gleichzeitig wurden hier auch die oberfränkischen Mehrkampfmeisterschaften durchgeführt. Am Start waren auch Aktive der LG Bamberg.

Bei den Jungen starteten Oliver Leibbrand, Samuel Düsel und Christian Baumgartl in der Altersklasse U18 im Fünfkampf. Hier musste der männliche Nachwuchs 100 und 400 Meter laufen, die Kugel stoßen sowie weit- und hochspringen. Oberfränkischer Meister und nordbayerischer Vizemeister wurde Oliver Leibbrand. Seine heraus-

ragenden Einzelleistungen waren die 11,65 Sek. über 100 Meter, das Ergebnis im Weitsprung mit 6,15 m sowie die 52,73 Sek. über 400 m. Den vierten Platz in der Nordbayernwertung errang Samuel Düsel. Seine besten Einzelresultate waren der Hochsprung mit übersprungenen 1,83 m und die 11,77 Sek. über 100. Platz 5 holte Christian Baumgartl, er überzeugte im Kugelstoßen mit 12,72 m und 6,01 m im Weitsprung. Alle drei Bamberger errangen mit ihren Punktezahlen von 3127, 2935 bzw. 2932 Zählern die Qualifikation zur bayerischen Meisterschaft.

In der Schülerinnen-Altersklasse W15 absolvierte Lisa We-

ber ihren ersten Siebenkampf. Auf Anhieb wurde sie oberfränkische Meisterin und nordbayerische Vizemeisterin. Punkten konnte sie während des zweitägigen Wettkampfs besonders in den Sprungdisziplinen. 1,53 m im Hochsprung und 4,91 m im Weitsprung brachten wichtige Zähler. Aber auch ihre 9,14 m im Kugelstoßen trugen am Schluss zu der Gesamtpunktzahl von 3406 bei, was ebenfalls die Qualifikation für die bayerischen Meisterschaften bedeutete.

Mit Simone Schramm, Barbara Zweier, Lisa Geißler und Rebecca Leicht waren im Frauen-Siebenkampf erfahrene Mehrkämpferinnen am Start. Ziel war es, den nordbayerischen und

oberfränkischen Mannschaftstitel zu gewinnen, was auch gelang. Mit 3720 Punkten errang Simone Schramm den fünften Platz in der Nordbayernwertung. Ihre herausragenden Einzelleistungen waren die 11,37 m im Kugelstoßen und die 38,20 m im Speerwurf.

Barbara Zweier kam auf den sechsten Platz mit 3553 Punkten, ihre beste Einzelleistung war der 800-m-Lauf in 2:32,29 Sek.. Die Mannschaft komplettierte Lisa Geißler mit 3288 Punkten. Bei ihr gefielen besonders die 200 m in 27,56 Sek.. Rebecca Leicht erreichte 2647 Punkte und hatte im Hochsprung mit 1,44 m ihre beste Einzelleistung. CS



# Bamberger überzeugen mit zahlreichen Bestleistungen

**Regensburg** - Mit zahlreichen Bestleistungen glänzten die Bamberger Leichtathleten bei der „Laufnacht“ in Regensburg.

Beim Weitsprung der Altersklasse U18 stabilisierte sich Mona Loch wieder jenseits der Fünfmeter-Marke. Mit 5,12 m belegte sie den beachtlichen dritten Platz. Flora Jansen erzielte mit 4,72 m eine Saisonbestleistung. Hürdenspezialistin Klara Arnoldt testete im Weitsprung ebenfalls erfolgreich ihre Form mit persönlicher Bestleistung von 4,55 m.

Die Langsprinterin Anna-Le-

na Genz zeigte über 400 m einen druckvollen Lauf und verpasste mit 58,81 Sek. nur knapp die Qualifikation für die deutsche Jugendmeisterschaft.

## Ein spannendes Duell

Bei den Mittelstrecklerinnen starteten zunächst Tonia Weichert (Frauen) und Karyna Lopatina (U20) in einem altersgemischten Lauf. Auch sie stellten mit 2:25,03 und 2:31,27 Min. neue Bestmarken auf. Ihre Vereinskollegin Alexandra Schütz zeigte wenig später ein beherztes Rennen, welches mit der Best-

zeit von 2:20,22 belohnt wurde.

Im Feld der 1500-Meter-Läuferinnen setzten Anna Hirt und Sara Weichert Akzente. Beide Läuferinnen führten abwechselnd das Feld an und imponierten mit einem engagierten Schlusspurt. Am Ende überholte Anna Hirt mit einer Endzeit von 4:50,71 noch knapp Sara Weichert, die mit 4:50,87 Zweite in diesem Lauf wurde. Für Hirt bedeutete dies den dritten Platz in der Wertung der U18 und eine sichere Qualifikation für die deutschen Jugendmeisterschaften. Bei den Männern konnte

Michael Weißhaupt nicht von den nach Leistung gemischten Läufen profitieren. Der Bamberger war permanent von seinen Konkurrenten eingeschlossen und erzielte dadurch nur eine Zeit von 4:21,70 min.

Den Abschluss des Tages bildete der 5000-m-Lauf der Männer mit Bamberger Beteiligung. Mario Wernsdörfer setzte sich toll in Szene und stellte eine Bestleistung von 14:33,96 Min. auf. Damit bestätigte er seine gute Form aus dem Winter und lässt auf weitere Spitzenergebnisse hoffen. *red*

# LG holt 43 Siege

FT 17.6.16

**LEICHTATHLETIK** Die Bamberger dominieren bei der oberfränkischen Meisterschaft im heimischen Stadion.

**Bamberg** - Oberfränkische Meisterschaften der Leichtathletik im Bamberger Stadion – das garantiert durch die Stärke der gastgebenden LG einerseits und ihr perfektes Organisationsteam unter der Regie von Carlo Schramm andererseits eine höchst erfreuliche Bilanz: In den Leistungsklassen Männer und Frauen sowie Jugend U18 und U16 griffen sich die Bamberger 43 Siege, dazu 41 Platzierungen im Silber- und Bronzerang. Vor allem ignorierten die Wettkämpfer – um Oualifikationsnormen für die Landesmeisterschaften bemüht – auch mehrere Regengüsse im Verlauf des Tages.

In der Klasse W14 warteten zwei Bambergerinnen mit auch bayernweit geltenden Höchstleistungen auf. Die 13-jährige Naomi Krebs wirbelte bei vier Siegen manche Bestenliste durcheinander (100 m in 12,88 Sek., Weitsprung 5,15 m). Außerdem führte sie die 4x100-m-Staffel mit Annika Lang, Emma Leisang und Ida Brauner in 53,11 Sek. ins Ziel. Bayerisches Format zeigte die lange verletzte Anna Güthlein im Speerwurf mit 35,50 m.

Bei den Mädchen der W15 ragten ebenfalls zwei Bambergerinnen heraus. Mehrkämpferin Lisa Weber holte nicht weniger als fünf Siege (80 m Hürden in 13,16 Sek.; Weit 4,83 m; Kugel 8,88 m; Diskus 28,75 m; Speer

28,70m). Bei den 14-jährigen Jungs sorgte ebenfalls ein Bamberger für frischen Wind: Moritz Wiche lief die erfolgreiche 4x100-m-Staffel mit Lukas Kaiser, Marius Wicht und Jakob Löblein (49,10 Sek.) an, war zudem im 100-m-Sprint (12,27 Sek.) und im Weitsprung (5,50 m) souverän. Farin Benli (Kugel 11,24 m) und Lukas Kaiser (Speer 31,53 m) rundeten hier das erfreuliche Leistungsbild ab. Jakob Löblein siegte mit 1,63 m im Hochsprung.

## Neue Gesichter

Niveau auf die Bahn bringt in der Klasse U18 die Bamberger Mittelstrecklerin Anna Hirt. Diesmal zeigte die Ergebnistafel über 800 m feine 2:22,08 Min. In derselben Altersklasse debütierte für die LGB die Hochspringerin Jana Münchenbach mit guten 1,50 m, während Doppelsiegerin Mona Loch (100 m Hürden 16,86 Sek.; Weit 4,89 m) etwas müde wirkte. Als neue Gesichter im Bamberger Team gefielen mit Einstandssiegen Julia Müller (400 m in 66,89 Sek.) und Lea Zwirkisch (Dreisprung 9,11 m).

Mehr Gewicht auf die Leistungswaage brachten die gleichaltrigen Jungs der U18 von der LG Bamberg – fast durchweg schon auf Landesebene dekorierte Wettkämpfer. Oliver Leibbrand ersprang vier wertvolle Siege (100 m in 11,68 Sek.; 200 m in 23;56 Sek.; 110 m



Tonja Weichert (l.) gewann den 800-m-Lauf der Frauen vor ihrer Schwester Sara.

Foto: privat

Hürden in 15,20 Sek.; Weitsprung 6,29 m). Samuel Düsel wiederholte sein ihm eigenes Erfolgs-Duo aus 800 m (2:14,01 Min.) und Hochsprung (1,75 m). Mehrkämpfer Christian Baumgartl siegte im Diskuswurf (33,09 m) und überzeugte noch als dreimaliger Zweiter (Weit 6,22 m; Dreisprung 11,22 m; Kugel 12,10 m).

Mit dem Bamberger Leo Seubold als Sieger des Dreisprungs (12,36 m) drängte ein neues Gesicht in die Szene.

Für die Männermannschaft der LGB gingen ausschließlich Jugendliche in den Wettkampf

und sicherten sich drei Erstplatzierungen: Florian Leibbrand (200 m in 23 32 Sek.), Oliver Grubert (800 m in 2:07,54 Min.) sowie Leo Schramm, Florian und Oliver Leibbrand sowie Samuel Düsel mit der 4x100-m-Staffel (44,33 Sek.).

Bamberg's Frauen spielten im LGB-Team mit sieben Erfolgen den Part des stärkeren Geschlechts. Simone Schramm war bei ihrer Spezialdisziplin mit dem Speer bei 40,79 m weit vorne, nahm die Erfolge über 100 m Hürden (17,44 Sek.) und im Kugelstoßen (11,75 m), ebenso die zweiten Ränge im Dreisprung

(10,42 m) und Diskuswurf (33,70 m) als Tainingseinheit. Die landesweit wertvollste Leistung lieferte Diskuswerferin Rebecca Zimmer, noch der Jugendklasse zugehörig, mit 44,92 m ab. Während Tonia Weichert über 800 m ihren Erfolg in 2:25,57 Min. vor ihrer Schwester Sara (2:26,17) knapp behauptete, reichten Luisa Ertl bei ihrem Doppelsieg im Weitsprung (5,23 m) und Dreisprung (10,46 m) jeweils wenige Zentimeter Vorsprung. Anna-Lena Genz belegte über 100 m (13,04 Sek.) und 200 m (26,64 Sek.) jeweils Rang 2.

scm



# Lob für die neue Strecke

FT 21.6.16

**30. BURGHOLZLAUF** Beim Jubiläum in Scheßlitz siegen Carmen Schlichting-Förtsch und Andreas Sperber im Viertelmara.

**Scheßlitz** – Die 30. Auflage des Burgholzlaufes des TSV Scheßlitz war mit über 250 Teilnehmern bei den angebotenen vier Läufen bei fast idealem Laufwetter ein voller Erfolg. Dabei wurde die geänderte und auf einen Viertelmara verkürzte Strecke allgemein gelobt. Anspruchsvoll ist die Strecke aber dennoch, waren doch auf den 10,55 km immerhin 180 Höhenmeter zu überwinden.

Der Schirmherr, Bürgermeister Roland Kauper, schickte 170 Starter auf den Optik-Kastner-Viertelmara. Schon beim Verlassen der Sportplatzrunde Richtung Burgholz zog sich das Feld auseinander. An der Spitze bestimmte Andreas Sperber (IfA Nonstop Bamberg) das Tempo. Am längsten Anstieg, zwischen Kilometer zwei und drei, konnten ihm nur der „Senior“ und Berglauf-Spezialist Roland Wild (LG Bamberg) und der wieder besser in Form kommende Sven Starklauf von der DJK LC Vorra einigermaßen folgen. Im weiteren Verlauf der abwechslungsreichen Strecke ließ Sperber keinen Zweifel über seinen Gesamtsieg aufkommen. Er bog mit Vorsprung wieder auf die Sportplatzrunde ein und sicherte sich mit 37:20 Min. den Sieg auf der neuen Strecke.

Beachtlich hielt sich Roland Wild. Mit guten 37:49 Min. lief er als Zweiter, aber als Sieger der AK 45 durch das Ziel am Schulzentrum. Sven Starklauf konnte seinen dritten Platz behaupten und lief mit 38:50 Min. als Sieger der AK 35 durch das Ziel.

Bei den Senioren sicherten sich die Läufer der DJK LC Vorra drei Klassensiege. In der M 40 gewann Christian Schlapp in

41:30 Min. mit deutlichem Vorsprung. Die Klasse M 60 entschied Otto Starklauf mit guten 47:21 Min. für sich. Mit über sechs Minuten Vorsprung holte sich der unverwüsthliche Kaspar Stappenbacher in der M70 überlegen den Klassensieg. In der M 20 ging der Sieg an Jan Heusinger (LG Bamberg) in 40:26 Min. knapp vor Andreas Romig mit 40:33 Min. vom TSV Scheßlitz.

Die Scheßlitzer Läufer konnten sich damit zwar keinen Klassensieg holen, dafür triumphierten sie aber überraschend in der Mannschaftswertung. Mit Andreas Romig, Langer (42:03 Min., 2. M 20), Dotterweich (43:52 Min., 3. M 50), Trendelenburg (44:52 Min., 7. M 35) und Lorenz Romig (47:07 Min., 9. M 20) siegten sie vor der DJK LC Vorra mit Sven Starklauf, Schlapp, Winkler, Bastian und Otto Starklauf.

## Fast vier Minuten Vorsprung

Eine deutliche Angelegenheit war der Ausgang des Rennens in der Damenwertung. Hier hatte Carmen Schlichting-Förtsch vom SC Kemmern keine Konkurrenz. Sie siegte schließlich mit sehr guten 43:44 Min. und fast vier Minuten Vorsprung vor ihren Verfolgerinnen. Dies waren überraschend zwei Jugendliche, die noch der Klasse WJU 18 angehören. Theresa Dotterweich (DJK LC Vorra) und Cosima Gundermann (LG Forchheim) waren auf der gesamten Strecke in Sichtweite und kämpften um die Plätze zwei und drei. Mit 47:21 Min. hatte schließlich Theresa Dotterweich die Nase vorne. Neben dem zweiten Gesamtplatz war sie damit auch Siegerin der Jugend.



Start zum Hauptlauf mit den Siegern bei den Männern, Andreas Sperber (Nr. 258), Roland Wild (Nr. 236) und Sven Starklauf (Nr. 217)

Gundermann kam mit 47:47 Min. als Dritte ins Ziel.

Einige Altersklassensiege gab es für die Seniorinnen aus dem Kreis Bamberg. In der W 45 siegte Gabi Bastian (DJK LC Vorra) mit 50:06 Min. knapp vor Martina Eigner-Loch (SC Kemmern) mit 50:22 Min. Die Klasse W 50 gewann Silvia Hüttner (IfA Nonstop Bamberg) recht deutlich mit 49:47 Min. vor Christine Geuß vom SC Kemmern in 52:04 Min.

Konkurrenzlos waren die Siegerinnen Evelin Konrad (RMV Strullendorf) mit 1:01:01 Std. in der W 60 und Elisabeth Addala (DJK LC Vorra) in der W 65 mit 1:02:46 Std. Als Siegerin der W 70 und älteste Teilnehmerin blieb Sibylle Vogler (SC Kemmern) mit guten 58:57 Min. deutlich unter einer Stunde.

Die Mannschaftswertung der Frauen gewann der SC Kemmern mit Schlichting-Förtsch, Jessica Vogt (49:38 Min. 2. W 35) und Eigner-Loch. Der zweite Platz ging an die DJK LC Vorra mit Dotterweich, Bastian und Trunk (51:40 Min. 3. W 35).

Etwas enttäuschend waren die Teilnehmerzahlen beim ausgeschriebenen Marien-Apotheken-Hobby- und Firmenlauf. Schnellster aus dem Bamberger



Die schnellsten Frauen: Carmen Schlichting-Förtsch (M.), Theresa Dotterweich (r.) und Cosima Gundermann.

Fotos: privat

Raum über die 4,5 km war Lukas Hoffmann von der DJK LC Vorra mit 18:26 Min. und dem dritten Platz. Er ist aber noch Schüler und hatte zuvor schon den Fliesen-Roth-Schülerlauf mit sehr guten 5:29 Min. über die 1,5 Kilometer gewonnen. Die Klasse MKU 11 gewann Philipp Hartmann von der LG Bamberg in 6:17 Min. Bei diesem Lauf waren fast 50 Kinder am Start.

Bei den jüngsten Mädchen (U 9) siegte Jana Hüttner (SV Walsdorf) mit genau 8 Minuten vor Milena Starklauf (DJK LC Vorra) in 8:45 Min. Die Pokale in

der U 11 und der U 15 gingen an die Geschwister Theresa (6:01 Min.) und Sarah Andersch (6:03) von der LG Bamberg. Die U 16 gewann Jule Beierlieb (LG Veitenstein) mit 6:03 Min.

Kurz vor dem Hauptlauf wurde auch wieder der Schuhmann-Innenausbau-Bambinolauf über die Sportplatzrunde durchgeführt. Die jungen Läufer wurden dafür mit Medaillen und Naschsachen belohnt. Für alle anderen Sportler wurden die Siegerehrungen in der TSV-Halle durchgeführt und dabei über 40 Pokale an die Sieger überreicht.

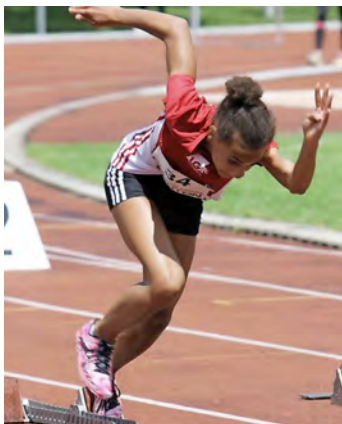
red



# Naomi Krebs bestätigt ihr großes Talent

**Bamberg** – Ihrem ersten Start bei bayerischen Leichtathletik-Meisterschaften gingen verheißungsvolle Qualifikationsleistungen der 14-jährigen Mädchen der LG Bamberg voraus. Vor allem die erst 13-jährige Naomi Krebs hatte sich mit einem fulminanten Ergebnis von 2585 Punkten qualifiziert. Da dieser Wettkampf in ihrer Altersklasse noch nicht vorgesehen ist, musste sie bei den ein Jahr älteren W 14-Mädchen starten. Mit ihr führen noch Jana Kraus und Emma Leisgang (beide Block Wurf), sowie Annika Leisgang (Block Lauf) in das schwäbische Aichach.

Etwas nervös startete Naomi Krebs bei ihrer ersten Disziplin, dem Hochsprung, in den Wettkampftag. Mit übersprungenen 1,49 m, nahe ihrer persönliche Bestleistung, schaffte sie aber gute Voraussetzungen für den weiteren Verlauf. Über die 80 m Hürden bestätigte sie mit starken 12,60 Sek. ihre Bestleistung und kam als drittschnellste Läuferin des gesamten Feldes ins



**Naomi Krebs beim Start über 100 m**

Foto: privat

Ziel. Ein weiteres Highlight folgte über die 100 m Distanz. Nachdem Naomi in ihrer Altersklasse noch über 75 m an den Start geht, zeigte sie auch über die 100 m ihr Sprinttalent. Mit ihrer Zeit von 12,74 Sek. steht sie aktuell auf dem ersten Platz der bayerischen Bestenliste der W 14. Auch im Weitsprung (4,95 m) und im Speerwurf (23,46 m) blieb Naomi Krebs im Rahmen

ihrer Bestleistungen und verlor nur wenige Punkte zu den Erstplatzierten. Mit einem Gesamtergebnis von 2619 Punkten stellte sie einen neuen oberfränkischen Rekord im Blockwettkampf Sprint/Sprung der W 14 auf, 160 Punkte über dem bisherigen Rekord ihrer Vereinskameradin Lisa Weber. Insgesamt belegte sie bei dem hochkarätigen Wettkampf den fünften Platz. Schon heuer hätte sie die Quali für die deutschen Meisterschaften eindeutig erfüllt, darf aber aufgrund ihres Alters noch nicht teilnehmen.

Einen guten Wettkampf mit durchwegs neuen persönlichen Bestleistungen zeigten ihre Vereinskameradinnen. Jana Kraus erreichte im Block Wurf den siebten Platz. Mit 2188 Punkten steigerte sie sich um 50 Zähler. Mit 2080 Punkten und fast 80 Punkten Verbesserung landete Emma Leisgang im Mittelfeld der Rangliste Block Wurf. Annika Lang steigerte sich im Block Lauf um 100 Zähler auf 2109 Punkte.

# Vier LG-Senioren freuen sich über Medaillen

**Bamberg** – Vier Bamberger Leichtathleten der Altersklassen (ab 30 Jahre) stellten sich der Konkurrenz bei den Landesmeisterschaften, die in Regensburg und Wiesau ausgetragen wurden, und schlossen durchwegs im Medaillenrang ab. Dr. Birgit Löffler-Röder (W50)

überzeugte mit einem Doppelpunktstart im Dreisprung und im 80-Meter-Hürdensprint. Während sie im Sprung ihr Abonnement auf den Meistertitel mit guten 10,25 m bestätigte, reichte es im Hürdensprint, wo sie erstmals antrat, zur Vizemeisterschaft (14,55 Sekunden). Die kurzen

Hürdenabstände ließen sie keinen ungestörten Rhythmus aufnehmen.

Damit hatte Roland Wild (M45), Bambergs unverwundlicher Berglaufspezialist, auch im Stadionoval über 5000 m keine Probleme. Jedenfalls querte er nach zwölfteinhalb Runden in

Jahresbestleistung von 16:36,40 Minuten das Ziel vor seinen Konkurrenten. Im Sprint über 200 m wurden die LGB-Oldies Florian Hofmann (M40) in 25,66 Sekunden und Stefan Kunzelmann (M45) in 26,05 Sekunden jeweils mit der Bronzemedaille dekoriert. *scm*

# Anna Hirt süddeutsche Meisterin

**Bamberg** – In Heilbronn fanden die süddeutschen Leichtathletik-Meisterschaften der Frauen und der Altersklasse U18 statt. Die Leichtathletik-Gemein-

schaft Bamberg präsentierte sich mit einer kleinen, aber motivierten Mannschaft und das mit großem Erfolg.

Klara Arnoldt startete über die anspruchsvolle 400-m-Hürden-Distanz der U18. Trotz verletzungsbedingtem Trainingsrückstand belegte sie in 69,54 Sekunden einen sehr guten achten Rang. Technisch nicht ganz saubere Hürdenüberquerungen kosteten viel Kraft, so dass sie auf den letzten Metern noch Zeit verlor.

## Deutsche knapp verpasst

Anna-Lena Genz wollte die Meisterschaft nutzen, um ihre 400-m-Bestzeit zu verbessern. Die 18-Jährige startete dazu in der Frauenaltersklasse. Die starke Konkurrenz beflügelte die frisch gebackene Abiturientin. Sie wurde mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 58,80 Sek. 14. Zufrieden war die Langsprinterin trotzdem nicht, fehlte doch nur eine Zehntelse-

kunde zur Qualifikation für die deutsche Meisterschaft.

Herausragende Bambergerin war einmal mehr Anna Hirt. Über die 3000-Meter-Distanz hielt sie sich an die taktischen Vorgaben ihres Trainers David Hentschel und lief 2000 m kontrolliert in der Spitzengruppe mit. Auf den letzten 1000 m sorgte ihre deutliche Tempoverschärfung schnell für die Entscheidung: Ihre Rivalinnen hatten keine Chance mehr. Mit deutlichem Vorsprung lief sie jubelnd ins Ziel und wurde süddeutsche Meisterin in 10:27,92 Minuten.

Als Zugabe startete Anna tags darauf auch über 800 m. Hier bewies sie, dass sie eine sehr vielseitige Langstreckenläuferin ist. Am Ende stand der neunte Platz zu Buche (2:22,07 Min). Die Läuferin ärgerte sich, da sie ihren Lauf – untypisch für Anna – etwas zu verhalten begann und so wichtige Sekunden ver-schenkte.



**Anna Hirt teilte sich ihr Rennen über die 3000 m clever ein.** Foto: pr



# Zahoran meistert Herausforderung

FT 9.7.16

**AUSDAUERSPORT** Der Bamberger Ultra-Langstreckenläufer schafft in den schottischen Highlands eine Topzeit und belegt nach 154 Kilometern und 4500 Höhenmetern den zweiten Platz.

**Bamberg** – Der Bamberger Ultra-Langstrecken-Spezialist Adam Zahoran startete bei einem der härtesten Ultramarathonrennen in Europa, dem West Highland Way Race in Schottland. Dieser Ultramarathon wird auf dem West Highland Way ausgetragen – Schottlands längster Weitwanderweg. Dieser Weg verläuft zwischen Glasgow und Fort William und hat eine Länge von 154 Kilometern, dabei muss eine Höhendifferenz von insgesamt 4500 m überwunden werden. Diese Strecke verlangt den normalen Wanderern schon einiges ab – für Läufer ist er eine Herausforderung höchsten Grades.

Adam Zahoran überzeugte bei seinem ersten Trail-Ultra-Lauf in diesem technisch schwierigen, alpinen Gelände. Mit einer Zeit von 15:32:19 Stunden wurde der Läufer der LG Bamberg Gesamt-Zweiter.

Das West Highland Way Race hat einen extrem hohen Schwierigkeitsgrad. Deswegen wird die Teilnehmerzahl durch die Veranstalter auf 350 beschränkt. Man muss sich außerdem für dieses Rennen durch nachweislich mehrfache, erfolgreiche Teilnahmen an Ultramarathons in jüngerer Zeit qualifizieren, um überhaupt starten zu dürfen.

Die Starterlaubnis von Adam Zahoran war durch die Siege bei den deutschen Meisterschaften im 100-Kilometer-Lauf (2014) und im Sechs-Stundenlauf (2015 und 2016) sowie seine läuferischen Erfolge in seiner Ultramarathon-Chronologie erfüllt. Trotz dieser strengen Qualifikationsregeln kamen nur 40 Prozent der Starter ins Ziel.

Nach einer zweiwöchigen Pause nach den Deutschen Meisterschaften im Sechs-Stundenlauf Anfang April (der FT berichtete) hat Adam Zahoran mit seiner Vorbereitung auf das West Highland Way Race begonnen. Das Training beinhaltete mehrere Bergtrainings und insgesamt sieben lange Lauf-Einheiten zwischen 40 und 105 km). Bei diesem Rennen sind Betreuer mit Begleit-Fahrzeug Vorschrift und auch unverzichtbar. Das Betreuer-Team bestand aus Christian Floth, Kathrin Hess und Julia Derbfuß. Das Team flog einige Tage vor dem Rennen nach Schottland. Die bis zum Wettkampf verbleibenden Tage waren überwiegend der Wettkampfvorbereitung und der Streckenbesichtigung gewidmet.

Der Start erfolgte um 1 Uhr nachts in Milngavie, einer Vorstadt von Glasgow. Die ersten



**Über Stock und Stein** - Adam Zahoran auf seinem Weg durch die schottischen Highlands.

Foto: privat

30 km verliefen noch in leicht hügeligem Gelände. In dieser Rennphase befand sich Adam Zahoran auf Platz 4. Ab Balmaha (erster Checkpoint bei 32 km) wurde die Strecke dann wesentlich steiler und technisch anspruchsvoller, führte über Steine und Geröll. Durch eine kluge Renneinteilung arbeitete sich der Bamberger bei Kilometer 42 auf Platz 3 und nach 100 Kilo-

metern auf Rang 2 vor. Hier betrug der Abstand zum späteren Sieger und Lokalmatador James Stewart noch mehr als zehn Minuten. Beim letzten Checkpoint (131 km, Kinlochleven) war sein Vorsprung auf eineinhalb Minuten zusammen geschmolzen. Die Spannung war nach Aussagen der schottischen Betreuer von Stewart noch nie so hoch. Es sah so aus, dass Adam Zahoran

auf den letzten 22 Kilometern die Führung übernehmen und das Rennen gewinnen könnte. Auf Grund von Kreislaufproblemen und muskulärer Beschwerden ist es Zahoran aber nicht ganz gelungen, dem Lokalmatador den Sieg zu entreißen. Seine Laufzeit geht dennoch als fünftbeste der 28-jährigen Geschichte des Rennens in die Geschichte ein.

tk

# Moritz Wiche und Lukas Kaiser liefern sich ein spannendes Duell

**Ebermannstadt** – In Ebermannstadt fanden die oberfränkischen Meisterschaften der U14 und die Kreismeisterschaften für die U12 und U16 statt. Die LG Bamberg war abermals die teilnehmerstärkste Mannschaft und erzielte sehr gute Leistungen.

In der M10 verbuchte Finn Rademacher gute Ergebnisse im Dreikampf. Im 50-Meter-Sprint (8,60 Sekunden) und Sprung (3,55 m) belegte er Platz 2, den Ball warf er 33 m weit. In der W10 überzeugte Eva Schmittinger über 50 m (8,73) und im Weitsprung (3,69 m). Erfreuliche Ergebnisse gab es auch für Leonie Neundörfer (50 m: 8,45) und Lea Kithier (Wurf: 25 m).

In der M12 sicherte sich Elia Gegner mit 4,12 m und persönlicher Bestleistung den dritten Platz im Weitsprung. Lars Raffel überzeugte mit zwei Bestleistungen: Er sicherte sich mit 8,36 m im Kugelstoßen den oberfrän-

kischen Titel in der M13. Im Speerwurf erreichte er mit 23,16 m den vierten Platz.

In der M14 zeigten Moritz Wiche und Lukas Kaiser ihre gute Form. Moritz gewann mit 12,53 die 100 m knapp vor Lukas (12,88). Im Weitsprung trennten den Sieger Lukas Kaiser (5,25m) und den zweitplatzierten Moritz Wiche (5,23 m)



Moritz Wiche

nur zwei Zentimeter. Auch im Speerwurf siegte Lukas (28,35 m) vor Moritz (26,26 m).

## Drei Titel für Jakob Löblein

Die Disziplinen der M15 waren fest in Bamberger Hand: Über 100 m gewann Jakob Löblein mit persönlicher Bestleistung von 12,97 Sek. vor Gianluca Zandona (13,31) und Quentin Xylander



Lukas Kaiser

(13,77). Im Hochsprung setzte sich Löblein ebenfalls mit 1,61 m knapp vor Zandona (1,58 m) durch. Auf dem dritten Platz landete Johannes Bayer mit neuer Bestleistung (1,49 m). Im Weitsprung steigerte Löblein seine Weite auf 5,05 m und siegte damit vor Zandona (4,78) und Xylander (4,51). Im Speerwerfen lag Xylander mit 28,27 m und über 80-m-Hürden Zandona (14,16) vorn.

In der W12 sprang Hanna Kamm in ihrem ersten Wettkampf mit 4,12 m auf den dritten Platz. Naomi Krebs zeigt in der W13 abermals eine sehr gute Leistung. Sie gewann den 75-m-Lauf in 9,85 sowie die 60-m-Hürden in 9,82 vor Elke Noell (12,35). Im Hochsprung holte Naomi mit 1,46 m und im Weitsprung mit Bestleistung von 5,20 m den oberfränkischen Titel. Den 800-m-Lauf gewann Elke Noell in 2:49:34 vor Julie

Hirt (3:27:70). In der W14 sicherte sich Jana Kraus viermal den zweiten Platz. Dabei sprang sie 4,39 m, warf den Diskus auf 20,50 m und stieß die Kugel auf 8,14 m. Über 80-m-Hürden gelang ihr mit 13,46 Sek. eine neue Bestleistung und die A-Qualifikation für die bayerischen Meisterschaften.

Annika Lang siegte über 800 m in neuer Bestleistung von 2:47:98. Germann Aurelia gewann in der W14 den Speerwurf mit 26,47 m vor Hanna Trusen mit 16,53 m. Im 80-m-Hürdenlauf holte sich Hanna (15,17) den dritten Platz. Emma Leisgang erreichte sowohl im Kugelstoßen (7,66 m) als auch im Diskuswerfen (19,84) den dritten Platz.

In der W15 holte Line Körber sowohl im Weitsprung (3,82 m) als auch im Hochsprung mit Bestleistung (1,43 m) den Kreismeistertitel.



# Vom Start weg vorne

FT 14.7.16

**LEICHTATHLETIK** Naomi Krebs von der LG Bamberg zeigt bei der bayerischen Meisterschaft eine beeindruckende Leistung.

**Bamberg** - Die bayerischen Schüler- und Juniorenmeisterschaften der Leichtathleten fanden in Hösbach statt. Die gut vorbereiteten Starter der LG Bamberg holten mehrere Medaillen und überzeugten mit einer Reihe persönlicher Bestleistungen. Eine der beeindruckendsten Leistung lieferte die erst 13-jährige Naomi Krebs über 100 Meter ab. Da es für ihren Altersjahrgang noch keine Landesmeisterschaften gibt, stellte sie sich der ein Jahr älteren Konkurrenz. War sie mit ihren gemeldeten 12,74 Sek. als Favoritin gehandelt, ließ sie ab dem Vorlauf, den sie in 12,48 Sek. gewann, keinen Zweifel aufkommen, in welchem Bereich die Medaillen verteilt werden. Im Zwischenlauf steigerte sie sich auf 12,44 Sek.

Im Endlauf der sieben schnellsten Sprinterinnen lag Krebs schon beim Start in Führung und baute kontinuierlich ihren Vorsprung aus. Bei Windstille blieb die Anzeige der Zeitmessung für sie bei 12,39 Sek. stehen. Dies bedeutete nicht nur die erste bayerische Meisterschaft, sondern auch neuen oberfränkischen Rekord in der W14. Mit ihrer Siegerzeit hätte Krebs auch in der W15 gewonnen oder in der gleichzeitig stattgefundenen U23-Meisterschaft den dritten Platz belegt. Nach

dem Lauf freute sich auch Trainerin Nadine Krügel und sagte im Gespräch mit den aufmerksam gewordenen Landestrainern: „Naomi ist ein außergewöhnliches Sprinttalent, das vorsichtig an weitere Herausforderungen herangeführt werden muss.“

Aber auch in den anderen Wettbewerben überzeugte der Nachwuchs der LG Bamberg. Im Speerwurf startete Anna Gütthlein in der W14 bei ihrer ersten bayerischen Einzelmeisterschaft. Auf Antrieb gewann sie mit 34,98 m die Silbermedaille. Jedoch flog der 500 Gramm schwere Speer nicht immer ideal, sonst wäre noch mehr drin gewesen. Ähnliche Probleme hatte auch die 15-jährige Lisa Weber. Ihr Speer landete bei 35,14 m. Damit wurde die bayerische Meisterin des vergangenen Jahres Dritte. Pech hatte sie zuvor noch im Diskuswurf. Beim Einwerfen traf ein anderer Diskus ihr ein Kilogramm schweres Wurfgerät und demolierte es derart, dass sie damit nicht mehr werfen konnte. Mit ungewohnt fremdem Diskus musste sie den Wettkampf fortsetzen und wurde trotzdem bayerische Vizemeisterin mit 27,88 m in der W15.

Eine weitere Medaille für eine Bamberger Speerwerferin gab es für Simone Schramm in der U23.



**Die Speerwerferinnen (v. l.) Simone Schramm, Anna Gütthlein und Lisa Weber überzeugten bei der bayerischen Meisterschaft in Hösbach.**

Fotos: privat

Ihr 600 Gramm schwerer Speer flog genau auf 41 Meter. Bei einem deutlich besseren Versuch übertrug sie bei Abwurf. Damit gab es für die vielseitige Athletin eine Bronzemedaille.

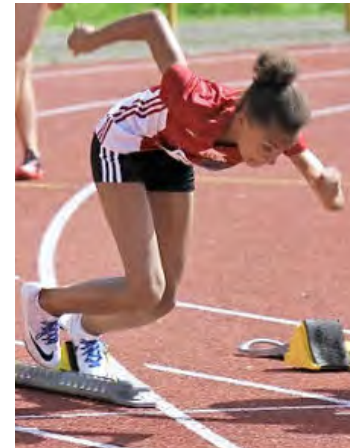
Eine weitere Bronzemedaille kam am nächsten Tag dazu. Im Kugelstoß mit der vier Kilogramm schweren Kugel verbesserte Schramm ihre Bestleistung auf genau 12 m. Etwas Pech hatte sie im Diskuswettbewerb. Da ihr Diskus nach dem Einwerfen von den Kampfrichtern verlegt wurde, musste auch sie mit einem fremden Diskus werfen. Die 33,34 Meter bedeuteten den vierten Platz.

Weitere vier Plätze gab es auch für den männlichen Nachwuchs. In der M14 wurde Moritz Wiche in 12,42 Sekunden Vierter. Im Vorlauf war er be-

reits 12,37 Sekunden gesprintet. Im Endlauf hätte es dafür eine Medaille gegeben. Auch im Weitsprung wiederholte er seine Platzierung. Mit 5,44 m landete er drei Zentimeter hinter dem Dritten.

Mit der Staffel in der Besetzung Marius Wicht, Lukas Kaiser, Jakob Löblein, Moritz Wiche gab es in 47,54 Sek. mit sechs Hundertstel Abstand auf Platz 3 wieder Rang 4. In die Endkämpfe der Besten in der M14 schaffte es auch Lukas Kaiser. Er wurde zweimal Siebter: über 100 m in 12,74 Sek. und mit 4,79 m im Weitsprung. Ebenfalls in einen Endkampf der M14 schaffte es Farin Benli. Im Kugelstoßwettbewerb schlug das vier Kilo schwere Gerät bei 11,40 m auf. Zwei weitere persönliche Bestleistungen gab es im 800-m-Fi-

nale der U23 bei über 30 Grad. Mit 2:20,30 Min. wurde in einem Temporennen Alexandra Schütz Fünfte und Tonia Weichert Siebte (2:22,39 Min.). CS



**Naomi Krebs beim Start**



# Treppchen knapp verpasst

**Bamberg** – Am Wochenende fanden im saarländischen St. Wendel die süddeutschen Leichtathletik-Meisterschaften der Altersklassen U16 und U23 statt. Alexandra Schütz (U23, 800m) und Anna Güthlein (W14, Speer) nahmen die lange Anreise auf sich und vertraten die LG Bamberg. Anna Güthlein verfehlte das Podest nur knapp.

Im leistungsstark besetzten Teilnehmerfeld qualifizierte sich Anna Güthlein bei ihrer ersten süddeutschen Meisterschaft im Vorkampf mühelos für das Finale der besten acht süddeutschen Speerwerferinnen der W14. Hier musste sich die bayerische Vizemeisterin gegen die Meister der anderen süddeutschen Bundesländer behaupten. Mit 35,49 m blieb sie unter ihren Möglichkeiten, es trennten sie am Ende jedoch lediglich 20 cm von den Podestplätzen. Platz 4 in Süddeutschland ist ein tolles Ergebnis für Anna Güthlein, die verletzungsbedingt erst im April in die Saison eingestiegen ist.

Alexandra Schütz versuchte den Lauf bei den Juniorinnen zu nutzen, um endlich eine Bestzeit unter 2:20,00 Min. zu erreichen. Mit einem mutigen Rennen lief sie bis zur 700-m-Marke sogar eindeutig unter dieser Endzeit. Jedoch machten sich auf den

letzten 70 Metern die Belastungen der letzten Wochen (Saisonhöhepunkt und Prüfungsstress in der Uni) bemerkbar. Die Zielgerade wurde für die Läuferin zur Qual, und mit einer Endzeit von 2:22,58 Minuten war sie sichtlich unzufrieden. Dennoch zeigte die Saison, dass Alexandra Schütz mittlerweile in der Lage ist, konsequent in einem Tiefenbereich der 2:20er-Zeiten zu laufen. Spätestens im nächsten Jahr soll nun die Zeit von 2:20,00 Min. unterboten werden. *WG*



**Anna Güthlein trennten bei der süddeutschen Meisterschaft nur 20 Zentimeter vom dritten Platz im Speerwurf.**

Foto: privat

# Anna Hirt lässt nichts anbrennen

**LEICHTATHLETIK** Bei der bayerischen Meisterschaft in Erding gewinnt das U18-Talent der LG Bamberg Gold über 1500 und 3000 Meter. Rebecca Zimmer siegt trotz einer Rückenverletzung im Diskuswurf.

**Bamberg** – Auf der blauen Laufbahn in Erding fanden die bayerischen Meisterschaften der Männer, Frauen und der beiden Jugendklassen in der Leichtathletik statt. Mit zwei Gold-, einer Bronzemedaille und einer Reihe schöner Finalplatzierungen kehrten die Athleten der LG Bamberg nach Hause zurück.

Eifrigste Medaillensammlerin war Langstrecklerin Anna Hirt. Sie startete in der U18 über 3000 Meter sowie über 1500 Meter. Wie schon bei den süddeutschen Meisterschaften drei Wochen zuvor ließ die 16-Jährige über die längere Distanz nichts anbrennen. Sie setzte sich 300 Meter vor Schluss an die Spitze und sprintete als sichere Goldmedaillengewinnerin in 10:22,40 Min. ins Ziel. Als Zugabe gewann sie über 1500 Meter in 4:49,38 Min. in einem spannenden, taktischen Rennen Bronze.

Ihr nächstes Ziel sind nun die deutschen Jugendmeisterschaften in Mönchengladbach.

Auch für Rebecca Zimmer sollten die bayerischen Meisterschaften eine Zwischenstation auf dem Weg zur deutschen Jugendmeisterschaft sein. Nach dem Aufwärmen bemerkte die DLV-Kaderathletin jedoch, dass ihre Rückenmuskulatur Schmerzen bereitete. Trotz dieser Einschränkung nahm sie am Wettbewerb teil und gewann die Goldmedaille im Diskuswurf der U20. Die dritte Medaille für die LG Bamberg sicherte sich Christina Holzner im Kugelstoßen. Sie wuchtete die vier Kilo schwere Kugel auf 11,02 Meter und wurde 17 Zentimeter hinter der Zweitplatzierten Dritte.

Im Kreis der bayerischen Wurfelite hat sich auch Simone Schramm etabliert. In der Frauenklasse wurde sie im Kugelstoß

Vierte. Ihre Vier-Kilo-Kugel schlug bei 11,90 Metern auf. Am nächsten Tag startete sie noch im Speerwurf. Ihr 600 Gramm Speer landete bei 42,20 Metern, was bei der starken Konkurrenz Platz 5 bedeutete.

Knapp an der Bronzemedaille vorbei schrammte Leo Seibold. Er war in der U18 im Dreisprung angetreten und erreichte mit 12,42 Metern den vierten Platz. Ihm fehlten am Schluss nur sieben Zentimeter für die bessere Platzierung. Noch mehr Pech im Dreisprung hatte Luisa Ertl. In der U20 sprang sie 10,64 Meter, einen Zentimeter hinter der Drittplatzierten. Anna-Lena Genz kam im gleichen Wettbewerb mit 9,94 Meter auf Platz 6. Dazu kam noch ein siebter Rang über die 400 Meter. Mit 58,92 Sek. lief sie knapp an der Qualifikation zur deutschen Meisterschaft vorbei.



**Anna Hirt gewann zwei bayerische Meistertitel.**

Foto: privat

Ein weiterer vierter Platz ging auf das Konto von Klara Arnold. Im kräftefressenden 400-Meter-Hürdenlauf der U18 lief sie

68,01 Sek. Platz 8 ging in der gleichen Disziplin an Julia Müller in 71,07 Sek.

In das Finale der 100-Meter-Hürdenläuferinnen schaffte es Dominique Sauer. Mit 15,63 Sek. (Vorlauf 15,21 Sek.) wurde sie in der U18 Siebte. Zuvor startete sie noch im Hochsprung. Auch hier wurde es Platz 7 bei einer Höhe von 1,58 Metern.

Den fünften Platz im Hochsprung gab es für Samuel Düsel in der U18. Er übersprang 1,78 Meter. Ihm machte etwas der ungewohnte Anlauf auf der blauen Bahn zu schaffen.

In einer völlig anderen Altersklasse bewegte sich Altmeister Roland Wild. Bei den deutschen Seniorenmeisterschaften im thüringischen Leinefelde-Worbis startete er in der M45 über 5000 Meter. In einem stark besetzten Lauf wurde er in 16:45 Min. Fünfter. DH/CS

# Am Berg eine Klasse für sich

FT 27.7.16

**AUSDAUERSPORT** Die Routiniers der DJK LC Vorra, LG Bamberg und des SC Kemmern sammeln Titel bei den bayerischen Meisterschaften in Hausen in der Rhön. Matthias Flade sichert sich den Gesamtsieg.

**Bamberg** – In Hausen in der Rhön haben die bayerischen Berglaufmeisterschaften der Senioren stattgefunden. Auf einer Strecke von acht Kilometern galt es 450 Höhenmeter zu überwinden. Von Beginn an drückten die Athleten aus dem Raum Bamberg der Veranstaltung ihren Stempel auf.

Die beiden Berglaufspezialisten Matthias Flade (DJK LC Vorra) und Roland Wild (LG Bamberg) machten vom Start weg Druck und diktierten das Tempo. Nach der Hälfte der Strecke löste sich Flade aus der Spitzengruppe und lief ungefährdet dem Sieg entgegen. Nach 34:01 Min. kam er als Sieger und bayerischer Meister der Altersklasse M35 ins Ziel.

Wie bei so vielen Bergläufen schon zeigte der mittlerweile 48-jährige Bamberger Wild wieder eine starke Leistung. Als Gesamt-Dritter sicherte er sich in 34:29 Min. mit deutlichem Vorsprung den bayerischen Meistertitel der M45. Immer besser in Form kommt auch Sven Starklauf von der DJK LC Vorra. Er arbeitete sich kurz vor Schluss auf einer kraftraubenden, zwei Kilometer langen



**Erfolgreich in der Rhön unterwegs, hinten v. r.: Matthias Flade, Sven Starklauf, Christian Schlapp, Klaus Belzer (alle DJK LC Vorra), Roland Wild, Tobias Teuscher (beide LG Bamberg); vorn v. r.: Carmen Schlichting-Förtsch mit Tochter, Sybille Vogler, Anna Polanski (alle SC Kemmern), Edgar Loch (LG Bamberg)** Foto: privat

Cross-Passage bergauf noch auf Rang 7 nach vorne. Mit 35:01 Min. machte er in der M35 hinter Flade den Doppelsieg für Vorra perfekt und sicherte sich die Vizemeisterschaft.

Klaus Belzer (DJK LC Vorra) kam nach 37:09 Min. bei seinem ersten Berglauf auf Rang 6 der M40. Sein Vereinskollege Christian Schlapp wurde nach 40:29 Min. Neunter der M40. Knapp

verpasste Tobias Teuscher von der LG Bamberg in der M45 einen Podestplatz. Er kam mit 37:24 Min. und zwei Sekunden Rückstand als Vierter der M45 ins Ziel. Edgar Loch von der

LGB „finishte“ nach 38:48 Min. als Achter der M40. Angesichts eines wohl knappen Ausgangs warteten die Läufer mit Spannung auf das Mannschaftsergebnis. Bayerischer Meister wurde die DJK LC Vorra (Flade, Starklauf, Belzer) vor der TG Kitzingen und der LG Bamberg mit Wild, Teuscher und Loch.

Bei den Damen ließ Carmen Schlichting-Förtsch vom SC Kemmern den südbayerischen Seniorinnen keine Chance und krönte ihre bisher erfolgreiche Saison nun auch noch mit dem bayerischen Meistertitel in der Altersklasse W35. In einem starken Rennen setzte sie sich immer weiter von der Konkurrenz ab und siegte mit sehr guten 41:16 Min. Schneller war nur die jugendliche Kaderathletin Nada Balcarczyk (LG Würm Athletik), die nach 36:58 Min. als Gesamt-Erste ins Ziel lief.

Mit Sybille Vogler sicherte sich eine weitere Läuferin des SC Kemmern einen Titel. In 56:01 Min. bewältigte die 72-Jährige die schwere Strecke und triumphierte als Siegerin der W70. Anna Polanski (SC Kemmern) lief nach 53:53 Min. in der W50 auf den siebten Rang. red



# Keine Titel, aber Bestleistungen

FT 29.7.16

**LEICHTATHLETIK** Obwohl es beim Meeting des LSC Höchststadt formal um nichts geht, haben sich die Teilnehmer gegenseitig zu Rekorden angeheizt. Der bayerische U15-Speerwurfmeister setzte vier Meter oben drauf.

VON THEO KIEFNER

**Höchststadt** - Am Ende eines trüben Tages gab es pünktlich zum Leichtathletik-Meeting des LSC Höchststadt Sonne und angenehme Temperaturen. Das Teilnehmerfeld war so voll wie noch nie bei diesem Abendsportfest. „Das war mit Abstand unsere beste Veranstaltung“, freute sich Organisator Markus Mönius schon vor dem letzten Wettkampf. Für die Zufriedenheit gab es Gründe: Trotz Teilnehmerrekords keinen Verzug im Zeitplan und gute Leistungen.

Leichtathletik trifft Livemusik – das Versprechen wurde an diesem Sommerabend gut umgesetzt. Die Athleten, vom kleinen Schüler beim ersten Wettkampf über die Top-Athleten mit internationaler Erfahrung bis zu den Senioren, ließen sich von der Stimmung anstecken. An der Weitsprung-Grube herrschte den ganzen Abend reges Treiben.

## Bastian Graus Taktik geht auf

Beim Höhepunkt des Abends, dem „Race of Champions“ über 1000 Meter, setzte sich Lokalmatador Bastian Grau durch. „Meine Taktik ging voll und ganz auf“, erklärte der Biengartener. Auf der ersten Stadionrunde war das Rennen verhalten. Es war aber nur eine Frage der Zeit, bis die Athleten die Geschwindigkeit anziehen würden. „Das Tempo war meine Chance“, meinte Grau.

Mit seinem Spurt bei 700 Metern überraschte er die Konkurrenz mit dem deutschen U23-Meister über 3000 Meter Hindernis, Patrick Karl (TV Och-

senfurt), und Dario Tippmann vom LAC Quelle Fürth. Er erwischte sie auf dem falschen Fuß. Beide hatten auf einen kurzen Endspurt von etwa 100 Metern gesetzt. Kurz vor dem Ziel kamen die beiden dem Führenden näher. „Die letzten zehn Meter waren richtig hart“, berichtete Grau. Karl und Tippmann setzten ihm nochmal richtig zu. „Fünf Meter mehr, dann hätte es geklappt“, meinte der Ochsenfurter, der letztlich zwei Zehntel Rückstand hatte. Sein Vater und Trainer Klaus Karl war die gut 60 Kilometer aus Unterfranken mit dem Fahrrad angereist.

„Wir hatten ganz bewusst auf Tempomacher verzichtet“, erklärte Mönius. Dadurch war die Siegerzeit mit mit 2:27,40 Minuten nicht so schnell wie in den vergangenen Jahren. Die Spannung war trotzdem, oder gerade deshalb, groß – mit drei Läufern innerhalb von einer halben Sekunde. Das Feld war mit dem EM-Teilnehmer Patrick Schneider aus Burghaslach, Tippmann und Karl gut besetzt.

Der Verzicht auf einen Tempomacher war nicht die einzige Änderung. In den vergangenen Jahren fand das „Race of Champions“ ganz am Ende statt. Diesmal war es mitten in der Veranstaltung. „Die Stimmung war dadurch besser, es waren noch mehr Zuschauer da“, beschrieb Bastians Zwillingbruder Martin die Auswirkung. Der Top-Athlet des LSC Höchststadt lief in diesem Jahr nicht mit, da er die Saison aus gesundheitlichen Gründen schon beendet hat.

Um ein Meeting mit so einer großen Teilnehmerzahl an ei-

nem Abend zu stemmen, werden viele Helfer benötigt. Trainer, Funktionäre, Eltern und Athleten waren im Einsatz. Marco Kürzdörfer half bei der Verpflegung und später auf der Bahn als Rundenzähler. „Wir haben uns mit jedem Mal gesteigert. Die Erfahrung hilft, den Ablauf besser in den Griff zu bekommen“, lobte Mönius sein Team, ohne das die Veranstaltung nicht möglich wäre.

## Ukrainer springt am weitesten

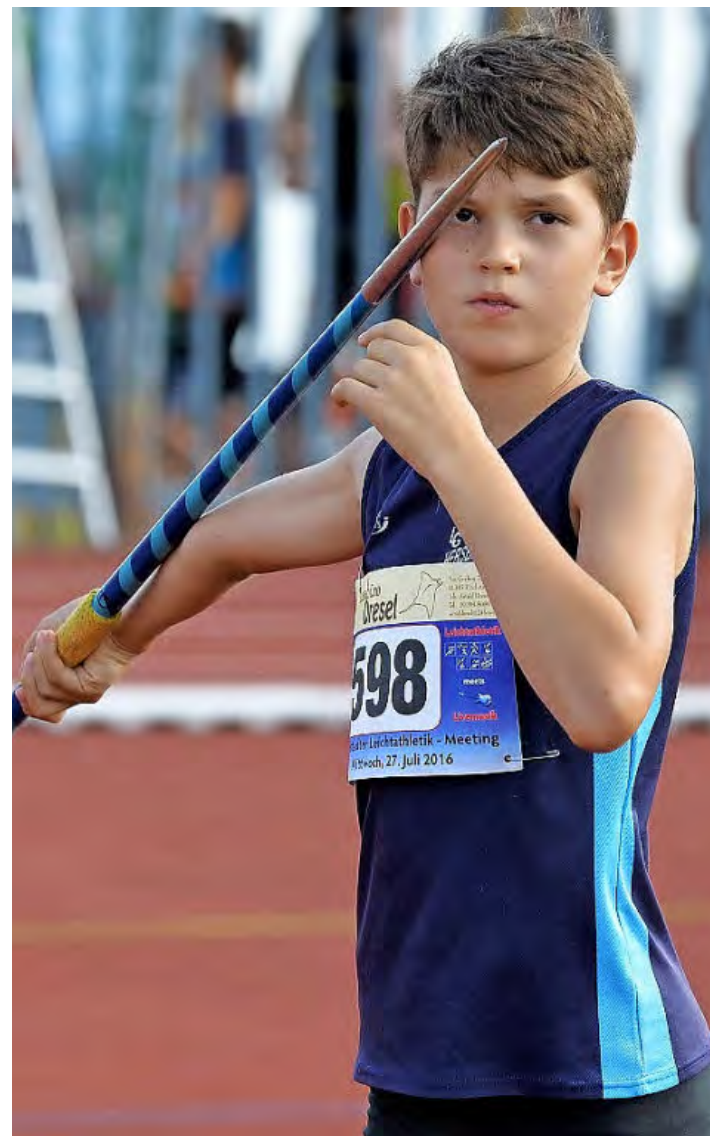
Bei den Schülern der M15 waren nur drei Athleten am Start. Dafür sorgte das Trio für die besten Leistungen in den technischen Disziplinen. Im Weitsprung zeigte Anton Sobolevski vom LAC mit 6,41 Metern, dass er nicht nur Hochsprung kann. Mit 1,99 Meter führt er die deutsche Jahresbestenliste der U16 an. Vor neun Monaten kam er mit seiner Mutter aus der Ukraine nach Nürnberg.

Sein Vereinskollege Viktor Ertelt gewann das Speerwerfen mit 57,53 Metern. Der bayerische Meister verbesserte seine Bestleistung, mit der er vor zwei Wochen den Titel gewann, um vier Meter. Zweiter wurde Paul Pölmann (SC Eschenbach), er hatte bei der „Bayerischen“ Bronze gewonnen und warf in Höchststadt 54,22 Meter. Die Jüngsten kamen in den Genuss, unter Flutlicht zu laufen.

## Bildergalerie

Weitere Bilder vom LSC-Meeting gibt es im Internet auf

 **inFranken.de**



**Jason Miess von der LG Hersbrucker Alb siegte im Speerwerfen der M12 mit 26,15 Metern.**

Fotos: Picturedreams



**Auch der Nachwuchs legte sich beim LSC-Meeting ins Zeug.**

**Eine der schweren Disziplinen: Kugelstoßen**

# Naomi Krebs mit Rekord im Vierkampf

**Bamberg** – Bei den oberfränkischen Leichtathletik-Schülermeisterschaften in Wunsiedel glänzte im Vierkampf ein weiteres Mal Naomi Krebs. In der Altersklasse W13 errang sie nicht nur die oberfränkische Meisterschaft, sondern verbesserte auch den Bezirksrekord ihrer Trainingskameradin Lisa Weber aus dem Jahr 2014. Naomi lief die 75 m in starken 7,69 Sekunden, sprang 5,29 m weit, 1,44 m hoch und warf den 200-Gramm-Ball auf genau 40 Meter. In der Summe ergab dies 2087 Punkte, eine Leistung die auch Platz 1 in Bayern bedeutet. In der männlichen Altersklasse M15 wurde Jakob Löblein Vizemeister. Er hatte mit 1,68 m im Hochsprung sein bestes Einzelergebnis.

Bei den bayerischen Senioren-Mehrkampfmeisterschaften in Aichach gab es für Florian Hofmann Silber. In der Altersklasse M40 waren seine 25,10 Sekunden über 200 m und die 5:19,74 Minuten über 1500 m seine besten Einzelleistungen im Gesamtergebnis von 2501 Punkten. Sein Trainingskamerad Stephan Kunzelmann wurde Vierter in der M45.

Ein weiteres Ausrufezeichen lieferte Julia Weber ab. Beim Höchststadter Sparkassen-Mee-ting warf sie den 400 Gramm Speer auf 32,32 m. So weit hat in ihrem Alter noch keine Athletin in Bamberg geworfen. Außerdem gewann sie das Kugelstoßen mit 7,89 m. Aber auch die anderen Bamberger Werferinnen feierten Siege. Anna Güthlein warf den 500-Gramm-Speer in der W14 auf die Siegesweite von 35,23 m, und Lena Göller schleuderte den Ein-Kilo-Diskus in der W15 auf 22,47 m und Platz 1. Zwei Erfolge gab es für Simone Schramm bei den Frauen. Sie siegte mit 11,79 m im Kugelstoß und 34,83 m im Diskuswurf. Ein zweiter Platz im Speerwurf mit 40,15 m rundete einen Wurfmehrkampf auf bayerischem Niveau ab.

Ein weiterer Sieg in Höchststadt ging auf das Konto der 4x100 Meter Staffel der weiblichen U16. Annika Lang, Emma Leisgang, Hanna Trusen und Jana Kraus liefen gute 53,90 Sekunden. Daniel Müller siegte in der U20 über 100 m (12,27 Sekunden) und im Weitsprung (5,92 Meter). Jana Kraus holte Gold in ihrem Weitsprungwettbewerb der W14 mit 4,65 m, und Lea Weber lief in der U18 als Erste in 3:31:62 Minuten über die Ziellinie. CS



# Wild feiert seinen größten Triumph

FT 11.8.16

**LEICHTATHLETIK** Der „Oldie“ der LG Bamberg gewinnt bei der deutschen Meisterschaft im Berglauf den Titel in der M45. Das LG-Trio holt Bronze in der Mannschaftswertung der M40/45.

**Bamberg** - Bei der deutschen Berglaufmeisterschaft im Schwangau starteten 250 Männer und 90 Frauen im Rahmen des 15. Tegelberglaufs. Roland Wild von der LG Bamberg, in diesem Jahr bereits bayerischer Meister über 5000 m und im Berglauf der Altersklasse M45, ging ordentlich vorbereitet in diesen Saisonhöhepunkt. Mit 45:52 Min. kämpfte er sich auf den Gipfel und gewann den deutschen Meistertitel in der M45. Die Goldmedaille ist der bisher größte Einzelerfolg für den Bamberger Leichtathleten.

Start der acht Kilometer langen Strecke war die Talstation. 900 Höhenmeter waren bis zum Ziel am Tegelberghaus zu überwinden. Nach dem ersten, flachen Kilometer führte die Strecke steil, aber gut zu laufen, auf festen Forstwegen nach oben. Ab Kilometer 6 folgte eine ex-



**Tobias Teuscher** **Marco Sahm**

treme Hangpassage mit 280 Höhenmetern auf Serpentinafen und Stufen bis ins Ziel. Selbst für gut trainierte Läufer war dieser Schlussabschnitt eher durch schnelles Gehen als laufend zu schaffen.

Gesamtsieger und deutscher Meister in der Männer-Hauptklasse, wurde Toni Lautenbach (LC Tölzer Land) in 40:36 Min. Den Titel bei den Frauen gewann Michelle Maier (PTSV Rosenheim) in 45:56 Min.

Durch die guten Leistungen von Wilds LG-Kameraden Marco Sahm (47:07/6. M40) und Tobias Teuscher (51:00/13. M45) gab es zusätzlich noch die Bronzemedaille in der Mannschaftswertung (M40/45) für die LG Bamberg.

## Matthias Flade Dritter

Den dritten Platz in der M35 sicherte sich Matthias Flade (DJK/LC Vorra) mit 44:29 Min. Ebenfalls Bronze gewann Carmen Schlichting-Förtsch (SC Kemmern, 57:13) in der W35. Für ihre Vereinskollegin Sybille Vogler (eigentlich W70) reichte die Zielzeit von 1:15:17 Std. zum fünften Platz, da der DLV nur bis W65 wertet.

**Weitere Ergebnisse:** Kevin Karrer (LG Bamberg, 46:45/31. MHK), Anna Polanski (SC Kemmern, 1:15:02 Std./12. W50) *RLA*



**Roland Wild auf dem Weg hinauf auf den Tegelberg**

Foto: privat



# Routinier Roland Wild sammelt drei Titel

**Bamberg** – Auf einer schwer zu laufenden Runde, hügelig und teilweise auf Feldwegen, haben in Schwarzenbach/Saale die oberfränkischen Meisterschaft im Zehn-Kilometer-Straßenlauf stattgefunden. Neben dem Streckenprofil ließen auch die som-

merlichen Temperaturen keine Topzeiten erwarten. Nur 31 Männer und Frauen gingen das Meisterschaftsrennen an, 230 starteten im Volkslauf. Den oberfränkischen Männertitel gewann Roland Wild von der LG Bamberg in 36:02 Min., was

auch den Sieg in der Altersklasse M45 bedeutete.

Er wurde Zweiter im Gesamteinlauf hinter dem Sachsen Philipp Dressel-Putz vom LATV Plauen, der in 35:44 Min. die Volkslaufwertung für sich entschied. Auf Platz 4 kam mit Alois Fuchs der nächste LGB-Athlet ins Ziel. Er sicherte sich in 37:07 Min. den oberfränkischen Vize-meistertitel. Auch der Marathonspezialist Alexander Kurz brachte mit seinen 39:47 Min. eine gute Leistung. Er gewann als Neunter des Gesamteinlaufs den Titel in der M35 und noch dazu mit seinen Vereinskameraden von der LG Bamberg, Wild und Fuchs, den Sieg in der Mannschaftswertung der Herren.

Oberfränkische Meisterin bei den Damen wurde mit Carmen Schlichting-Förtsch (SC Kemmern, 43:07 Min.) ebenfalls eine Läuferin aus der Region. Ihre Vereinskameradin Anna Polanski siegte in 49:40 Min. in der W50. Gabi Bastian von der DJK/LC Vorrä gewann die Altersklasse W45 in 47:58 Min. rla

Weitere Ergebnisse: Dieter Bastian (DJK/LC Vorrä) 43:44 Min./5. M50, Klaus Schmitz (SC Kemmern) 48:38/7. M50



**Erfolgsgaranten in Sachen Laufen: Carmen Schlichting-Förtsch (r.) und Roland Wild**  
Foto: privat

# Das Talent Julia Weber lässt mit der Kugel aufhorchen

**Bamberg** – Recht erfolgreich sind die Leichtathleten der LG Bamberg zum Ende der Saison von ihren Wettkämpfen nach Hause zurückgekehrt. Beim landesoffenen Werfertag mit oberfränkischen Hammerwurfmeisterschaften in Stadtsteinach waren Rebecca Zimmer und Julia Weber am Start. Trotz regnerischen Wetters und kühlen Temperaturen kamen achtbare Ergebnisse zustande.

So warf Julia Weber trotz des rutschigen Bodens im Ring den zwei Kilogramm schweren Hammer auf 30,13 m, was ihr den Meistertitel in der Altersklasse W12 einbrachte. Außerdem startete sie in der Vierkampfpokalwertung, die sie ebenfalls gewann. Starke 8,60 m im Kugelstoßen mit der Drei-Kilogramm-Kugel, 30,62 m mit dem 400-gr-Speer und 27,75 m mit dem Schülerinnendiskus rundeten ihren erfolgreichen Wettkampf ab.

Zuvor hatte sie in Schönwald den 750-gr-Diskus bereits auf 29,98 m geworfen. Eine solche Weite hat eine Zwölfjährige aus Bamberg bisher noch nicht geworfen. Für die DLV-Kaderathletin Rebecca Zimmer waren die



**Julia Weber beim Kugelstoßen**

Foto: privat

oberfränkischen Hammerwurfmeisterschaften ein reiner Trainingswettkampf, den sie mit 43,86 m gewann. Die Woche zuvor wurde sie für den UAC Kulmbach im hessischen Bürstadt vierfache deutsche Rasen-

kraftsportmeisterin in den Disziplinen Gewichtwerfen und Steinstoßen sowie im Dreikampf der Altersklassen U20 und U23.

Auf internationaler Ebene war Simone Schramm unterwegs. Die LG-Athletin startete

für Bayern beim Ländervergleichskampf Arge-Alp der Männer und Frauen in Plattling im Speerwurf. Starker Regen und die unerwartete Verschiebung des Wettbewerbs um einen Tag nach vorne verhinderten eine gute Leistung. Dennoch wurde die Studentin mit 39,25 m mit dem 600-gr-Speer Vierte. In der Gesamtabrechnung gewann Bayern den Wettbewerb vor Südtirol, dem Tessin und weiteren vier Alpenregionen.

Das ereignisreiche Leichtathletikprogramm rundeten die Bamberger Senioren bei den nordbayerischen Meisterschaften in Wiesau ab. Doppelmeister in der Altersklasse M30 wurde Franz Kupfer. Er siegte über 100 m in 12,30 Sek. und gewann ohne Konkurrenz den Diskuswettbewerb. Florian Hofmann siegte über die 100 m in der M40 in 12,81 Sek. und gewann den Weitsprung mit 5,20 m bei gleicher Leistung wie der Zweitplatzierte dank der besseren zweiten Weite. Einen weiteren Sprintsieg sicherte sich Ralf Ebersbach in der M50. 14,04 Sek. waren seine Siegerzeit bei einem kalten und verregneten Wettkampftag.



# Fürther Dominanz

FT 27.9.16

**AUSDAUERSPORT** Anna Hirt von der LG Bamberg und Eshetu Zewudi vom LAC Quelle Fürth siegen beim Kemmerner Kuckuckslauf.

**Kemmern** – Bereits zum achten Mal fand der Kuckuckslauf in Kemmern statt. Auch dieses Jahr gab es großen Zuspruch, was die Teilnehmerzahlen (296 im Hauptlauf bzw. 577 insgesamt) zeigen. Ebenso erfreulich war, dass auch wieder viele Zuschauer die Strecke säumten und zusammen mit den Trommlergruppen und den Litzendorfer Cheerleadern jeden Starter freudig anfeuert.

Der BMW-Sperber-Hauptlauf über 10 Kilometer versprach große Spannung. Hier waren viele schnelle Läufer aus der Region und dem übrigen Bayern am Start, darunter das Team des LAC Quelle Fürth mit mehr als einem Dutzend Starter, die ihrer Favoritenrolle gerecht werden sollten. Die Fürther stellten mit Eshetu Zewudi in 32:14 Min. (1. M30) zum einen den Gesamtsieger und zum anderen mit Patrick Weiler (32:29) und Markus Schwartz (33:25, 1. MHK) das komplette Podium. Zudem schloss der LAC Quelle auch die Teamwertung auf Rang 1 bzw. 3 ab und zeigte mit fünf Läufern unter den ersten Zehn eine starke Leistung. In diese Phalanx konnte lediglich die LG Bamberg auf Rang 2 einbrechen.

## Anna Hirt setzt sich ab

Bei den Frauen war Anna Hirt (LG Bamberg) in 38:10 Min. (1. WJ U18) als Erste im Ziel. Sie setzte sich in der Schlussrunde von ihren Verfolgerinnen Elvira Flurschütz und Sandra Haderlein (beide SC Kemmern) ab, die mit 38:20 Min. (1. WHK) bzw. 38:22 Min. (1. W30) das Ziel erreichten. Die Teamwertung indes war eine klare Angelegenheit für den SC Kemmern (Flurschütz, Haderlein, Schlichting-Förtsch), der sich gegen die beiden Teams des LAC Quelle Fürth durchsetzte. Insgesamt durchbrachen 51 Läufer die 40-Minuten-Marke, ein weiterer

Beleg für das stark besetzte Feld, was auch ein Blick auf die Altersklassen-Sieger zeigt: Die MJ U18 gewann Esmaet Rezaei (TV Bad Brückenau) in 38:12 Min., in der MJ U20 war Jan Eyring (SV Frankenhausen) in 37:53 Min. am schnellsten. Die M35 war eine klare Angelegenheit für Sven Starklauf (DJK LC Vorra, 35:11), in der M40 triumphierte Bernd Hagen (TSV Neuhaus/Aisch) nach 34:49 Min. Die M45 gewann Eike Loch (LAC Quelle Fürth) in 33:36 Min., während in der M50 Peter Boysen (TSV Bad Staffelstein) nach 38:11 Min. erfolgreich war. Michael Leicht (TSV Scheßlitz) war in 39:07 Min. in der M55 erfolgreich, die M60 war eine deutliche Angelegenheit für Peter Lenz (LG Erlangen, 39:14). Manfred Dormann (TV Bad Brückenau) gewann die M65 in 39:15 Min. Die M70 entschied Helmut Müller (LG Erlangen) in 45:37 Min. für sich.

## Schnelle „Oldies“

Großen Respekt verdienen auch die Leistungen der Altersklassensieger der M75, Bodo Fechner (LG Nürnberg, 51:52) und der M80, Ludwig Amarell (Rennsteiglaufverein/LG Süd, 58:55), die manch jüngeren Teilnehmer hinter sich ließen. Ältester Teilnehmer war Ernst Binder (LG Nürnberg, Jahrgang 1934).

In der WJ U20 war Laura Dressel (ohne Verein) in 50:29 Min. erfolgreich, die W35 hatte mit Carmen Schlichting-Förtsch (SC Kemmern, 40:52) eine Lokalmatadorin als Siegerin. In der W40 war Platz 1 Christine Lipfert (LAC Quelle Fürth, 41:38) vorbehalten, in der W45 galt dies für Susanne Schmidt (FSV Großenseebach) in 45:11. Für die LG Forchheim war Heike Niggemann (W50) in 46:55 Min. siegreich. Die W55 gewann Silvia Bärwolf (Laufftreff Breitungen) nach 47:05, während Edith



296 Teilnehmer gingen im Hauptlauf über zehn Kilometer an den Start.

Fotos: sportpress

Grassmann (SVG Ruhsdorf/Rott) in 50:18 Min. die W60 für sich entschied. Die W65 gewann Elisabeth Addala (DJK LC Vorra) in 59:25 Min, die W70 gewann die älteste Teilnehmerin, Ruth Schlager (Jahrgang 1942/TSV Neustadt/54:40).

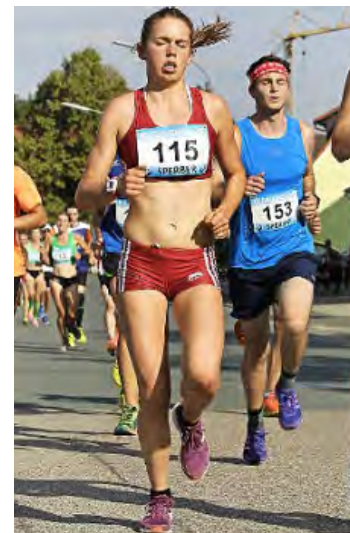
Die Sieger der Sport-Wagner-Schülerläufe U12/U10 über 1,3 Kilometer: U10 wl.: Angelina Steblau (TSV Mönchröden) 5:15; U12 wl.: Melina Schäfer (TSV Mönchröden) 4:43; U10 ml.: Simon Nanke (TSV Neunkirchen) 4:33; U12 ml.: Felix Böttinger (DJK Don Bosco Bamberg) 4:43.

Im Anschluss ermittelten die Altersklassen U14 und U16 ihre Sieger im Rahmen des Brauerei Wagner Hobby- und Firmenlaufes. Die Sieger: U14 wl.: Victoria Sheino (DJK Brose Bamberg) 19:22; U16 wl. und Gesamt-Erste: Eva Dorsch (SC Kemmern) 16:14; U14 ml.: Jan Pluta (DJK Eggolsheim) 15:49; U16 ml. und Gesamt-Erster: Valentin Herrmann (TSV Mön-

chröden) 15:09.

Im Hobbylauf gewann bei den Männern Tino Folde (Team Messingschlager) in 15:31 Min. vor Janusz Pluta (DJK Eggolsheim, 15:51) und Dominik Buck (Maschinenbau Leicht, 15:55). Bei den Frauen gewann Alina Beierlieb (Team Physio Göller) in 17:54 Min. vor ihrer Teamkollegin Verena Göller (18:53) und Anna Pfeiffer (TSV Bad Staffelstein, 19:18). Die Firmenwertung gewann das Frauenteam Physio Göller und bei den Männern Bayernwerk SG Franken e.V.

Beim VR-Bank-Bamberg Bambinilauf erfuhren die 95 Teilnehmer (Jahrgänge 2009 und jünger) nicht weniger Anfeuerung als die „Großen“. Auch heuer ging die Veranstaltung reibungslos über die Bühne, ein Verdienst des Organisationssteams um Initiator Klaus Geuß und zahlreicher freiwilliger Helfer. Weitere Ergebnisse unter [www.Kemmerner-Kuckucks-lauf.de](http://www.Kemmerner-Kuckucks-lauf.de)



Anna Hirt von der LG Bamberg war die schnellste Frau im Feld.

**Fotostrecke**  
Weitere Bilder vom Kuckuckslauf finden Sie bei



# Fünf Bezirkstitel für LG-Teams

FT 29.9.16

**LEICHTATHLETIK** Die Bamberger geben sich zum Ausklang der Bahnsaison keine Blöße.

**Forchheim** – Hervorragende äußere Bedingungen und ein gut eingespieltes Organisationsteam bildeten die Grundlage für einen gelungenen Wettkampftag bei den oberfränkischen Mannschaftsmeisterschaften in Forchheim und verhalfen somit den Leichtathleten zu einem erfolgreichen Abschluss der Bahnsaison. In den einzelnen Mannschaftswettbewerben, bei denen in jeder Disziplin zwei Starter pro Verein gewertet wurden, erreichten die Teams der LG Bamberg in den Jugend- und Schülerklassen beinahe durchwegs den ersten Rang.

Sowohl bei der männlichen als auch der weiblichen U20 gewannen die LGler den Bezirkstitel mit durchaus erfreulichen Einzelleistungen. So sprintete Florian Leibbrand die 100 m in 11,66 Sek., während sein Bruder Oliver vor allem im Weitsprung mit 6,09 m Akzente setzte. Die 800 m waren mit Florian Leibbrand (2:18,94 Min.) und Samuel Düsel (2:2:24,72 Min.) stark besetzt. Den Ausschlag gegenüber dem Team aus Forchheim machten jedoch die tollen Kugelstoßergebnisse von Christian Baumgartl (11,26 m) und Leo Schramm (11,02 m), die einen beachtlichen Punktevorsprung einbrachten.

## Starke Weitspringerinnen

Die Mädchen der U20 gewannen konkurrenzlos, aber dennoch mit erfreulichen Ergebnissen vor allem im Weitsprung, bei dem Susanne Noell 4,61 m und Lisa Geißler 4,58 m erreichten.

Theresa Ebersbach sprintete die 100 m in 14,39 Sek., und Nina Neundorfer stieß die Vier-Kilo-Kugel auf 7,78 m. Im 800-m-Lauf erzielte Lea Weber 2:40,44 Min.

## Dominique Sauer sammelt Punkte

Einen Wettbewerb auf Augenhöhe gab es bei der weiblichen U18, weil auch das Team aus Forchheim stark besetzt war. Die Mädchen der LG leisteten sich jedoch keine Patzer und gewannen letztlich deutlich. Erfolgreichste Punkteliieferantin war die Mehrkampfspezialistin Dominique Sauer, die zunächst im Speerwurf beachtliche 34,62 m erzielte und anschließend im Weitsprung mit einer neuen Bestleistung von 5,09 m aufhorchen ließ. Mit Mona Loch stellte die LG die überlegene Siegerin im 100-m-Lauf in 13,56 Sek. Sie belegte auch im Weitsprung mit starken 4,92 m den zweiten Rang. Klara Arnoldt durfte sich über eine neue Bestleistung im Kugelstoßen mit 8,83 m freuen, und Flora Jansen komplettierte das gute Weitsprungergebnis mit 4,68 m. Im 800-m-Lauf dominierten schließlich Jana Münchenbach in der glänzenden Zeit von 2:30,92 Min. und Julia Müller mit einer neuen Bestleistung von 2:37,24 Min.

## Neue Bestleistungen

Bei der männlichen U16 setzte sich ebenfalls die LG Bamberg vor den Teams aus Forchheim und der LG Fichtelgebirge durch. Hier stellten Gianluca



Nach einem Jahr im Ausland meldete sich die Mehrkampfspezialistin Dominique Sauer rechtzeitig zum Saisonabschluss mit persönlicher Bestleistung von 5,09 m im Weitsprung eindrucksvoll zurück. Foto: privat

Zandona im Weitsprung mit 5,44 m und Farin Benli im Kugelstoßen mit 12,53 m neue Bestleistungen auf. Jakob Löblein sprintete die 100 m in flotten 12,88 Sek., und Lukas Kaiser warf den 600-Gramm-Speer auf 33,80 m. Johannes Bayer gefiel in einem couragierten Lauf über die 800-m-Strecke in 2:27,52 Min., bei dem auch sein Vereinskollege Jonathan Vogels in 2:32,02 Min. deutlich vor der

Konkurrenz einkam.

Auch das Team der weiblichen U16 durfte sich über den Gewinn des Bezirkstitels freuen. Mit einem überlegenen Sieg über die 100 m in tollen 13,16 Sek. und im Weitsprung (5,01 m) von Naomi Krebs wurden viele Punkte eingefahren. Lisa Weber legte in ihrer Paradedisziplin Speerwurf mit hervorragenden 35,58 m weiter nach, und auch Anna Güthlein bestä-

tigte ihr Wurf talent mit ausgezeichneten 34,60 m. Jana Kraus punktete im Kugelstoßen mit 8,39 m, Elke Noell hieß die Siegerin im 800-m-Lauf (2:47,38 Min.).

Tolle Einzelergebnisse bei der weiblichen U12, die den fünften Platz im Endklassement belegten, erzielten Mia Güthlein im Ballwurf mit 36 m und Emma Himler im Weitsprung mit 3,76 m. uw

# Gensel zieht das Tempo an

**Bamberg** – Zum dritten Mal fand der Maintalultratrail rund um Veitshöchheim statt. Auf hügeligem Profil galt es, 65 km mit üppigen 1700 Höhenmetern auf der sehr naturnahen Strecke in Berg und Tal der Weingegend zu bewältigen. Der Sieg ging an Patrick Gensel von der LG Bamberg.

Bis zur Hälfte des Rennens verschaffte sich eine kleine Spitzengruppe etwas Luft. Im weiteren Rennverlauf konnten nur Gensel (LG Bamberg) und Steffen Merkert (SV Mondfeld) das gleichmäßige Tempo halten. Zwei Kilometer vor dem Ziel zog Gensel nochmal an, und Merkert konnte nicht mehr mitgehen. Nach 5:57 Std. überquerte Gensel die Ziellinie und holte damit den Gesamtsieg für die LG Bamberg.

Berthold Bedenk (Zeil) kam nach 6:13 Std. als Fünfter ins Ziel (1. M45). Rainer Amon (Trailforce Hirschaid) sicherte sich mit 7:19 Std. den Sieg in der M 50. Willi Blauburger (Freaky Friday Runners Bamberg) wurde hier Sechster in 8:07 Std. Als Gesamtzweiter (1. M40) beendete Rainer Kirchner (LG Veitenstein) nach 2:07 Std. den 28 km langen Basistrail mit 610 Höhenmetern. Weitere Ergebnisse: Angelika Stadter (Adventimo Hirschaid) 3. W50 in 3:05 Min., Udo Tiedemann (Adventimo Hirschaid) 4. M55 in 2:50 Std. *red*



**Patrick Gensel von der LG Bamberg gewann den Maintalultratrail in Veitshöchheim.** Foto: privat

# Ein ganz weiter Wurf

**Bamberg** - In Eschenbach fand das landesoffene Schülermeeting der Altersklassen U10 bis U16 statt. Von der LG Bamberg traten drei Leichtathleten die Fahrt in die Oberpfalz an. Bei trockenen, aber recht windigen Bedingungen gingen die Speerwurf-talente Anna Güthlein, Julia und Lisa Weber an den Start.

Die zwölfjährige Julia Weber startete in der U14 und zeigte im 13-köpfigen Teilnehmerfeld wieder mal eine tolle Serie an Würfen. Ihr bester Wurf gelang ihr mit einer Weite von 35,80 m, was Platz 1 bedeutete. So weit hat in Bamberg noch keine

zwölfjährige Athletin mit dem 400-Gramm -Speer geworfen.

Lisa Weber und Anna Güthlein starten in der U16 mit dem 500-gr-Speer. Auch sie hatten mir den Böen zu kämpfen. Einen zu stark angestellten Speer bestrafte der Wind mit eine abrupten Ende des Flugs. Lisa Weber (33,91 m) und Anna Güthlein (31,65 m) blieben unter ihren Möglichkeiten. Julia und Lisa Weber nahmen am Diskuswurf teil. Julia schleuderte den 750-gr-Diskus auf 28,78 m und Lisa den 1-kg-Diskus auf 28,15 m. Damit erreichten sie jeweils den zweiten Platz.

*kzw*



**Als besondere Auszeichnung erhielt die talentierte Julia Weber als punktbeste Schülerathletin einen Glaspokal.**

Foto: privat



# Anna Güthlein wirft neuen oberfränkischen Rekord

**Bamberg** – Zum Abschluss der Leichtathletiksaison hat das Bamberger Talent Anna Güthlein beim 24. Werfertag in Schweinfurt den oberfränkischen Rekord im Speerwurf in ihrer Altersklasse geknackt. Die Bamberger Wurfespezialistinnen kamen mit drei Meetingrekorden aus Schweinfurt zurück in die Domstadt.

Anna Güthlein startete in der Altersklasse W14 mit dem 500-gr-Speer. Nachdem sie bei den letzten Wettkämpfen immer wieder mit dem Wetter zu kämpfen hatte, klappte es in Schweinfurt nun. Mit der Siegerweite von 37,91 m holte sich die bayerische Kaderathletin den Meeting-Rekord im Speerwurf und führt damit die bayerische Bestenliste der W14 wieder an. Außerdem ist sie mit dieser Weite nun oberfränkische Rekordhalterin im Speerwurf in ihrer Altersklasse.

Die 15-jährige Lisa Weber schleuderte den Ein-Kilogramm-Diskus auf schöne 28,58 m. Beim Aufwärmen mit dem Speer verletzte sie sich am Rücken und konnte im Speerwettkampf der W15 nicht richtig angreifen.

Julia Weber startete in drei Disziplinen. Zunächst gewann sie den Diskuswurf (750 gr) der W12 mit der Weite von 30,32m. Beim Speerwurf (400 gr) erreichte sie 34,92 m, die ebenfalls Platz 1 und zudem Meeting-Rekord in ihrer Altersklasse bedeuteten. Zum Schluss legte sie im Kugelstoßen (3 kg) mit 9,20 m nochmal eine starke Leistung ab. Auch hier wurde die junge Athletin mit Platz 1 und dem Meeting-Rekord belohnt. *red*



**Anna Güthlein**

Foto: privat

# Deutsche Jahresbestleistung mit dem Diskus

**Bamberg** – Mit dem Werfertag in Oberschleißheim ist unter weißblauem Himmel die Freiluftsaison 2016 der Leichtathleten in Bayern endgültig zu Ende gegangen. Die zwölfjährige Julia Weber von der LG Bamberg trat in Oberschleißheim an mit dem Ziel, ihre persönlichen Bestleistungen mit dem Diskus, der Kugel und dem Speer zu verbessern. Das gelang ihr.

Bereits beim ersten Versuch schleuderte sie den 750 Gramm schweren Diskus auf eine Weite

von 31,37 m. Mit dieser Leistung setzte sie sich an die Spitze der deutschen Jahresbestenliste der Altersklasse W12. Zusätzlich bedeutet diese Weite bayerischer Rekord.

Beim fünften Versuch verletzte sich Julia Weber am Knie so stark, dass sie in den anderen Disziplinen nicht mehr eingreifen konnte. Zum Ende der Saison kann sie aber mit den Platzierungen 1, 3 und 8 (Diskus, Speer, Kugel) in der Schüler-Bestenliste zufrieden sein. *red*



**Julia Weber**

Foto: privat

# Erfolge beim Staffelberglauf

**Bamberg** – Beim dritten Durchgang der vierteiligen Obermain-Berglaufserie, dem 30. Adam-Riese-Berglauf in Bad Staffelstein, zeigten sich Läufer von der LG Bamberg und dem SC Kemmern von ihrer starken Seite. Dieser Berglauf ging über 3950 Meter mit Start in Bad Staffelstein, und das Ziel befand sich am Gipfel des Staffelberges.

Wie schon bei den beiden ersten Läufen in Höhn und Neustadt stellten sich Kevin Karrer und Roland Wild (beide LG Bamberg) in bester Form vor und mussten sich nur Daniel Götz vom SV Bergdorf-Höhn Team Land Rover, dem überragenden Läufer dieser Serie, geschlagen geben. Götz wurde in dieser Saison bereits bayerischer Meister der Hauptklasse im Berglauf.

Karrer wurde hinter Götz Gesamt-Zweiter im 158 Teilnehmer starken Feld. Dahinter folgte schon Roland Wild, der bereits der M45 angehört. Bei den Frauen hieß die Gesamtsiegerin Carmen Schlichting-Förtsch



**Roland Wild (l.), Carmen Schlichting-Förtsch und Kevin Karrer auf dem Staffelberg**

Foto: Ulrich Zetzmann

vom SC Kemmern. Die W35-Athletin setzte sich gegen die Siegerin der WU18, Cosima Gundermann von der LG Forchheim, knapp durch.

Die Teamwertung entschieden die Bamberger klar für sich. Neben Karrer und Wild war

noch Sascha Santha-Deva daran beteiligt. Martina Eigner-Loch siegte zudem in der W45. Matthias Fröhlich (2. M30), Thomas Busse (4. M40) und Christine Geuß (4. W50), alle SC Kemmern, landeten ebenfalls auf vorderen Plätzen. *red*



# Aufgeweicht und rutschig

FT 22.11.16

**SCHLOSSLAUF** In Memmelsdorf fanden die 477 Starter eine schwierige Strecke vor. Felix Hentschel und Anna Hirt gewannen den Hauptlauf über zehn Kilometer.

**Memmelsdorf** – Zum Abschluss der Raiffeisencup-Laufserie zog es einmal mehr viele Läufer aus ganz Oberfranken zur bereits 32. Auflage des Schlosslaufs nach Memmelsdorf. Die 477 Teilnehmer kämpften in verschiedenen Wertungsläufen um die Podestplätze. Mit 254 Teilnehmern am stärksten besetzt war natürlich der Hauptlauf über zehn Kilometer. Wie schon 2015 lief Felix Hentschel (LG Bamberg) ein einsames Rennen und siegte mit großem Vorsprung. Ein Überraschungserfolg gelang seiner Mannschaftskollegin Anna Hirt. Die erst 16-Jährige lief bei ihrem ersten Schlosslauf ebenfalls un gefährdet zum Sieg.

Nach den Regenfällen der vergangenen Tage bot sich den Teilnehmern ein leicht aufgeweichtes Terrain und teils rutschige Trailpassagen, die ihnen etwas mehr Konzentration und Kraft abverlangten als reine Straßenläufe. Umso bemerkenswerter war die starke Leistung von Hentschel, der gewohnt leichtfüßig die Strecke bewältigte und in schnellen 32:15 Min. den Verfolgern nicht den Hauch einer Chance ließ. Etwas knapper ging es dann dahinter zu. Kevin Karrer setzte sich in 34:36 Min. knapp vor Routinier Roland Wild (34:47/1. AK 45) durch und machte den Dreifacherfolg der LG Bamberg perfekt.

## Unerwartet auf Platz 1

So erwartet der Sieg von Hentschel bei den Männern war, so unerwartet setzte sich die Jugendliche Anna Hirt (WJ U18) bei den Damen durch. In guten 38:49 Min. setzte sie sich ebenfalls von Beginn an ab und ließ Elvira Flurschütz (39:26 Min., 1. Frauenklasse) vom SC Kemmern deutlich hinter sich. Mit Carmen Schlichting-Förtsch (1. W35) lief allerdings eine weitere Athletin des SC Kemmern auf

das Podest. Aber auch hinter den drei Erstplatzierten gab es eine Vielzahl hervorragender Leistungen.

In der MJ U18 siegte Noah Fichtner von der LG Bamberg in 37:34 Min., ebenso wie Kilian Tscharke (TSV Scheßlitz) in der MJ U20. Über einen weiteren Altersklassen-Sieg freute sich die LG Bamberg durch Christopher Nowak (37:13 Min.). Weiterhin steigende Form zeigte Sven Starklauf von der DJK LC Vorra, der in guten 35:39 Min. die M35 klar für sich entschied. Holger Hennig vom TSV Mönchröden setzte sich in 37:47 Min. in der M40 durch. In der M45 platzierte sich Tobias Teuscher (LG Bamberg) in sehr guten 35:50 Min. hinter Ausnahmeläufer Roland Wild auf dem zweiten Rang. Die M50 gewann Jochen Brosig (FSV Großseebach). Er verwies Helmut Hoffmann (DJK LC Vorra) und Norbert Stuber (SV Bamberg) auf die Plätze 2 und 3.

## Großer Applaus für den Letzten

Die Altersklassen M55 und M60 wurden klar von starken Läufern der LG Erlangen dominiert, vertreten durch Hans Freudenberger in 39:20 und Peter Lenz in 39:31 Min. Aber auch Reinhard Sures von der DJK LC Vorra zeigte bei seinem Sieg in der M65 in 45:36 Min. eine sehr gute Leistung. Sein Mannschaftskollege Kaspar Stappenbacher zeigte einmal mehr, dass Laufen jung hält. Er ließ in starken 48:26 Min. viele deutlich jüngere Teilnehmer hinter sich. Als Letzter im Ziel und doch mit dem größten Applaus bedacht wurde der 82-jährige Alfred Zach von der TS Lichtenfels, der damit den Hauptlauf beendete.

Hinter Gesamtsiegerin Anna Hirt sicherte sich Cosima Gundermann (LG Forchheim) in 41:57 Min. den zweiten Platz in



Anna Hirt, Siegerin des Hauptlaufs

der WJ U18. Bei den Damen der Hauptklasse platzierte sich Arina Altvater (LG Bamberg) in 42:08 Min. hinter der Gesamtzweiten Elvira Flurschütz. Den Sieg in der W30 holte Stefanie Leichsenring von der DJK Teutonia Gaustadt. Den zweiten Platz in der W35 errang Julia Himmler für den SC Memmelsdorf. Manuela Glöckner (TSV Ebermannstadt) siegte in 43:45 Min. in der W40 vor Elke Beierlieb von der LG Veitenstein. Den dritten Sieg für die Familie Stichling holte Mutter Carmen in der W45 (43:15 Min., IFA Nonstop Bamberg). Heike Niggemann (LG Forchheim) in der W50 war ebenso nicht zu schlagen wie Silvia Bärwolf (Lauftreff Breitenungen) in der W55. Eine ebenfalls starke Leistung zeigte Sybille Vogler in der W70 (54:03 Min., SC Kemmern).

Traditionell den Anfang machten wie jedes Jahr die verschiedenen Kinder und Jugendläufe. Die jüngsten Schülerinnen und Schüler in der W/M8 gingen über eine kleine Runde (1520 m) an den Start. Hier siegte bei den Mädchen Johanna Stichling von der IFA Nonstop Bamberg in

6:30 Min und bei den Jungs Noah Möller vom TSV 1860 Stafelstein in 5:32 Min. Der Sieg in der AK W9 ging an Angelika Steblau (TSV Mönchröden) in 5:48 Min. und Simon Nanke (TSV Neunkirchen) in 5:21 Min. Bereits 1910 m galt es für die AK 10/11 zu bewältigen. In der W10 holte Theresa Andersch in 7:19 Min. einen Sieg für die LG Bamberg. In der M11 lief Felix Zenk vom Ausrichter SC 1997 Memmelsdorf als Erster ins Ziel.

Im schnellsten Schülerlauf (Jahrgänge 2001 – 2004) wurden bereits beachtliche Leistungen gezeigt. In einem spannenden Rennen setzte sich der 15-Jährige Kristóf Kalocsai (TV 1848 Coburg) in 6:05 Min. durch. Dahinter platzierten sich in der M13 Tim Uhrig (SC Memmelsdorf) und Jakob Häfner (SSG Coburg) in der M12 als Erste ihres Jahrgangs. Bei den Mädchen zeigte einmal mehr Annika Stichling (6:59 Min., W13, IFA Nonstop Bamberg) eine starke Leistung und siegte überlegen. Die Siegerinnen der restlichen Altersklassen waren Charlotte Gundermann (W12, LG Forch-



Felix Hentschel

Fotos: sportpress

heim), Lina Dorscht (W14, TSV Scheßlitz) und Destany Kühne (W15, TSV Westheim).

Eine regelrechte Teilnehmerexplosion verbuchte der Schnupperlauf der Jüngsten (zwei bis sieben Jahre) über 800 m. 87 kleine Läuferinnen und Läufer standen diesmal an der Startlinie. Am schnellsten waren diesmal Annabell Zimmermann und Finn Kramer (beide SV Memmelsdorf).

Für Läufer, denen die drei großen Runden um das Schloss noch zu weit waren, wurde auch dieses Jahr ein Hobbylauf angeboten (3820 m). Sieger wurde Niklas Pomme vom TSV Mönchröden in 13:38 Min. Bei den Damen setzte sich Eva Murray von der IFA Nonstop Bamberg in 15:36 Min durch. Alle Ergebnisse sind im Internet unter [www.sc-memmelsdorf.de](http://www.sc-memmelsdorf.de) zu finden.

## Fotostrecke

Weitere Bilder vom Memmelsdorfer Schlosslauf bei



# Im Ziel 14 Minuten Vorsprung

FT 24.11.16

**ZEILER WALDMARATHON** Adam Zahoran von der LG Bamberg wiederholt seinen Vorjahreserfolg. Im Halbmarathon kommen Sven Starklauf und Gabi Bastian (beide DJK LC Vorra) als Vierter bzw. Sechste ins Ziel.

**Zeil** – Nachdem er sich im letzten Jahr nach einem Kopf-an-Kopf-Rennen mit dem Fürther Eike Loch nur knapp hatte geschlagen geben müssen, hat es nun geklappt: Adam Zahoran von der LG Bamberg gewann den Zeiler Waldmarathon. Auch bei der 13. Auflage durften sich die Organisatoren über ein großes Teilnehmerfeld freuen. Mit etwa 1000 Voranmeldungen waren der Marathon, der Halbmarathon und die Walkingstrecken gut besetzt. Mit ungefähr 500 Aktiven wies der Halbmarathon das größte Starterfeld auf.

Bereits vor zwei Jahren lief Zahoran als Marathon-Sieger ins Ziel, und das, obwohl er einige Minuten verloren hatte, als er eine falsche Abzweigung nahm. Jetzt wollte Zahoran risikolos gewinnen, verzichtete dafür auf Zwischenstopps bei den Verpflegungsstationen und konnte sich so noch um einige Sekunden verbessern. In 2:43 Std. und mit überragenden 14 Minuten Vorsprung lief er auf Platz 1 des 13. Waldmarathons.

Zweiter wurde in 2:57 Std. Christoph Sell von der LG Würzburg, Dritter Stefan Bergler in 2:59 Std. Insgesamt waren 165 Männer angetreten. Auch bei den Frauen gab es einen konkurrenzlosen Sieg: Bianca Loge von der Landau Running Company erlief sich einen Vorsprung von 17 Minuten und gewann in 3:32 Std. Zweite unter den insgesamt 26 Damen wurde Gaby Thiele aus Ilmenau (3:49), Drit-



**Die Männer kurz nach dem Start des Zeiler Waldmarathons; vorne dabei auch der spätere Gewinner Adam Zahoran (Nr. 1217)**

Foto: privat

te Elke Beierlieb von der LG Veitenstein (3:51).

Der Sieger im Halbmarathon kam mit Patrick Weiler von der LAC Quelle Fürth. Schnellster Läufer aus dem Bamberger Raum war Sven Starklauf von der DJK LC Vorra. Immer in der Spitzengruppe mitlaufend,

musste er dann doch abreißen lassen und beendete sein Rennen auf Platz 4 im Gesamteinlauf. Mit einer tollen Zeit von 1:19:08 Std. gewann er mit einem klaren Vorsprung von fünf Minuten seine Altersklasse M35 deutlich.

Ebenfalls einen Altersklassensieg erlief sich Christopher

Lippold vom SC Kemmern in der MHK nach 1:25:39 Std. Für Matthias Türk vom TDM Bamberg gab es einen weiteren Podestplatz. Als Dritter der MHK beendete er seinen Lauf nach 1:30:30 Std. Die gut besetzte Damenkonkurrenz entschied Andrea Lutz von Eintracht Kat-

tenhochstadt klar für sich.

Mit Gabi Bastian von der DJK LC Vorra kam die erste Frau aus dem Bamberger Kreis ins Ziel. Der sechste Gesamtplatz bedeutete für sie den Altersklassensieg in der W45 in 1:43:51 Std. Ihre Vereinskollegin Martina Joas durfte sich über Rang 3 in der W40 in 1:52:36 Std. freuen. Den gleichen Platz belegte in der Altersklasse W50 Judith Porzel von der DJK Teutonia Gaustadt nach 1:53:29 Std. Mit Sibylle Vogler vom SC Kemmern gab es einen weiteren Altersklassensieg in der W70 in 2:07:33 Std. Diesen verpasste Elisabeth Addala von der DJK LC Vorra als Zweitplatzierte der Altersklasse W65 nach 2:15:01 Std. red

## Weitere Ergebnisse

**Marathon, Männer:** 9. Patrick Gensel (LG Bamberg, 3:18, 42 Std., 3. M40), 17. Steffen Albrecht (LG Veitenstein, 3:27,37, 2. M35), 43. Volker Zeulner (TDM Bamberg, 3:45,27, 7. M45), 58. Alfred Beierlieb (LG Veitenstein, 3:51:56, 10. M45)

**Halbmarathon, Männer:** Mario Trunk (1:33,00, 6. M40, TDM Bamberg), Dieter Bastian (1:38, 16, 10. M50, LC Vorra), Joseph O'Donnell (1:38, 58, 6. M55, TDM Bamberg), Oliver Wernsdorfer (1:40,42, 5. MJA, TDM Bamberg), Torsten Lang (1:40, 58, 9. M40, DJK Gaustadt), Oliver von Essenberg (1:41, 39, 12. M45, SV Bamberg), Dirk Uhlig (1:42,19, 14. M45, TSV Scheßlitz), Stephan Kröner (1:42, 42, 15. M50, FFR), Rainer Hofmann (1:43,32, 12. M50, LG Veitenstein) / **Frauen:** Franziska Dussold (1:55,50, 9. W45, LG Veitenstein), Carola Schulze (1:57,06, 5. W50, LC Vorra), Britt Reich (2:07,33, 11. W45, LG Veitenstein), Kathrin Zwosta (2:08,04, 14. W45), Michaela Rümmer (2:10,20, 10. W50), Heike Dominik (2:11,46, 12. W50, alle DJK Gaustadt)

# Kotissek und LGB geehrt

**Bamberg** – Seit sechs Jahren veranstaltet der Bayerische Leichtathletikverband (BLV) eine Ehrung für Sportler, die auf nationaler und internationaler Ebene zu Erfolgen gekommen sind. Dieses Jahr fand der „Bayernstar“ im oberfränkischen Weißenstadt statt. In diesem Rahmen werden auch Funktionäre und Vereine geehrt, die sich durch ihre nachhaltige und langjährige Arbeit verdient gemacht haben. Aus dem Raum Bamberg wurde Alfred Kotissek sowie die Nachwuchsarbeit der LG Bamberg mit den begehrten Auszeichnungen bedacht.

Mit Kotissek wurde eine Institution der oberfränkischen Leichtathletik geehrt. Der langjährige Schriftführer der LG Bamberg erhielt aus den Händen des BLV-Präsidenten Wolfgang Schoeppe den Ludwig-Jall Wanderpreis überreicht. Damit werden Personen ausgezeichnet, die sich besonders um das Kampfrichterwesen verdient gemacht haben. In der Laudatio wurde ausführlich auf das jahrzehntelange Engagement des 73-Jährigen für die Leichtathletik eingegangen. Seit Mitte der 50er-Jahre des letzten Jahrhunderts hatte Alfred Kotissek Kontakt zur Sportart und war besonders auf Sprintstrecken aktiv, bevor er



**Alfred Kotissek**

1968 Vorsitzender des Leichtathletikkreises Bamberg/Forchheim wurde. Ab 1988 übernahm er die Funktion des Bezirksvorsitzenden. In all

den Jahren war er auch für die Aus- und Weiterbildung der Kampfrichter aktiv und als Kampfrichter im Einsatz. Höhepunkte seiner Tätigkeit waren der Einsatz bei den Olympischen Spielen 1972 in München und der Europameisterschaft 2002 in der bayerischen Landeshauptstadt. Noch heute ist Alfred Kotissek mit der Zeitmessanlage des Bezirks auf vielen kleinen und großen Sportfesten zu finden.

Die LG Bamberg wurde für die langjährige „hervorragende Jugendarbeit“ geehrt. Wie schon 2014 erhielt die Startgemeinschaft der Leichtathletikabteilungen des TSG 05 Bamberg, Post SV Bamberg, MTV Bamberg, TSV Hirschaid und des SV Waizendorf die begehrte Auszeichnung aus den Händen des BLV-Präsidenten Wolfgang Schoeppe.



# Naomi Krebs verbessert bayerischen Rekord

**Bamberg** – Traditionell eröffnet der Sprint-Cup in der Fürther Leichtathletikhalle die Winterhallensaison. Über 200 Teilnehmer, darunter die bayerische Sprintelite, überprüften, ob das begonnene Wintertraining schon erste Erfolge zeigt.

In den Schülerklassen U14/U16 wurde ein Sprint-Zweikampf angeboten. Er besteht aus einem 60-m-Lauf mit Startkommando und einem 30-m-Sprint, der „fliegend“ absol-

viert wird. Von der LG Bamberg waren Naomi Krebs und Jakob Löblein am Start. Die bayerische 100-m-Schülermeisterin der W14 lieferte in ihren Zeitläufen gegen zum Teil zwei Jahre ältere Teilnehmerinnen hervorragende Leistungen ab.

## Leicht verletzt

In einem packenden Rennen lag sie am Schluss zwei Hundertstel vor der ein Jahr älteren Konkurrenz. Dabei verbesserte sie mit

7,98 Sek. den bayerischen Hallenrekord der W13 aus dem Jahr 2000 um genau eine Zehntelsekunde. Kurz nach der Ziellinie strauchelte Krebs und verletzte sich leicht. Im anschließenden 30-m-Lauf lieferte sie trotzdem eine weitere Tagesbestzeit mit 3,49 Sek. ab und gewann den Wettbewerb der Schülerinnen. Auf Platz 11 kam der 15-jährige Jakob Löblein. Er lief die 60 Meter in 8,08 Sek. und die 30 Meter in 3,49 Sek. CS