ABC LUDWIGSHAFEN · LEICHTATHLETIK VEREINSZEITSCHRIFT · HEFT 41 – OKTOBER 2015

ABC-NEWS

UNSERE SPONSERN:

Sparkasse Vorderpfalz

SPORTHILFE
LANDESSPORTBUND RHEINLAND-PFALZ

LOTTO Rheinland-Pfalz

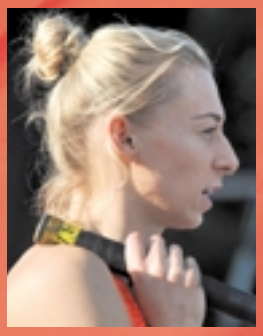
ABC LUDWIGSHAFEN

1,83 m für Meike Reimer

10,58 Sek. für Martin

10,64 Sek. für Christian

Starke U20-EM von Meike



Lisa im WM-Finale in Peking

ONLINE GEDRUCKT VON SAXOPRINT

Weil hier unser Zuhause ist.

1.000.000,- Euro jährlich für gemeinnützige Projekte.

Wir sind mit den Menschen in der Region verbunden. Wir feiern mit ihnen sportliche Erfolge. Fördern ihre künstlerische Begabung. Unterstützen ihr soziales Engagement. Mehr glückliche Momente finden Sie unter **www.sparkasse-vorderpfalz.de/zuhause**.

Gut. Seit 1829

Sparkasse Vorderpfalz

Ludwigshafen · Rhein-Pfalz-Kreis · Speyer

Der ABC im Wechselbad der Gefühle

Liebe Freunde des ABC,

auch in diesem Jahr wurde über Ostern mit der Unterstützung unseres Freundeskreises ein von Fritz Seilnacht perfekt organisiertes Trainingslager im sonnigen Süden durchgeführt. Danach begann die neue Saison, die uns ein wahres Wechselbad der Gefühle bescherte. In allen Altersstufen gab es tolle Ergebnisse, neue Bestleistungen und viele Meistertitel. Aber auch bittere Niederlagen, Enttäuschungen und schmerzhafte Verletzungen waren dabei.

Lisa Ryzih war lange auf dem Weg zu einer überragenden Saison. Sie verteidigte souverän ihren Deutschen Meistertitel und sprang mehrfach die WM-Norm. Aber drei Wochen vor der WM brach ihr beim Meeting in Beckum beim ersten Versuch über 4,75 m der Stab. Dabei erlitt sie einen Kapselriss am Daumen, wodurch sie sich ab diesem Zeitpunkt ohne spezielles Training mit dem Stab vorbereiten musste. In Peking ging sie dann natürlich mit einer gewissen Verunsicherung in den Wettkampf. Trotzdem erreichte sie mit Bravour das Finale, die angepeilten ganz großen Höhen blieben aber zu ihrem und unserem Leidwesen aus.

Martin Seiler gewann im Frühjahr die Deutsche Dreisprung-Hochschulmeisterschaft und hatte große Ambitionen. Doch mit zwei gültigen Versuchen reichte es bei den Deutschen Meisterschaften nur für den sechsten Platz.

Martin Hahn wurde über 100 m Deutscher Vize-Hochschulmeister und konnte sich mit starker persönlicher Bestleistung von 10,58 Sek. für die DM empfehlen. Aber dort waren keine Zwischenläufe angesetzt und der direkte Sprung vom Vorlauf ins Finale war nicht möglich. Christian Kiemstedt steigerte seine 100-m-Bestzeit auf vielversprechende 10,64 Sek., aber zu spät für die „Deutschen". Mit diesen beiden als Kernbesetzung müsste künftig endlich mal wieder eine starke ABC-Staffel zu bilden sein!

Shootingstar war unser hoffnungsvolles Hochsprungtalent Meike Reimer, die mit dem vierten Platz bei der U20-EM und übersprungenen 1,83 m alle Erwartungen übertraf. Doch nach einem unglücklichen „Fehltritt" zu Hause kurz vor den Deutschen Jugendmeisterschaften konnte sie dort nicht antreten und ihr Können zeigen.

Im Jugendbereich erreichten erfreulich viele die Qualifikationsleistungen für die Jugend-DM. Patrick Berlejung erfüllte sicher die Norm über 1500 m, Jan Steinmüller aber leider über 800 m erst kurz nach dem Meldeschluss. Im Sprint qualifizierte sich Konstantinos Tselios sogar für einen Doppelstart über 100 m und 200 m. Zur Belohnung gab es für ihn durch den LVP die Teilnahme am DLV-Jugendlager.

Von den jugendlichen Sprinterinnen kamen Sandra Wagner über 100 m und Nina Knittel sogar über 100 m und 200 m zu Einzelstarts. Gemeinsam mit Livia Diehl und mit Justine Weiß vom TB Oppau schafften sie es auch mit der 4x100-m-Staffel zur Jugend-DM, doch das Quartett wurde wegen eines Wechselfehlers disqualifiziert. Das war schon traurig.

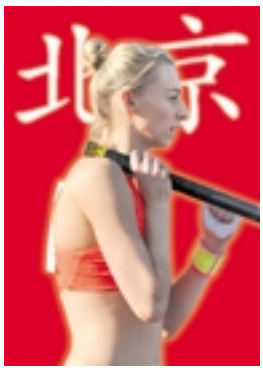
Pech hatte auch Anja Wich-Heiter bei der Senioren-WM in Lyon. Angetreten, um als Europa-Meisterin im Hochsprung auch Weltmeisterin der W35 zu werden, musste sie bei der entscheidenden Höhe mit starken Kreuzschmerzen aufgeben. Immerhin konnte sie sich mit dem Vizetitel trösten.

Unsere Schülergruppen hatten dieses Jahr sehr regen Zulauf von Mädchen und Jungen, denen ich weiterhin viel Spaß und Bewegungsfreude bei der Leichtathletik im ABC wünsche.

Allen Mitgliedern und Freunden des ABC wünsche ich eine gesunde und schöne Winterzeit und allen aktiven Athletinnen und Athleten eine gute Vorbereitung für eine erfolgreiche Hallen-Saison.

Euer

Karl-Georg Egenberger
Vorsitzender



Lisa im WM-Finale:
Nach der erfolgreichen Qualifikation war Lisa noch voller Optimismus. Doch im Finale war sie leider chancenlos. Mit 4,60 m belegte sie Platz zwölf und haderte mit ihrem Schicksal, was natürlich verständlich war, obwohl es ja schon eine tolle Leistung war, überhaupt ins Finale zu kommen.

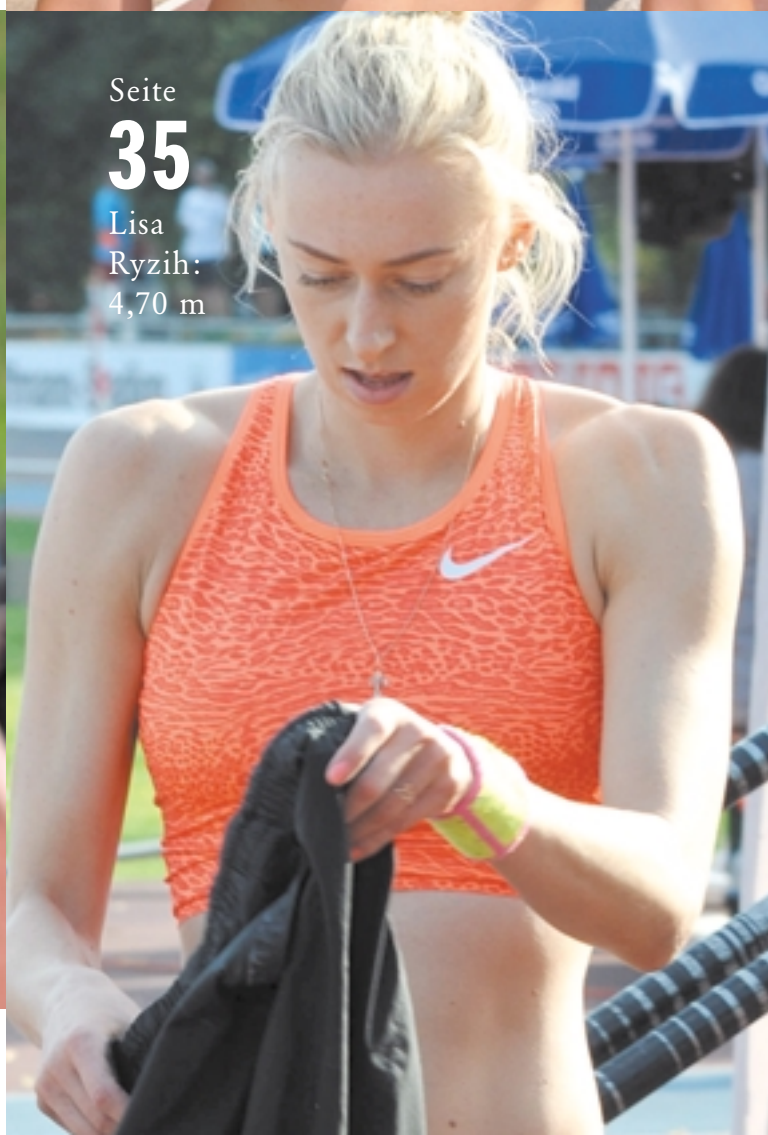
Ehrung für Meike:
Nach dem tollen vierten Platz von Meike Reimer im Hochsprung bei den U20-Jugend-Europameisterschaften in Eskilstuna überraschte der ABC seine Athletin mit einer spontanen Ehrung im Südweststadion. Unser Vorsitzender Karl-Georg Egenberger beglückwünschte dabei auch unseren Trainer Juri Tscherer.

Wir danken Hubert Endres!
Ohne ihn gäbe es kaum Bilder in der ABC-NEWS. Seit vielen Jahren stammen fast alle Fotos von ihm.

Bitte beachten Sie bei Ihren Entscheidungen besonders unsere Sponsoren und Inserenten und sagen es ihnen dann auch. Ohne sie gäbe es keine ABC-NEWS. Vielen Dank!

Inhalt

Endlich Sonne ..... Seite 7
Alle Wettkämpfe und Meisterschaften ..... ab Seite 8
In den Mund gelegt ..... Seite 15
Schnelle Jungs ..... Seite 16
Schnelle Mädels ..... Seite 20
Weder kurz noch lang ..... Seite 24
Eine Runde durch vier ..... Seite 26
Schnelle Sprinter sind oft gute Springer ..... Seite 30
Ludwigshafener Stadtlauf ..... Seite 34
Sprung in den Tegernsee ..... Seite 35
U20-EM mit Meike Reimer ..... Seite 36
Deutsche Meisterschaften ..... Seite 38
Jugend-DM ..... Seite 39
„Kleine Schritte“ bei der Senioren-WM in Lyon ..... Seite 41
WM in Peking ..... Seite 42
4 Goldies für Hubi, DLV-Jugendlager ..... Seite 45
Runde Geburtstage ..... Seite 46
Cartoon, Rätsel ..... Seite 47
Gestorben, Sonstiges ..... Seite 49
Impressum, Vorstand ..... Seite 51
Ehrenvorsitzende und Ehrenmitglieder ..... Seite 51



Ab Seite 8

Alexandra Krautschneider | Emily Roberts | Antonia Bauer | Clara Hofmann | Kim Arnold | Lena Niederauer | Luisa Klappenberger | Katrin Leonhardt

Seite 31

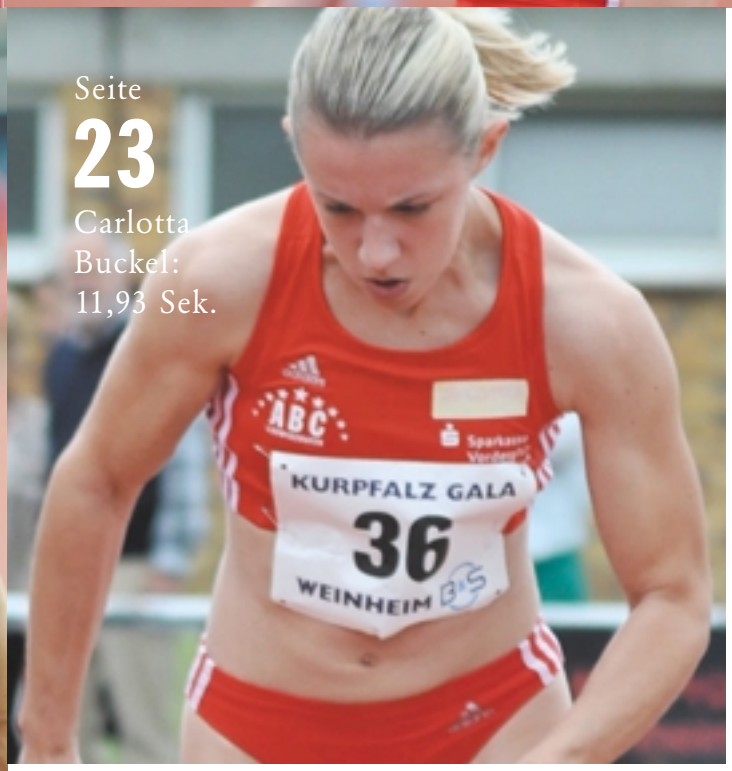
Dominic Johnson: 7,41 m

Seite 19

Christian Kiemstedt: 21,73 Sek.

Seite 13

Martin Hahn: 10,58 Sek.



Seite 23

Carlotta Buckel: 11,93 Sek.

LUTEX

Hygiene und Sauberkeit aus einer Hand

Wir sind Ihr Ansprechpartner für:

- Industrie- und Reinigungstücher
- Hautschutz, Hautreiniger und –pflege
- Waschraum- und Hygieneartikel
- Produkte für die professionelle Reinigung
- Dienstleistungen rund um das Gebäude

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne und finden für Ihre Bedürfnisse das richtige Produkt – **sei es für den Handel, die Industrie oder den Privatverbrauch**.

LUTEX GmbH, Königsberger Str. 20, 67245 Lambsheim
Tel: 06233 – 35 71 –0 Fax: 06233 – 35 71 –35
info@lutexonline.de - www.lutexonline.de

Nach vielen Trainingslagern in Milano Marittima an der Adria bei meistens Regen und Kälte gab es dieses Jahr über Ostern endlich die wärmende Sonne und alle Muskeln konnten sich freuen.

① Jasmin Koser, ② Rebecca Hilgert, ③ Annika Hock, ④ Fritz Seilnacht, ⑤ Katharina Seel, ⑥ Jan Steinmüller, ⑦ Patrick Berlejung, ⑧ Konstantin Filsinger

Endlich Sonne

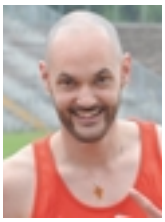
„Es gibt Ereignisse, die sich förmlich in unser Gedächtnis eingebrannt haben." Das sagen wir hier zu Anfang, weil es so schön und selbstverständlich ist, jede Ostern wieder nach Italien zu kommen. Denn auch wenn es zur Gewohnheit wird, man vergisst nicht, was für eine schöne Gewohnheit das ist. Deswegen vorab ein ganz großes Dankeschön an unseren Trainer Fritz. Wir gehen immer wieder gerne mit. So viel Sonne wie dieses Jahr hat uns in Italien nur selten begrüßt – vor allem der Kontrast zum deutschen Schnee-Sturm-Regen- Chaos konnte kaum größer sein (was man so hörte). Wir leben und laufen in Vorbereitung auf die kommende Saison in kurzen Hosen und unter wolkenlosen Himmel, dass man meinen konnte, der Sommer ist schon da. Fleißig am Kilometer sammeln, gehen unsere Wochenkilometer im Trainingslager nochmals in die Höhe, um am Ende der 12 Tage stolze 160 gelaufene Kilometer zu präsentieren – die meisten davon wohl in unserem heiß geliebten Pinienwald, dessen Runde, egal wie oft man sie auch läuft, nicht kürzer wird. Der Wind und das aufgewühlte Meer machten das Laufen am Strand aber auch nicht sehr verlockend und so ging es nur nach dem Training an (oder auch mal in) das Meer. Nach dem großen Pech im letzten Jahr blieben wir dieses Jahr ziemlich verletzungsfrei, was teils dem Glück, teils intensiver Voltaren-Kur zuzuweisen ist. Mit rotem Kopf (vor Anstrengung oder von der Sonne?), verbrachten wir die Tage gerne am Strand oder, bei dem dann doch noch kommenden Regen, bevorzugt auf den türkisen Couches. Denn anstelle der langen Volleyballturniere, bei denen wir mittlerweile schon in das U80 Team aufgestiegen sind, rückte dieses Jahr das Pokern in den Vordergrund. In mehrstündigen Pokerrunden ging es oft sehr knapp zu und auch die Anfänger hatten gute Chancen auf den Sieg. Nachdem unsere Trainings-lager-T-Shirts letztes Jahr auch großes Gefallen beim Hotelbesitzersohn Christoph gefunden hatte, ließen wir dieses Jahr gleich ein Shirt mehr drucken und konnten uns auf diese Weise einen Platz in Christophs Herzen und ein Jamaika-Armband für Fritz gewinnen, plus ein wohl einmaliges Abschlussfoto. Viel zu schnell ist die Zeit dann auch wieder rum und es geht nach Hause, um einen verdienten langen Tag Pause zu haben. Dann laufen wir auch wieder weiter – denn ohne würde eindeutig etwas fehlen. Auf eine erfolgreiche Saison 2015! *(ah)*

Danke!

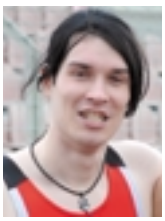
Am 26. April war der ABC örtlicher Veranstalter der Bezirksmeisterschaften der Vorderpfalz. Wir hatten an diesem Tag über 500 Meldungen. Vom Verein waren 17 Helfer im Stadion und bei der Bewirtung im Einsatz, die für einen reibungslosen Ablauf sorgten. Wir bedanken uns für deren Mitarbeit und 29 Kuchenspenden.
(mr)

Toller *Einstand*

Viele ABC Athleten zeigten schon zu Beginn der Saison bei den Vorderpfalzmeisterschaften tolle Leistungen. **Dominic Johnson** siegte im Weitsprung mit



7,49 m, leider bei 2,3 m/s Rücken-wind. Mit re-gulär gesprungenen 7,41 m überzeugte er trotzdem in einer ausgeglichenen Serie. Auf den zweiten Platz kam **Felix Schneider** mit 6,21 m. **Oliver Seibel** siegte über 400 m in

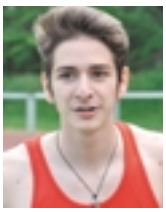


55,75 Sek. und **Stephan Bednarz** belegte über 100 m in 11,88 Sek. den dritten Rang. **Konstantin Filsinger** lief über 800 m in 2:01,22 Min. auf den zweiten Rang und die 4x100-m-Staffel unserer Männer in der Besetzung **Stephan Bednarz, Philip Schleifer, Kostantinos Tselios** und **Felix Schneider** liefen in guten 44,47 Sek. mit einem großen Abstand auf den ersten Platz. Bei den Frauen gab es

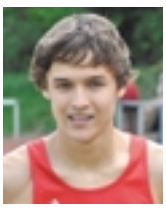
ebenfalls viele gute Platzierungen. **Rebecca Hilgert** siegte gleich zweimal – über 200 m in 30,75 Sek. und über 400 m in 65,56 Sekunden. **Ann-Kathrin Reil** belegte ebenfalls den ersten Platz im Weitsprung mit 5,04 m

und **Silke Müller** kam mit 14,66 Sek. über 100 m auf den zweiten Rang. **Patrick Berlejung** siegte bei der U20 über 800 m in 2:01,30 Min. ebenso wie **Katharina Seel**

über 400 m in 67,88 Sekunden. Über 200 m wurde sie in 31,74 Sek. Zweite. Einen großen Satz machte **Sandra Wagner** im Weitsprung. Sie kam mit 5,32 m auf den dritten Rang. Bei der U18 gab es packende Duelle unserer jungen Athleten. Über 100 m konnte



sich **Kostantinos Tselios** in 11,48 Sek. durchsetzen. **Philip Schleifer**



wurde hier in 11,93 Dritter. Genauso siegte **Kostantinos** über 200 m in schnellen 23,55 Sek. und **Philip** wurde wieder Dritter in 24,00. Im Weitsprung drehte **Philip** den Spieß um. Er siegte souverän mit tollen 6,64 m vor **Kostantinos**, der mit 6,14 m Zweiter wurde.

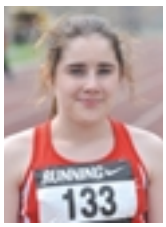
Auch **Nina Knittel** konnte bei der U18 mit guten Ergebnissen überzeugen. Sie gewann die 200 m in 26,60 Sek. und belegte über 100 m mit 12,89 Sek. den zweiten Platz. **Alicia Stahl** wurde mit 4,49 m im Weitsprung Bezirksmeisterin.

Eine schnelle Zeit lief die Staffel unserere Startgemeinschaft mit Mundenheim über 4 x 100 m mit 50,78 Sek. in der Besetzung

Alicia Stahl, Natalie Engbarth, Nina Knittel und **Livia Diehl**.

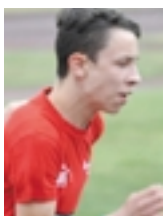
Titel für Alexandra, Antonia, Kai und Marius

Alexandra Krautschneider lief bei den Vorderpfalzmeisterschaften über 100 m der W14 in 13,49 Sek. souverän auf den ersten Platz, ebenso katapultierte sie sich mit 5,00 m im Weitsprung auf den Titelplatz.

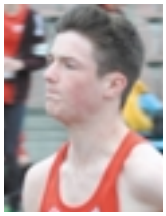


Genauso gelang **Antonia Bauer** über 75 m der W13 mit 10,29 Sek. und über 60-m-Hürden mit 10,68 Sek. die Titelgewinne sowie im Weitsprung mit 4,48 m auf Platz drei ein überzeugender

Auftritt. Hier gewann **Clara Hoffmann** den Weitsprung mit 4,71 m und kam über 60 m in 10,63 Sek. auf den dritten Rang kam. Einen weiteren ersten Platz dieser Altersklasse erlief sich **Katrin Leonhardt** über 800 m in schnellen 2:46,37 Minuten. Die Staffel der W14 über 4 x 75 m lief ebenfalls auf einen ersten Platz mit einer Zeit von 41,28 Sek. in der Besetzung **Antonia Bauer, Katrin Leonhardt, Louisa Göllinger** und **Clara Hoffmann**. **Sofija Mrdjan** sprang in der W12 Klasse mit 3,46 m auf einen zweiten Platz.



Bei den M15 siegte **Kai Arnold** über 100 m in 12,91 Sek. und über 800 m in 2:28,58 Minuten.



Marius Reichert wurde in dieser Altersklasse über 300 m in 39,54 Sek. Erster, obwohl er eigentlich in der M14 Klasse startet. In seiner Altersklasse (M14) siegte er im Weitsprung mit 5,32 m und wurde Zweiter über 100 m in 12,39 Sekunden.
(mr)

Nachfolgend weiteren Ergebnisse:

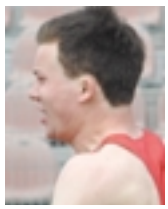
Walter Bernhard (M)
Platz 7, Weitsprung - 5,23 m,
Platz 9, 100 m - 13,37 Sek.,

Felix Schneider (M) Platz 15, 100 m - 11,57 Sek.,

Oliver Seibel (M) Platz 6, 100 m - 12,18 Sek.

Werner Schwaab (M)
Platz 6, Weitsprung - 5,40 m

Stephan Bednarz (M)
Platz 5, Weitsprung - 5,93 m

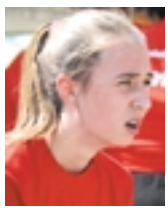


Nico Steißlinger (MJU20) Platz 6, 100 m - 12,77 Sek.

Alicia Stahl (WJU18) Platz 4, 100 m - 13,91 Sek.

Marius Reichert (M14)
Platz 2, 100 m - 12,39 Sek.

Odette Luber (W15)



Platz 5, 100 m - 14,81 Sek.

Lena Niederauer (W14)
Platz 5, 100 m - 14,57 Sek.

Julia Schrank (W14)
Platz 8, 100 m - 15,06 Sek.

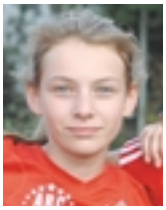
Louisa Göllinger (W13)

Platz 6, 75 m - 11,10 Sek.
Platz 6, Weitsprung - 4,19 m

Kim Arnold (W13)

Platz 7, 75 m - 11,21 Sek.
Platz 9, Weitsprung - 3,94 m

Antonia Bauer, Katrin Leonhardt,

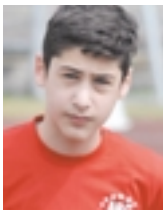


Louisa Göllinger, Clara Hoffmann (W13), Platz 1, 4x75 m - 41,28 Sek.

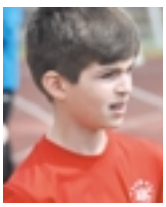
Katrin Leonhardt (W13)
Platz 9, 75 m - 11,32 Sek.
Platz 12, Weitsprung - 3,42 m

Samanbir Kaur (W13)
Platz 13, 75 m - 12,66 Sek.

Maren Stahl (W13)
Platz 14, 75 m - 12,86 Sek.
Platz 13, Weitsprung - 3,02 m

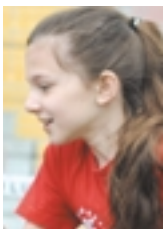


Burak Duvan (M12)
Platz 2, 75 m - 11,29 Sek.,
Platz 6, Weitsprung - 3, 79 m



Alessandro Azzola (M12)
Platz 12, 75 m - 12,38 Sek.
Platz 9, Weitsprung - 3,66 m

Sofija Mrdjan (W12)
Platz 10, 75 m - 12,44 Sek.
Platz 9, Weitsprung - 3,46 m



Irini Tsakonas (W12)
Platz 12, 75 m - 13,82 Sek.
Platz 13, Weitsprung - 2,90 m

13 Titel in Eisenberg

Am 9. Mai gab es in Eisenberg die Pfalzmeisterschaften der Männer, Frauen, U18 und U14:

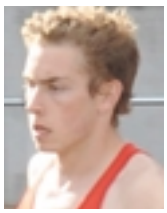
Martin Hahn (M)
Platz 1, 100 m - 10,83 Sek.,

Felix Schneider (M)
Platz 15, 100 m - 11,57 Sek.,
Platz 4, Weitsprung - 6,06 m

Oliver Seibel (M)
Platz 5, 400 m - 55,58 Sek.

Jan Steinmüller (M)
Platz 1, 800 m - 2:05,28 Min.

Konstantin Filsinger (M)
Platz 3, 1500 m - 4:10,32 Min.



Patrick Berlejung (M)
Platz 2, 1500 m - 4:07,30 Min.

Dominic Johnson (M)
Platz 1, Weitsprung - 7,04 m

Walter Bernhard (M)
Platz 8, Weitsprung - 5,05 m

Björn Schildhauer (M)
Platz 1, Dreisprung - 14,45 m

Stephan Bednarz, Philip Schleifer, Konstantionos Tselios, Felix Schneider (M)
Platz 2, 4x100 m - 43,33 Sek.

Sandra Wagner (F)
Platz 2, 100 m - 12,50 Sek.
Platz 2, 200 m - 26,09 Sek.

Ann-Kathrin Reil (F)
Platz 4, 100 m - 13,50 Sek.
Platz 1, Weitsprung - 5,31 m

Andrea König (F)
Platz 8, 100 m - 14,76 Sek.

Chamaine Gault (F)
Platz 3, 200 m - 26,27 Sek.

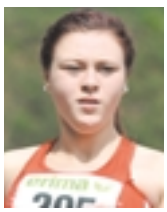
Rebecca Hilgert (F)
Platz 1, 800 m - 2:30,37 Min.

Katharina Seel (F)
Platz 2, 800 m - 2:31,58 Min.

Konstantinos Tselios (MJU18)
Platz 1, 100 m - 11,37 Sek.,
Platz 1, 200 m - 22,90 Sek.
Platz 4, Weitsprung - 5,93 m

Philip Schleifer (MJU18)
Platz 3, 100 m - 11,76 Sek.
Platz 2, 200 m - 23,46 Sek.
Platz 2, Weitsprung - 6,56 m

Marius Reichert (MJU18)
Platz 7, 800 m - 2:14,12 Min.



Alicia Stahl (WJU18)
100 m - 14,02 Sek.

Nina Knittel (WJU18)
Platz 1, 100 m - 12,75 Sek., Vorlauf - 12,71 Sek.

Livia Diehl (WJU18)
Platz 2, 100 m - 13,24 Sek.,

Meike Reimer (WJU18)
Platz 1, Hochsprung - 1,70 m

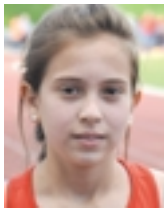
Alicia Stahl (WJU18)
Platz 16, Weitsprung - 4,30 m

Antonia Bauer (W13)
Platz 1, 75 m - 10,24 Sek.
Platz 1, 60-m-H - 10,16 Sek.

Louisa Göllinger (W13)
75 m - 11,31 Sek.
Platz 10, Weitsprung - 3,98 m

Clara Hoffmann (W13)
Platz 7, 75 m - 10,98 Sek.
Platz 4, Weitsprung - 4,43 m

Katrin Leonhardt (W13)
75 m - 11,48 Sek.
Platz 2, 800 m - 2:37,92 Min.



Luisa Klappenberger (W13)
Platz 5, 800 m - 2:48,47 Min.

Bauer, Arnold, Göllinger, Hoffmann (W13)
Platz 1, 4x75 m - 41,69 Sek.

Marvin Omagbon (M12)
Platz 1, 75 m - 10,62 Sek.
Platz 10, Weitsprung - 3,66 m

Im Regen

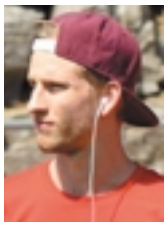
Bei den Rheinland-Pfalz-Staffelmeisterschaften in Bad Neuenahr-Ahrweiler am 3. Mai erreichte unsere Frauenstaffel über 3 x 800 m mit **Katharina Seel, Annika Hock** und **Rebecca Hilgert** bei strömendem Regen in 7:29,69 Min. den 3. Platz. *(ek)*

So weit die Füße tragen

Unsere Langstreckler waren am 9. Mai beim SAP Arena Halbmarathon. **Sabine Graf** belegte im Halbmarathon der Frauen in 1:55:44 Std. Platz 76.

Unser Jugendwart **Manfred Reichert** lief die 10 km der M50 in Göcklingen am 10. Mai in 47:18 Min. auf Platz 9. *(ek)*

Hochschulmeister



Martin Seiler hat bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften der Leichtathleten in Münster am 13. und 14. Mai den Titel im Dreisprung gewonnen. Martin Seiler startete für die Fachhochschule Schmalkalden. Mit 15,79 m (+1,3 m/s) feierte er einen guten Einstand in die Saison. Noch im Winter musste er wegen einer Sprunggelenksverletzung pausieren, daher war der schmerzfreie Einstand für die Sommersaison ein gutes Zeichen für ihn. *(ek)*

Best*zeit*

Mit einer tollen Verbesserung seiner Bestzeit bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften in Münster auf 10,64 Sek. (+0,6m/s) über 100 m wurde

Martin Hahn, der für die Technische Universität Kaiserslautern antrat, Vizemeister. *(ek)*

Krumme Strecken

Am 17. Mai gab es in Pliezhausen wieder ungewohnte Strecken. **Jan Steinmüller** kam über 600 m in 1:24,37 Min. auf Platz 13

und **Rebecca Hilgert** in 1:43,59 Min. auf Rang 20. Über 1000 m lief **Konstantin Filsinger** in 2:34,41 Min. auf Platz 10. **Patrick Berlejung** lief über 1000 m der U20 2:32,13 Min. und **Katharina Seel** 3:17,21 Min. Beide belegten Platz 3. **Marius Reichert** kam über 1000 m bei der U16 in 2:57,73 Min. auf Rang 4. *(ps)*

FOTOS: HUBERT ENDRES, MARTIN SEILER, ARTCENTER SCHLOHMANN

4,50 m unterm Goldenen Dachl

Pole Vault

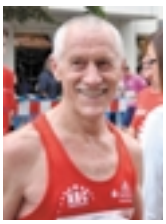
1,78 m

Beim Sprungmeeting in Eppingen im Kraichgau am 16. Mai übersprang **Meike Reimer** im Finale der U20 starke 1,78 m. Im Dreisprung schaffte **Björn Schildhauer** 14,87 m. *(ps)*

Außer Wertung

Ann-Kathrin Reil sprang am 17. Mai bei den Bienwaldspielen in Kandel im Weitsprung außer Wertung in der Jugendklasse 5,59 m. *(ek)*

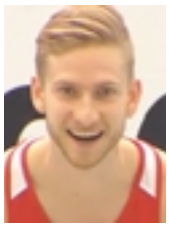
Fitte *Oldies*



Am 18. April bestritt **Gerhard Baus** in der Westpfalz den 10- km-Lauf „Rund um den Ohmbachsee". In der Zeit von 39:59 Min. belegte er in der AK65 den ersten Platz und bewältigte dabei 167 Höhenmeter. Ebenfalls einen Sieg erzielte er in Römer-berg beim 10-km-Rheinauenlauf am 15. Mai in 40:04 Minuten. In Rümmelsheim bei Bad Kreuznach lief er am 24. Mai über 10 km in hügligem Gelände über ca. 200 Höhenmeter mit 42:03 Minuten auf einen beachtlichen 3. Platz bei den Männern. **Petra Wenz** erlief sich am 9. Mai in Harthausen bei der W50 einen guten ersten Platz im 10-km-Lauf in einer Zeit von 47:37 Minuten.

Manfred Reichert machte sich am 16. Mai auf den Weg nach Kassel, um einen Freund zu besuchen. Einen Tag später lief er dort einen Halbmarathon und belegte in 1:40:10 Std. den 44. Platz der AK M50. *(ek)*

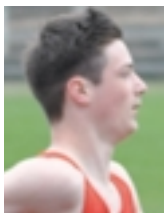
*Drei*sprung an Pfingsten



Am 25. Mai wollten unsere Dreispringer eine Steigerung ihrer Saison bestleistung erreichen. Doch das klappte wegen der schlechten Wetterbedingungen leider nicht. Mit nur je zwei gültigen Sprüngen kam **Martin Seiler** mit 15,45 m auf Platz vier und **Björn Schildhauer** mit 14,34 m auf Rang sechs.

Tage in *Heidelberg*

Am 24. und 25. Mai siegte **Ann-Kathrin Reil** in Heidelberg im Weitsprung mit 5,71 m. Die 4 x 100-m-Staffel der WJU18 siegte mit **Antonia Bauer, Emily Roberts, Alexandra Krautschneider** und **Lena Niederauer** in 53,60 Sekunden. **Annika Hock** wurde über 1500 m in 4:59,28 Min. Zweite und **Jasmin Koser** belegte über 800 m in 2:41,72 Min. Platz acht. **Marius Reichert** siegte über 300 m der M16 in 39,07 Sek. und **Kai Arnold** wurde in der Klasse M15 in 42,34 Sek. Achter. Über 100 m belegte er in 12,63 Sek. Rang sechs. Seine Schwester **Kim Arnold** wurde über 800 m der WJU15 in 2:50,43 Min. Dritte. **Alexandra Krautschneider** wurde über 100 m der W14 in 13,63 Sek. Zweite, **Lena Niederauer** in 13,95 Sek. Neunte und **Emily Roberts** kam in 14,67 Sek. auf Platz 19. *(ps)*



Jugend-DM-Norm

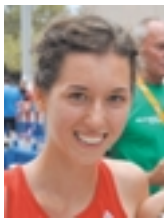
Am 27. Mai beim Mini-Internationalen in Koblenz blieb **Patrick Berlejung** über 1500 m der U20 mit Platz 4 in 4:01,91 Min. deutlich unter der Norm für die Deutschen Jugendmeisterschaften (4:05,2). **Konstantin Filsinger** wurde bei den Männern in 4:04,59 Min. Sechster. **Jan Steinmüller** lief über 800 m der U20 in 1:58,96 Min. wie auch **Katharina Seel** in 2:24,50 Min. auf Platz 5. **Rebecca Hilgert** wurde über die 800 m der Frauen in 2:25,01 Min. Siebte. *(fs)*

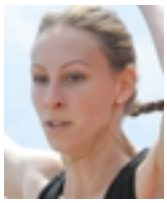
Lisa *zufrieden*

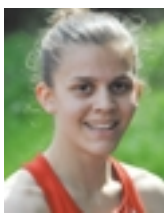
Lisa Ryzih hinterließ am 30. Mai bei der Golden Roof Challenge in Innsbruck (Österreich) als Zweitplatzierte einen guten Eindruck. Sie kam bei diesem Wettkampf zu den Rammstein-Klängen von „Engel" immer besser in Schwung. Nach 4,00 m im zweiten und 4,20 m im dritten Versuch – noch aus einem kurzen Anlauf heraus – zeigte sie im zweiten Durchgang bei 4,40 m einen rundum gelungenen Sprung, dem auch ein ausgelassener Jubel folgte. Die 4,50 m nahm sie im dritten Versuch. Die 4,60 m versuchte sie nur einmal, danach verzichtete sie mit einem zufriedenen Lächeln auf die weiteren Sprünge. *(ps)*

Kurpfalz-Gala

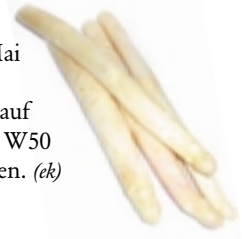
Am 30. Mai fand auch die Cosinus Gala in Weinheim statt bei der auch unsere Athletinnen und Athleten vertreten waren. Ihren Saisoneinstand gaben **Christian Kiemstedt** über 200 m mit 21,93 Sek. und **Carlotta Buckel** über 100 m mit 12,06 Sekunden. Im C-Finale lief sie mit 12,22 Sek. auf Platz 6. **Martin Hahn** kam über 100 m in 10,93 Sek. leider über den Vorlauf nicht hinaus. **Ann-Kathrin Reil** schaffte im Weitsprung mit 5,58 m im B-Finale Platz 5. **Chamaine Gault** lief über 200 m 26,49 Sek. und unsere Mittelstrecklerinnen kamen über 800 m mit **Rebecca Hilgert** in 2:25,73 Min., **Annika Hock** in 2:31,35 und **Jasmin Koser** in 2:45,62 Min. auf die Plätze 7, 9 und 10. bei der U20 lief **Nina Knittel** die 200 m in 26,04 Sek. und mit der 4x100-m-Staffel zusammen mit **Alicia Stahl, Sandra Wagner** und **Justine Weiß** vom TB Oppau in 49,60 Sek. auf Platz 2. **Sandra Wagner** lief im Vorlauf über 100 m 12,44 Sek. **Konstantinos Tselios** kam zuerst über 200 m in 22,86 Sek. und danach über 100 m in 11,27 Sek. ins Ziel. **Philip Schleifer** schaffte im Weitsprung 6,04 m. *(ps)*







Spargel*lauf*



Petra Wenz siegte am 30. Mai beim Lampertheimer Spargellauf über 10 km der W50 in 46:03 Minuten. *(ek)*

4 Titel

Auch bei den Pfalzmeisterschaften der U20 und U16 am 30. Mai in Zweibrücken gab es gute Leistungen:

Jan Steinmüller (U20)
Platz 1, 800 m - 1:58,95 Min.

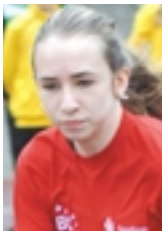
Patrick Berlejung (U20)
Platz 1, 1500 m - 4:14,48 Min.

1,81 m für Meike

Marius Reichert (M14)
Platz 1, 800 m - 2:11,88 Min.

Alexandra Krautschneider (W14)
Platz 1, 100 m - 13,27 Sek.
Platz 5, Weitsprung - 4,65 m

Katja Roberts (WJU20)
Platz 5, 100 m - 14,35 Sek., Vorlauf 14,01 Sek. Platz 6, 200 m - 28,43 Sek.



Lena Niederauer (W14)
Platz 6, 100 m - 14,03 Sek.

Kai Arnold (M15)
Platz 4, 800 m - 2:27,12 Min.

Antonia Bauer (W14)
Platz 3, 100 m - 13,40 Sek.

Luisa Klappenberger (W13)
Platz 2, 2000 m - 8:16,86 Min.

Antonia Bauer, Emily Roberts, Lena Niederauer, Alexandra Krautschneider (W15)
Platz 3, 4 x 100 m - 55,11 Sek.

Citylauf

Unser Jugendwart **Manfred Reichert** kam am 31. Mai beim Frankfurter Citylauf über 10 km der M50 in 44:35 Min. auf Rang sechs. *(ek)*

Martin in Frankreich

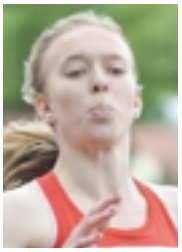
Am 31. Mai sprang **Martin Seiler** in Forbach gegen starke internationale Konkurrenz. Mit 15,85 m wurde er Sechster. Zufrieden war er allerdings nicht, denn er hatte sich eine bessere Weite erhofft.

Hop Step Jump

In Ingolstadt beim Dreisprung-Meet-In am 4. Juni wollte es **Martin Seiler** besser machen, doch auch hier gelangen ihm nicht die gewünschen weiten Sprünge. Im vierten Versuch landete er bei 15,72 m und auf Platz drei. Nun hoffte er auf die Deutschen Meisterschaften. *(ps)*

Bestzeiten in Reilingen

Am 4. Juni in Reilingen bei Hockenheim waren unsere Sprinterinnen wohl vom naheliegenden Hockenheimring und seinen schnellen Rennwagen beflügelt und liefen tolle Zeiten. **Nina Knittel** (U18) sprintete über 200 m in 25,78 Sek. eine persönliche Bestzeit, belegte Platz zwei und qualifizierte sich



für die Deutschen Jugendmeisterschaften. Über 100 m lief sie 12,61 Sek. und errang genauso den ersten Platz wie **Sandra Wagner**, die über 100 m der U20 12,36 Sek. brauchte. Auch die anschließenden 200 m gewann **Sandra** souverän in 25,82 Sek., was neue Bestleistung bedeutete. Bei den Frauen überzeugte **Chamaine Gault**. Sie gewann die 100 m in 12,86 Sek. und lief mit 25,55 Sek. über 200 m eine schnelle Zeit und ebenfalls Bestleistung. *(ek)*

Zwei Staffelsiege

Die 3 x 1000-m-Staffel der U20 gewann mit 8:03,44 Min. am 3. Juni in Herxheim den Pfalztitel. **Nico Steißlinger**, **Jan Steinmüller** und **Patrick Berlejung** verpassten dabei die Jugend-DM-Norm um nur 1,22 Sekunden. Die 3 x 800-m-Staffel der WJU14 holte sich mit **Luisa Klappenberger**, **Kim Arnold** und **Katrin Leonhardt** in 8:16,60 Min. den Titel. *(mr)*

Gala in Regensburg

Am 6. Juni bei der Sparkassen-Gala in Regensburg herrschten ideale Bedingungen. **Martin Hahn** siegte zu Beginn der Veranstaltung im Vorprogramm über 100 m in tollen 10,58 Sek. und wenig später absolvierte er seinen Vorlauf im Gala-Programm in 10,62 Sek. und danach lief er im B-Finale 10,60 Sekunden. **Carlotta Buckel** blieb im 100-m-Vorlauf in 12,20 leider hängen.

① Gerhard Baus, ② Petra Wenz, ③ Marius Reichert, ④ Sabine Graf, ⑤ Manfred Reichert

Frankenthaler Strohhut

Am 7. Juni bem Frankenthaler Strohhutfestlauf gewann über 2750 m der U14 **Katrin Leonhardt** in 10:17,00 Min. vor **Luisa Klappenberger**, die 11:30,20 Min. benötigte. *(br)*

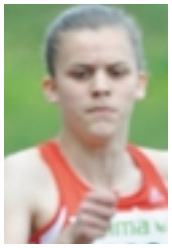
EM-Norm für Meike

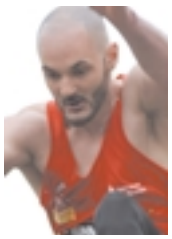
Meike Reimer glänzte wieder im Hochsprung. Sie verbesserte ihre tolle Leistung von Eppingen um drei Zentimeter auf 1,81 m und erzielte die Norm für die U20-Europameisterschaften vom 16. bis 19. Juli in Eskilstuna im Nordwesten Schwedens in der Provinz Södermanlands Län westlich von Stockholm. *(ek)*

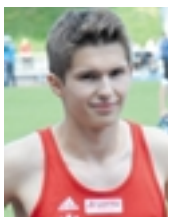
Rettichlauf

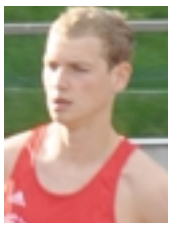
Fünf ABCler waren beim 19. Rettichfestlauf in Schifferstadt am 6. Juni am Start und konnten stolze vier Siege in ihren Altersklassen erzielen. Den Gesamtsieg über 1500 m der U16 sicherte sich **Marius Reichert**. Mit einer Zeit von 4:39 Min. distanzierte er im Ziel den Zweiten Jakob Stock vom TV Schifferstadt um 35 Sek., was sein 3. Sieg in Folge in Schifferstadt war. Im Hauptfeld der Frauen über 6700 m sicherte sich **Sabine Graf** in 31:44 Min. den ersten Platz. Im Hauptlauf der M60 gewann **Gerhard Baus** in hervorragenden 26:10 Minuten. **Petra Wenz** war die schnellste Frau des Laufes der W50. Sie siegte in einer Zeit von 29:38 Min., in der AK M50 belegte **Manfred Reichert** mit 29:45 Min. Platz fünf. *(mr)*

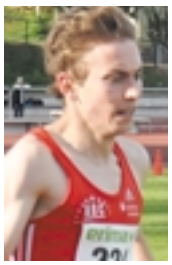
Junioren-DM











In Wetzlar am 13. und 14. Juni fanden die Deutschen U23-Meisterschaften statt. **Sandra Wagner** war über 100 m mit dabei. Doch mit 12,43 Sek. kam sie über den Vorlauf nicht hinaus. **Dominic Johnson** wurde im Weitsprung mit 7,00 m nur Neunter.

Die 3 x 1000-m-Staffel kam mit **Jan Steinmüller**, **Konstantin Filsinger** und **Patrick Berlejung**, in 7:45,42 Min. auf Platz sieben. *(ps)*

Carlotta 11,92 Sek.

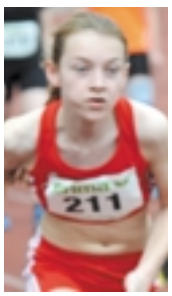
Am 13. Juni in Gau Algesheim lief Carlotta Buckel mit 11,92 Sekunden eine Saisonbestzeit über 100 m.

1/2-Marathon

Beim 35. Leimersheimer Volkslauf am 21. Juni lief **Manfred Reichert** mit einer Zeit von 1:39:17 Std. beim Halbmarathon auf den 2. Platz der AK M50.

WM-Norm für Lisa

Am 27. Juni fand in Mannheim die Bauhaus-Junioren-Gala statt. Im Rahmenprogramm der Metropolregion lief **Marius Reichert** die 100 m der M14 in 11,92 Sekunden. **Patrick Berlejung** siegte über 800 m der U20 in 1:57,00 Minuten vor **Jan Steinmüller** (1:59,90 Min.). **Lena Niederauer** lief die 100 m der W14 in 13,60 Sekunden und **Katrin Leonhardt** kam über 800 m der W14 in 2:39,10 Minuten auf Platz fünf. Über 75 m der W14 siegte **Antonia Bauer** in 10,08 Sekunden, **Clara Hoffmann** lief in 10,54 Sekunden auf Platz vier und **Louisa Göllinger** wurde in 10,69 Sekunden Sechste. Im WM-Norm-Wettbewerb der Frauen im Stabhochsprung war **Lisa Ryzih** am Start. Mit 4,55 m belegte sie in Mannheim hinter der höhengleichen **Martina Strutz** Platz 3.



FOTOS: HUBERT ENDRES, MANFRED REICHERT, BRITT ROBERTS U.A.

4,55 m für Lisa

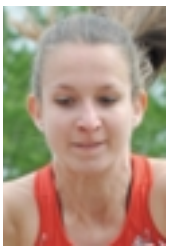
Wieder 1,81 für Meike

Im Hochsprung qualifizierte sich **Meike Reimer** mit ihrem Sieg und übersprungenen 1,81 m entgültig für die U20-EM. *(ps)*

Rheinland-*Pfalz*meister

Am 27. Juni in Saulheim bei den Rheinland-Pfalzmeisterschaften gab es 7 Titel für den ABC.

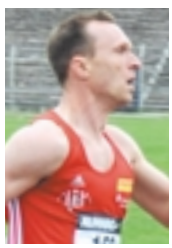
Martin Hahn siegte über 100 m in 10,74 Sekunden, **Felix Schneider** lief 11,59 Sekunden. Über 200 m siegte **Christian Kiemstedt** in 21,73 Sekunden. Im Weitsprung siegte **Dominic Johnson** mit 7,28 m und **Ann-Kathrin Reil** mit 5,69 m. **Nicole Wagner** belegte nach langer Verletzungspause mit 5,26 m Platz sieben.

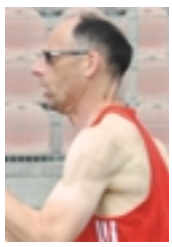


Die 4x100-m-Staffel siegte mit **Livia Diehl**, **Sandra Wagner**, **Nina Knittel** und **Justine Weiß** in 48,42 Sekunden und qualifizierten sich für die Deutschen Jugendmeisterschaften. Die 4x100-m-Staffel der Männer kam mit **Stephan Bednarz**, **Philip Schleifer**, **Felix Schneider** und **Konstantinos Tselios** in 43,35 Sek. auf Platz drei. **Konstantin Filsinger** belegte über 1500 m in 4:06,12 Min. Platz vier. **Carlotta Buckel** wurde über 100 m in 12,32 Sek. (Vorl. 12,22) Zweite, **Sandra Wagner** in 12,42 Sek. (Vorl. 12,53) Dritte und **Chamaine Gault** in 12,96 Sek. (Vorl. 12,72) Sechste. Über 200 m belegte **Carlotta** in 24,75 Sek. Platz drei, **Chamaine** in 25,17 Sek. Platz vier und **Sandra** in 25,81 Sek. Platz acht. Über 800 m wurde **Rebecca Hilgert** in 2:22,76 Min. Siebte. Bei der U18 siegte **Konstantinos Tselios** über 100 m in 11,16 Sek., **Philip Schleifer** wurde im B-Finale mit 11,88 Sek. Dritter. Über 200 m kam **Konstantinos** in 22,59 Sek. auf Platz zwei. **Philip** belegte im Weitsprung mit 6,07 m Platz vier. **Nina Knittel** wurde über 100 m in 12,53 Sek. (Vorl. 12,48 Sek.) Dritte, **Katja Roberts** lief 13,92 Sekunden. Über 200 m siegte **Nina Knittel** in 25,28 Sek., **Livia Diehl** kam in 27,52 Sek. auf Platz neun und **Katja** wurde in 27,86 Sek. Elfte. Über 400 m lief **Natalie Engbarth** vom TV Maudach in 62,40 Sek. auf Platz zwei. *(ps)*

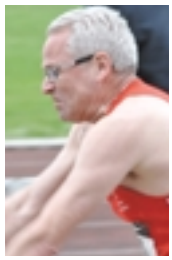
Senioren*titel*

Am 27. Juni kämpften unsere Senioren in Edenkoben um die Pfalzmeistertitel. **Oliver Seibel** siegte über 100 m und 200 m der M40 in 12,11 bzw. 24,88 Sekunden.

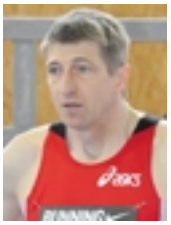




Walter Bernhard siegte über 100-m-Hürden der M50 in 19,24 Sek. und belegte im Weitsprung mit 4,85 m Platz zwei. Sieger wurde **Werner Schwaab** mit 5,50 m.



Am 13. Juni beim Qualidurchgang der Team-DM Senioren M50 in Landau lief **Holger Elfert** über 100 m der M50



13,03 Sek. und gewann zusammen mit **Peter Höll** vom 1. FC Kaiserslautern, **Werner Schwaab** und **Walter Bernhard** die 4x100-m-Staffel in 49,75 Sekunden. Insgesamt erzielte das Pfalz-Master-Team 9721 Punkte, was zu diesem Zeitpunkt Platz zwei in der deutschen Rangliste bedeutete. *(ek)*

Zu *Gast* ...

Außer Wertung starteten am 28. Juni bei den Bezirksmeisterschaften der Südpfalz **Marius Reichert** im Weitsprung mit 5,40 m und **Kai Arnold** über 800 m in 2:29,18 Min., **Louisa Göllinger** über 75 m in 11,15 Sek. und im Weitsprung mit 4,09 m, **Katrin Leonhardt** über 75 m in 11,44 Sek., **Antonia Bauer** über 75 m

in 10,27 Sek. und im Weitsprung mit 4,70 m. **Clara Hoffmann** lief die 75 m in 10,72 Sek. und sprang 4,51 m weit, **Kim Arnold** lief die 800 m in 2:49,13 Min., **Allegra Bosch** lief die 50 m in 8,69 Sek. und im Weitsprung schaffte sie 3,23 m. **Carina Cade** lief die 50 m in 8,55 Sek. und sprang 3,44 m weit. Die 4x75-m-Staffel mit 3,44 m weit. Die 4x75-m-Staffel mit **Louisa Göllinger**, **Katrin Leonhardt**, **Clara Hoffmann** und **Antonia Bauer** lief 41,21 Sekunden. **Alexandra Krautschneider** lief die 100 m in

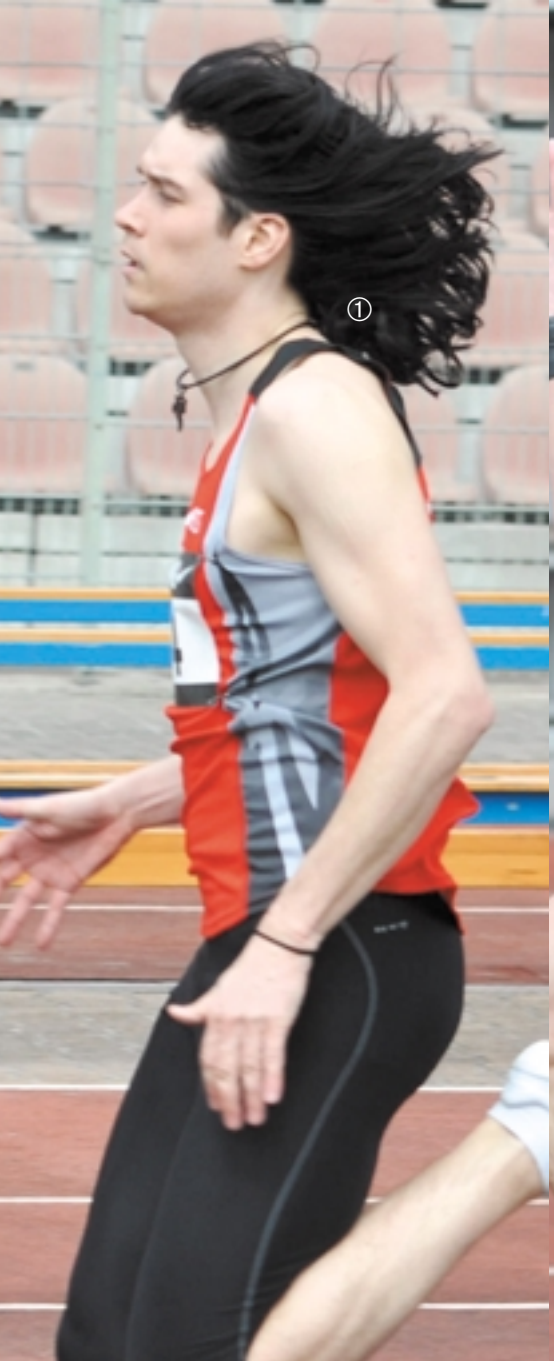
13,22 Sek. und erzielte im Weitsprung 4,91 m. **Emily Roberts** lief die 300 m in 49,32 Sekunden. Mit diesen Ergebnissen hätten viele unserer Jugendlichen ihre Wettbewerbe gewonnen. *(mr)*

Hitzefrei!!

Die Rheinland-Pfalz-Jugendmeisterschaften in Neuwied am 4. Juli litten sehr unter der Sommerhitze von über 37°C. So

→ *Seite 34*

In den Mund gelegt:
Dominic Johnson, Carlotta Buckel und Juri Tscherer bei der Kurpfalz-Gala in Weinheim. *(ps)*



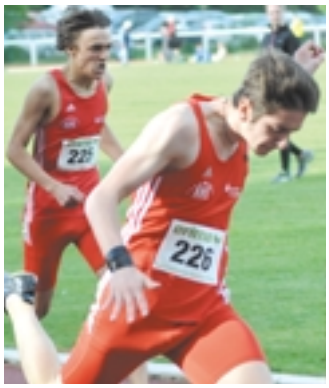
① Stephan Bednarz, ② Konstantinos Tselios, ③ Felix Schneider, ④ Martin Hahn

Schnelle *Jungs*

Von Null auf Hundert in 10 Sekunden über 100 m ist der Traum eines jeden Sprinters.

Konstantinos Tselios, Philip Schleifer

Philp Schleifer, Tselios



Rainer Süß, Philp Schleifer

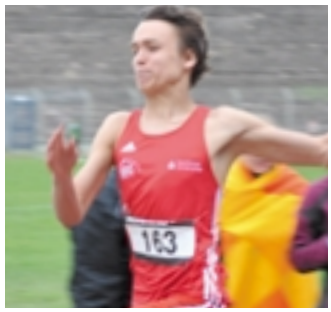
④

10,58 Sek. für Martin

① Philip Schleifer, ② Konstantinos Tselios, ③ Martin Hahn, ④ Christian Kiemstedt,
⑤ Martin Hahn, ⑥ Stefan Buckel, ⑦ Juri Tscherer, ⑧ Juri Tscherer, ⑨ Carlotta Buckel

Christian Kiemstedt beim 200-m-Start

Felix Schneider



Philip Schleifer

FOTOS: HUBERT ENDRES

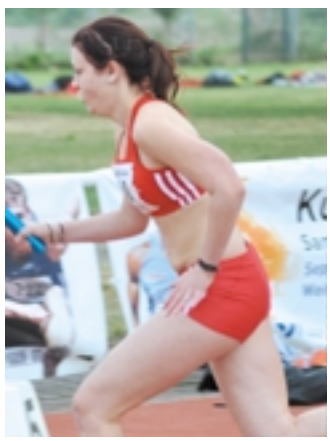
④
Christian Kiemstedt

① Alexandra Krautschneider, ② Livia Diehl, ③ Antonia Bauer, ④ Nina Knittel, ⑤ Sandra Wagner, ⑥ Chamaine Gault, ⑦ Antonia Bauer, ⑧ Sandra Wagner, ⑨ Chamaine Gault

Schnelle *Mädels*

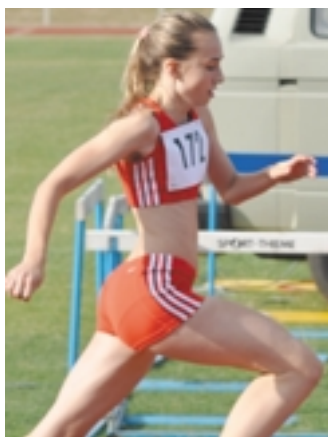
Carlotta Buckel

Alicia Stahl



Nina Knittel

Lena Niederauer

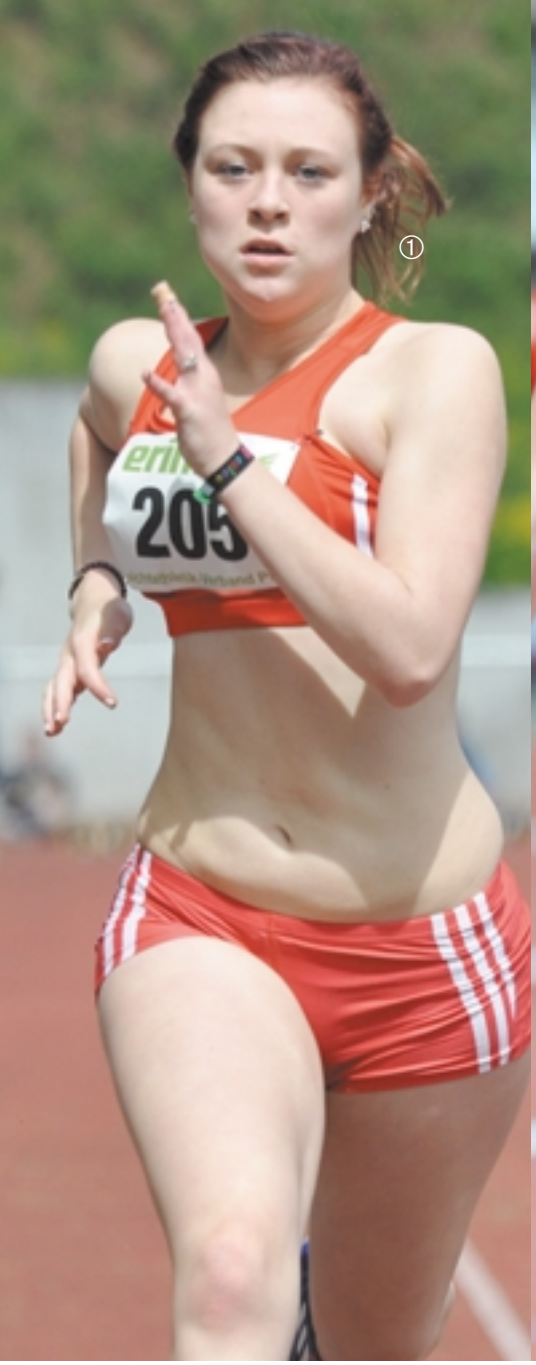


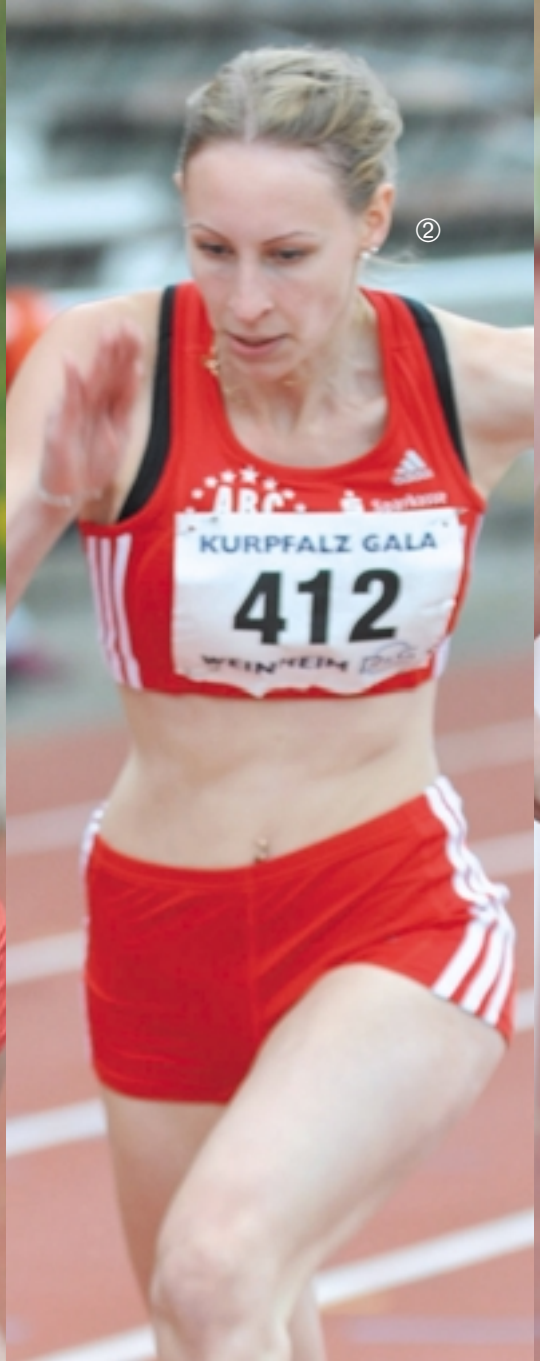
④

⑤ ⑥

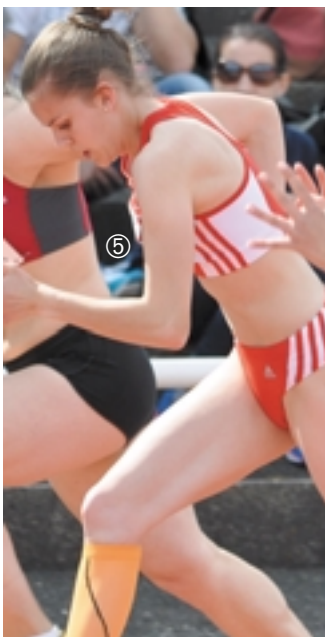
⑦

⑧ ⑨



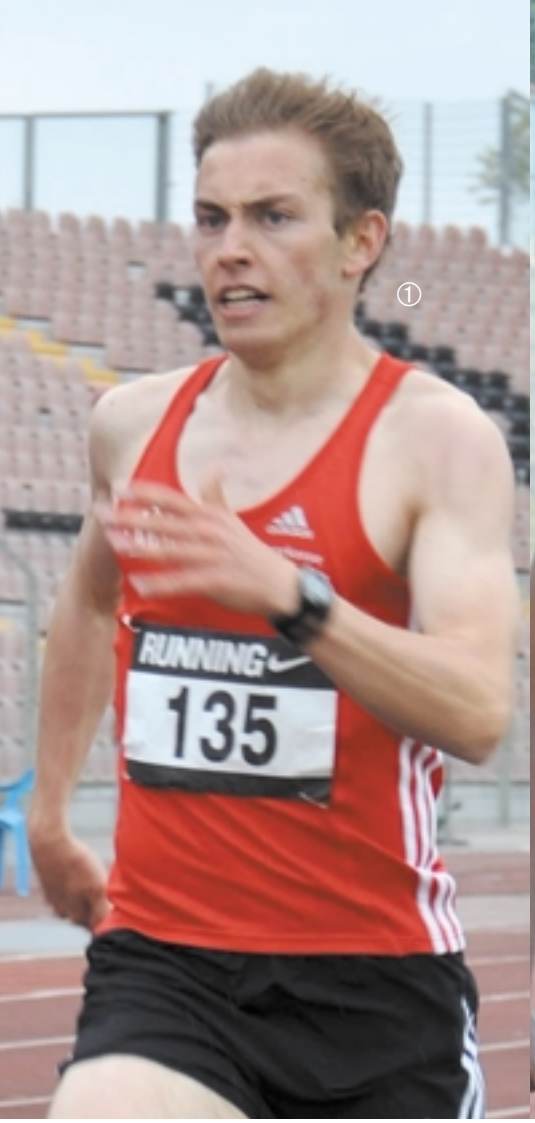


① Alicia Stahl, ② Justine Weiß, ③ Natalie Engbarth, ④ Chamaine Gault, ⑤ Sandra Wagner,
⑥ Alexandra Krautschneider, ⑦ Clara Hoffmann, ⑧ Carlotta Buckel



⑧

Carlotta Buckel

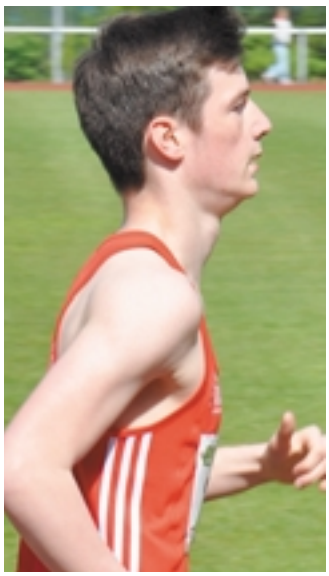


① Patrick Berlejung, ② Konstantin Filsinger, ③ Jan Steinmüller, ④ Annika Hock,
⑤ Katharina Seel, ⑥ Rebecca Hilgert, ⑦ Leonore Petry

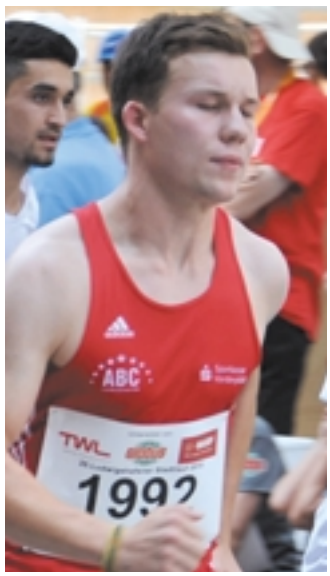
Weder *kurz* noch *lang*

Unsere Mittelstrecklerinnen und Mittelstreckler liefen 200 m, 400m, 600 m, 800 m, 1000 m, 1500 m, 2000 m, 3000 m und manchmal auch noch längere Strecken.

Marius Reichert

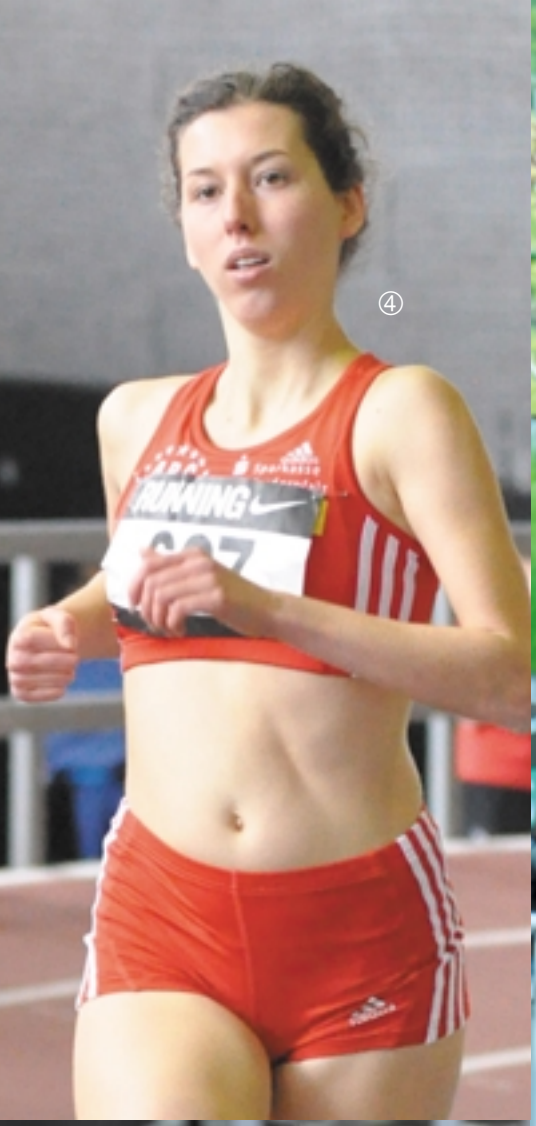


Nico Steißlinger



Katrin Leonhardt

Luisa Klappenberger



④

⑧

⑤

⑥

LUST AM LAUFEN

Die 4x100-m-Männerstaffel bei den Bezirksmeisterschaften der Vorderpfalz am 26. April im Südweststadion:
① Stephan Bednarz, ② Philip Schleifer, ③ Konstatinos Tselios, ④ Felix Schneider

Eine Runde durch *Vier*

Die 4x100-m-Staffel der weiblichen Jugend U18:
⑤ Livia Diehl, ⑥ Nina Knittel, ⑦ Natalie Engbarth, ⑧ Alicia Stahl

Die 4x100-m-Staffel U23:
① Nicole Wagner, ② Sandra Wagner, ③ Nina Knittel, ④ Ann-Kathrin Reil

4x75-m-Staffel der Schülerinnen W13:
⑤ Louisa Göllinger, ⑥ Katrin Leonhardt, ⑦ Clara Hoffmann, ⑧ Antonia Bauer

① Natalie Engbarth, ② Juri Tscherer, ③ Meike Reimer

Warten auf den 75-m-Start:
Clara Hoffmann, Kim Arnold, Louisa Göllinger

1. Start zum 75-m-Lauf:
Clara Hoffmann, Antonia Bauer, Kim Arnold, Louisa Göllinger

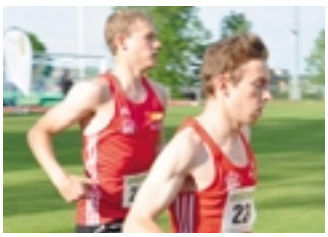
Rebecca Hilgert

Katharina Seel

Katharina und Rebecca am Start

Katrin Leonhardt

Konstantin Filsinger, Patrick Berlejung



Nina Knittel

④ Trainer Rainer Süß, ⑤ Konstantinos Tselios, ⑥ Philip Schleifer, ⑦ Nina Knittel

Letzter Wechsel der 4 x 100-m-Staffel der Männer:
Konstantinos Tselios wechselt auf Felix Schneider

Letzter Wechsel der 4 x 100-m-Staffel der weiblichen Jugend:
Nina Knittel wechselt auf Livia Diehl

Antonia, Clara, Olga, Louisa, Kim

Louisa wechselt auf Clara

Ann-Kathrin Reil

Alicia Stahl

Beim Aufwärmen

Alexandra Krautschneider

① Konstantionos Tselios

② Stephan Bednarz

③ Philip Schleifer

④ Marius Reichert

⑤ Björn Schildhauer

⑥ Felix Schneider

⑦ Dominic Johnson

Schnelle Sprinter sind oft gute Springer

WEIT SPRUNG

Dominic Johnson

⑦

⑤
Antonia Bauer

⑥
Mareike Döbel

⑦
Ann-Kathrin Reil

⑧
Juri Tscherer

⑨
Ann-Kathrin Reil

①
Clara Hoffmann

②
Kim Arnold

③
Louisa Göllinger

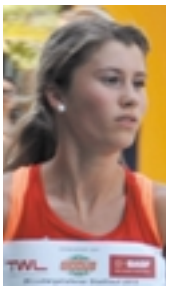
④
Alexandra
Krautschneider

5,71 m für Ann-Kathrin

verzichteten unsere U16-Mädels komplett auf den Start. Trotzdem gab es einige gute Leistungen:

Jan Steinmüller (U20)
Platz 2, 800 m - 1:59,10 Min.

Patrick Berlejung (U20)
Platz 2, 1500 m - 4:17,71 Min.



Leonore Petry (U20)
Platz 8, 200 m - 27,19 Sek.,
Vorlauf 100 m - 13,42 Sek.

Sandra Wagner (U20)
Platz 3, 100 m - 12,28 Sek.
Platz 2, 200 m - 25,81 Sek.

Katharina Seel (U20)
Platz 3, 1500 m - 5:43,31 Min.

Marius Reichert (U14)
Platz 2, 800 m - 2:11,87 Min.

Die „Süddeutschen“

Auch die Süddeutschen Meisterschaften der Aktiven und U18 in Kaiserslautern am 4. und 5. Juli waren vor allem: heiß. So heiß, dass zeitweise die Technik versagte, Computer abstürzten, tapfere Kampfrichter ausfielen, heiße Medaillen wertlos und kalte Wasserflaschen die eigentlichen Belohnungen wurden. Auch hier waren einige garnicht erst angereist. Trotzdem gelang **Martin Hahn** im Zwischenlauf über 100 m mit 10,45 Sek. eine Superzeit – allerdings mit zuviel Rückenwind. Hier die Ergebnisse des ersten Tages:

Martin Hahn (M)
Platz 4, 100 m - 10,60 Sek.

Konstantin Filsinger (M)
Platz 12, 1500 m - 4:05,05 Min.

Dominic Johnson (M)
Platz 3, Weitsprung - 7,29 m

Nina Knittel (U18) - Platz 6, 100 m - 12,51, Vorl. 12,46 Sek.

Konstantinos Tselios (U18)
Zwischenlauf 100 m - 11,29 Sek. Im Finale war er nicht mehr angetreten.

Doch am zweiten Tag war **Konstantinos** wieder voll da. Er lief über 200 m in 24,80 Sek. auf Platz zwei.

Nachfolgend die weiteren Ergebnisse:

Carlotta Buckel (F)
Vorlauf 200 m - 25,50 Sek.
(Zum Finale trat sie aber verletzungsbedingt nicht mehr an.)

Chamaine Gault (F)
Vorl. 200 m - 25,34 Sek.

Nina Kinttel (U18)
Platz 5, 200 m - 25,41 Sek.

Jan Steinmüller, Konstantin Filsinger, Patrick Berlejung (M)
Platz 3, 3 x 1000 m - 7:42,66 Min.

Christian Kiemstedt (M)
Platz 5, 200 m - 21,87 Sek.,
Vorlauf 21,60 Sek.

Viele Wasserstellen

Beim Queichtallauf in Zeiskam am 4. Juli wurden zunächst wegen der Hitze die Wasserstellen deutlich erhöht. **Manfred Reichert** gewann dann „gut gewässert“ über 5 km der M50 in 22:06 Minuten. *(mr)*

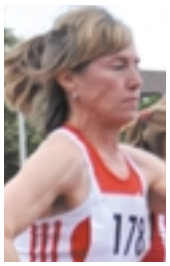
City-Lauf

In Kaiserslautern gewann **Gerhard Baus** den Volkslauf über 5 km der M60 in 19:16,50 Minuten. *(hk)*

Am Abend

Donnerstags am 9. Juli um 17.00 Uhr starteten einige ABCler beim Abendsportfest in Limburgerhof:

Olga Becker (W50), Platz 1, 100 m - 14,28 Sek.
Platz 1, 80-m-H - 13,13 Sek.



Inga Zeller (F), Platz 1, 100 m - 14,13 Sek.

Silke Müller (F)
Platz 2, 100 m - 14,14 Sek.

Inga Zeller, Gloria Littwin, Nina Gaisbauer, Silke Müller (F) Platz 1, 4x100 m - 54,33 Sek.

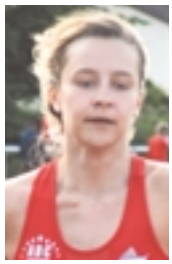
Moritz Fischer (M14)
Platz 4, 100 m - 14,37 Sek.

Kai Arnold (M15)
Platz 1, 100 m - 12,75 Sek.

Katrin Leonhardt (W13)
Platz 1, 800 m - 2:36,24 Min.

Luisa Klappenberger (W13)
Platz 3, 800 m - 2:47,95 Min.

Antonia Bauer (W13)
Platz 1, 60-m-H - 10,09 Sek.



Alexandra Krautschneider (W14),
Platz 1, 100 m - 13,26 Sek.

Lena Niederauer (W14)
Platz 2, 100 m - 13,53 Sek.

Emily Roberts (W14)
Platz 5, 100 m - 14,35 Sek.

Walter Bernhard (M50)
Platz 2, 100 m - 13,20 Sek.
Platz 1, 100-m-H - 16,24 Sek.

Kai Arnold (U18)
Platz 2, 200 m - 26,52 Sek.

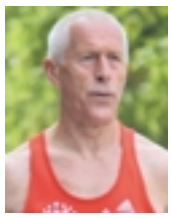
Luisa Göllinger, Kim Arnold, Clara Hoffmann, Antonia Bauer (U14)
Platz 1, 4x175 m - 41,53 Sek.

Katrin Leonhardt, Emiliy Roberts, Lena Niederauer, Alexandra Krautschneider (U16)
Platz 1, 4x100 m - 55,12 Sek.

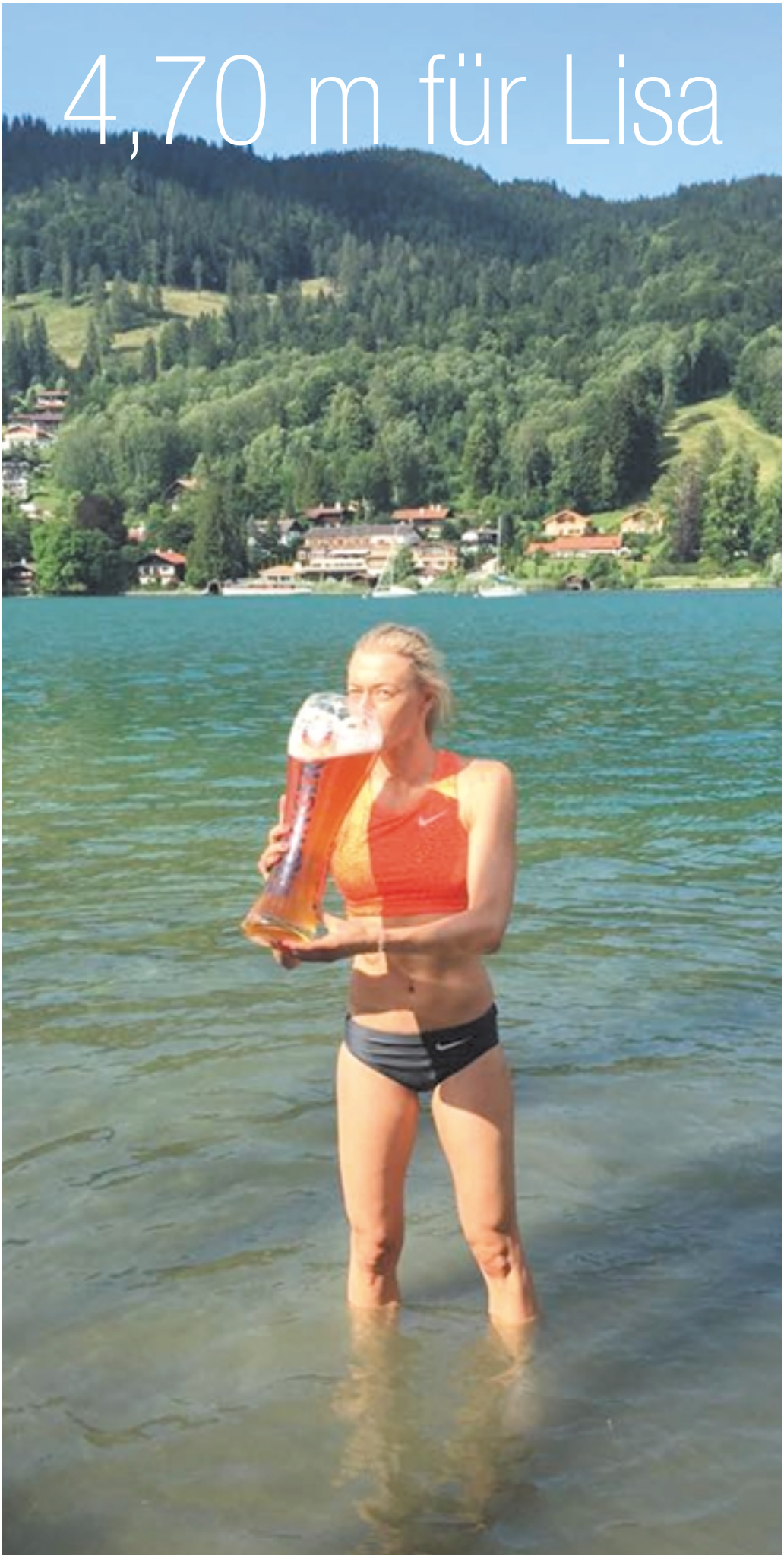
Livia Diehl (U18)
Platz 2, 200 m - 27,85
Platz 4, 100 m - 13,52 Sek.

Stadtlauf Lu

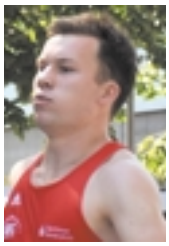
Beim 20. Ludwigshafener Stadtlauf am 11. Juli gewannen beim 7200-m-Volkslauf in ihren Altersklassen **Gerhard Baus** (M65) in 27;58,1 und **Petra Wenz** (W50) in 32:38,9 Minuten. **Gerhard Holzweißig** (M60) belegte in 38:07,7 Min. Platz 15. **Jan Eppelheimer** (M20) siegte in 27:16,6 Min.. **Jasmin Koser** (W20) wurde in 35:26,2 Min. Fünfte,

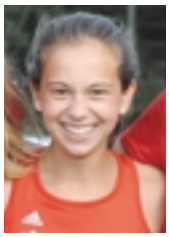


4,70 m für Lisa



Sabine Graf (W20) wurde Sechste in 35:28,1 Min., **Evelyn Schulgin** (W20) in 39:13,5 Min. Elfte. **Markus Lemberger** (M50) kam in 35:54,4 Min. auf Platz 25. Im Jugendlauf über 2400 m der WJU20 siegte **Leonore Petry** in 9:52,9 Min. und **Livia Diehl** (U18) kam in 11:05,3 Min. auf Platz zwei. **Nico Steißlinger** gewann bei der MJ U20 in 7:45,3 Minuten. Im Schülerlauf über 1200 m siegte **Katrin Leonhardt** (U14) in 4:19,9 Min., **Kim Arnold** (U14) kam in 4:25,6 Min. auf Platz drei, **Luisa Klappenberger** (U14) in 4:31,4 Min. auf Platz vier und **Chiara Kuhn** (U14) in 5:23,7 Min. auf Platz 18. **Kai Arnold** (U16) siegte in 3:57,9 Min., **Lena Niederauer** (U16) in 4:55,9 Min. auf Platz sieben, und **Samanbir Kaur** (U12) in 5:08,0 Min. auf Rang elf. *(ps)*





Sprung in den *Tegernsee*

Nach der Flugshow von **Lisa Ryzih** im letzten Jahr wollte sie diesen Erfolg in Rottach-Egern am 11. Juli natürlich wiederholen und wenn möglich ihre Bestleistung steigern. Lisa Ryzih fühlte sich am Tegernsee pudelwohl. Nur einen Zentimeter blieb Lisa unter ihrer Bestleistung. Sie ge-

FOTOS: HUBERT ENDRES, LISA RYZIH

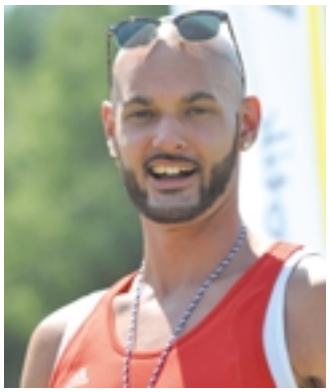
1,83 m für Meike

wann die Frauenkonkurrenz des Stabhochsprung-Meetings in Rottach-Egern mit 4,70 Metern. Anschließend gab es wie letztes Jahr einen kräftigen Schluck. *(ps)*

Pfullingen

Beim 1. Sprint- und Sprungcup in Pfullingen bei Reutlingen am 11. Juli gewann Martin Seiler den Dreisprung mit 15,09 m und Martin Hahn wurde über 100 m in 10,66 Sek. Zweiter. *(ps)*

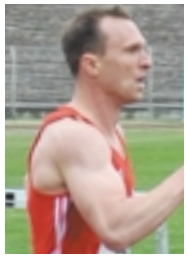
Süddeutscher Junioren-meister



Am 11. und 12. Juli in Kassel kämpften unsere Junioren (U23) um die süddeutschen Titel, allen voran **Dominic Johnson**. Er gewann den Weitsprung mit 7,32 m. **Patrick Berlejung** wurde über 1500 m in 4:08,51 Min. Fünfter, **Konstantin Filsinger** in 4:08,69 Min. Sechster. Über 800 m kam er in 1:57,17 Min. auf Platz sieben und **Jan Steinmüller** in 1:57,54 Min. auf Rang acht. **Katharina Seel** wurde über 1500 m in 5:26,66 Min. ebenfalls Achte und **Rebecca Hilgert** lief über 800 m in 2:24,93 auf Platz zwölf. **Ann-Kathrin Reil** wurde im Weitsprung mit 5,50 m Fünfte. **Marius Reichert** kam über 800 m der M14 in 2:08,93 Min. auf Rang vier und im Weitsprung mit 5,68 m auf Rang zehn. *(ps)*

Deutscher Vizemeister

In Zittau bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften vom 10. bis 12. Juli wurde **Oliver Seibel** Vizemeister über 400 m der M40 in 54,30 Sekunden und über 100



m wurde er in 11,94 Sekunden Fünfter. *(ps)*

Lisa in Luzern

Beim EAA-Meeting am 14. Juli war **Lisa Ryzih** wieder am Start und übersprang 4,50 m. Sie belegte Platz drei. *(ps)*

Abends bei der MTG

Beim Abendsportfest in Mannheim am 15. Juli gab es folgende Ergebnisse für den ABC:

Martin Hahn
Vorlauf 100 m - 10,76 Sek.

Konstantin Tselios
F-Finale Platz 4,
100 m - 11,23 Sek.
Platz 16, 200 m 22,56 Sek.

Felix Schneider
Vorlauf 100 m - 11,52 Sek.

Christian Kiemstedt
Platz 8, 200 m - 21,82 Sek.

Dominic Johnson
Platz 3, Weitsprung - 7,13 m

Patrick Berlejung
Platz 31, 800 m - 1:56,54 Min.

Rebecca Hilgert
Platz 13, 800 m - 2:24,21 Min.

Katharina Seel
Platz 16, 800 m - 2:33,26 Min.

Nina Knittel
Vorlauf 100 m - 12,76 Sek.
Platz 11, 200 m - 25,59 Sek.

Chamaine Gault
Platz 3, 200 m - 25,92 Sek.

Meike Platz 4 im EM-Finale

Die U20-Europameisterschaften vom 16. bis 19. Juli in Eskilstuna im Nordwesten Schwedens in der Provinz Södermanlands Län westlich von Stockholm waren für die noch 16-jährige **Meike**

Reimer die Krönung ihrer starken Hochsprungsaison. Freitags gab es das Qualifikationsspringen. Ab 10.50 Uhr konnte man den Wettkampf im Live-Ticker auf www.european-athletics.com verfolgen. **Meike** hinterließ einen starken Eindruck und überzeugte mit weißer Weste. Die Einstiegshöhe lag bei 1,65 m und **Meike** sprang alle Höhen bis 1,79 m im ersten Versuch. Sie stand sicher im Finale am Sonntag. Nur drei weitere Athletinnen blieben ohne Fehlversuch. **„ Irgendwie hat alles gut gepasst. Ich hoffe, dass ich das im Finale noch mal wiederholen kann."** Und das machte sie dann auch. Es war einfach sensationell. **Meike Reimer** schnupperte an Bronze. Die Jüngste im deutschen Team hatte sich im Hochsprung-Finale prächtig geschlagen. Mit neuer Bestleistung von 1,83 Meter, gemeistert im zweiten Versuch, schnupperte sie sogar an einer Medaille – auch wenn sie selbst davon nichts mitbekam: **„Dass ich da vorne mit dabei war, habe ich gar nicht gemerkt"**, gestand sie. Dabei trennten sie letztendlich nur ein einziger Sprung von einer Medaille, und zwar der der britischen U20-Weltmeisterin **Morgan Lake** und überlegenen Siegerin mit 1,91 Meter, die 1,86 m erst im dritten Anlauf nahm. Wäre die Latte gefallen, hätten sich drei Athletinnen Bronze geteilt. *(ps)*

Wind-Lotterie

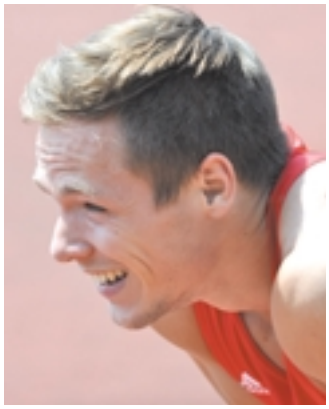
FOTO: LISA RYZIH

Mit 4,60 m Titel für Lisa

Bei den Deutschen Meisterschaften am 25. Juli in Nürnberg machten **Martina Strutz** und **Lisa Ryzih** den Stabhochsprung-Titel unter sich aus. Bei 4,60 m waren sie nur noch zu zweit im Kampf um Gold und gegen den Wind. Aus diesem Kampf ging Lisa als Siegerin hervor: **„Ich freue mich so sehr, und das bei den Bedingungen. Ich bin so froh, dass das geklappt hat. Man konnte hier ja kaum stehen, so windig war es, das war wirklich brutal."**

Im Dreisprung hatte **Martin Seiler** nur zwei gültige Versuche – 15,57 und 15,44 m. Er belegte Platz sechs. Der Frust war groß. Auf Facebook schrieb er danach: **„Eigentlich hatte ich nicht gedacht, dass ich einmal nur Sprünge um die 15,50 Meter bei einer deutschen Meisterschaft abliefern würde. Ist aber tatsächlich passiert. Nach großen sportlichen Zielen wurde dies meine bisher schlechteste Saison. Das muss ich erstmal richtig sacken lassen."**

Martin Hahn hatte in seinem 100-m-Vorlauf einen guten Start erwischt. Mit der besten Reaktionszeit von 0,155 Sek. lag er gleich vorne. Doch dann überrollte ihn die Konkurrenz. Mit 10,71 Sek. bei 1,5 m/s Gegenwind wurde er in seinem Lauf Siebter. *(ps)*



10 km in Lambsheim

Petra Wenz gewann am 25. Juli in Lambsheim den 10-km-Lauf der W50 in 45:31,50 Minuten.

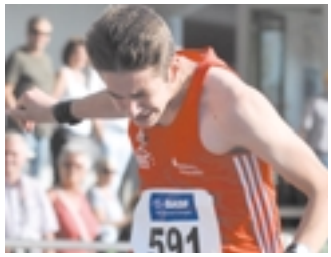
Er läuft und läuft und ...

Unser Jugendwart **Manfred Reichert** lief am 18. Juli in Bretten über 5 km der M50 in 21:18 Min. auf Rang drei. Am 31. Juli schaffte er die 25 km in 2:04:42 Std. auf Platz 25. *(ek)*

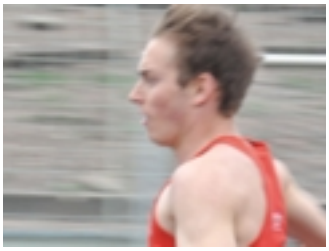
Wo war Meike?

In Jena fanden vom 31. Juli bis 2. August die Deutschen Jugendmeisterschaften statt und **Meike Reimer** konnte wegen einer Verletzung leider nicht teilnehmen. **Sandra Wagner** startete über 100 m der U20. Freitags lief sie im Vorlauf 12,43 Sek., was aber leider nicht für die Zwischenläufe

reichte. **Patrick Berlejung** lief samstags in seinem Vorlauf über 1500 m der U20 mit 4:00,70 Min. eine gute Zeit, doch für das Finale hatte auch er keine Chance. **Nina Knittel** lief im 100-m-Vorlauf der U18 12,26 Sek. und **Konstantinos Tselios** 11,32 Sek., was ebenfalls für ein

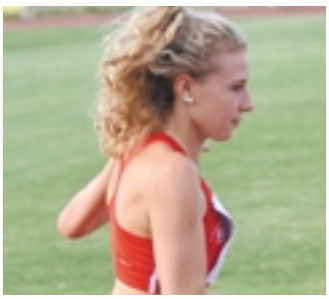


Weiterkommen nicht reichte. Über 200 m der U18 lief **Nina** 26,01 Sek. und **Konstantinos** 22,40 Sek., was auch hier das vorzeitige Aus bedeutete. Unsere



Startgemeinschaft in der 4x100-m-Staffel der U20 mit **Livia**

Diehl, Sandra Wagner, Nina Knittel und **Justine Weiß** wurden wegen eines Wechselfehlers disqualifiziert. *(ek)*



Stabbruch in Beckum

Am 2. August traf **Lisa Ryzih** in Borkum auf starke internationale Konkurrenz und hatte eine erste Standortbestimmung für Peking. Die Kubanerin **Yarisley Silva** überquerte 4,91 m und verbesserte ihren Landesrekord um einen Zentimeter. Auf dem Weg zu einer neuen persönlichen Bestleistung war auch **Lisa Ryzih**, doch bei 4,75 m brach ihr der Stab, so dass sie sich eine leichte Handverletzung zuzog und nicht weiterspringen konnte. Mit 4,65 m belegte sie Platz zwei. Ihre Teilnahme an den Weltmeisterschaften war jedoch nicht in Gefahr. *(ps)*

Schrecksekunde

FOTOS: JÜRGEN UTHOFF

10,64 Sek. für Christian

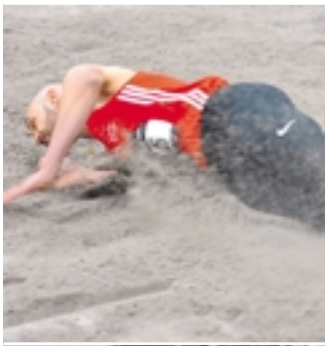
Christian Kiemstedt versuchte sich seit längerer Zeit wieder an den 100 m. Am 29. Juli überraschte er in Besigheim bei Heilbronn gleich mit einer neuen Bestleistung von 10,64 Sek. und Rang eins. Auch **Ann Kathrin Reil** konnte in Besigheim im Weitsprung mit einer guten Leistung von 5,44 m und einem ersten Platz überzeugen. *(ek)*

Weitsprung in Mössingen

Am 1. August bei der LG-Steinlach in Mössingen in Baden-Württemberg sprang **Ann-Kathrin Reil** mit 5,53 m auf Platz fünf und **Dominic Johnson** mit 7,10 m auf Rang vier. *(ps)*

Abends in Pfungstadt

Am 5. August fand in Pfungstadt das 4. Abendsportfest des Jahres statt. Die beste Leistung bot **Christian Kiemstedt**, der den 100- und 200-m-Lauf in sehr guten 10,66 Sek. bzw. 21,75 Sek. gewinnen konnte. **Felix Schneider** kam über die 100 m in 11,66 Sek. auf Platz dreizehn und über 200 m in 23,43 Sek. auf Platz neun. In neuer persönlicher Bestleistung erlief sich **Marius Reichert** in 2:08,68 Min. über 800 m der U16 den dritten Platz. Im 100-m-Lauf lief es nicht so gut wie sonst. Hier wurde er in 12,24 Sek. Vierter. **Jan Steinmüller** traute sich nach längerer Zeit wieder an 200 m heran. Besser als er erwartet hatte, lief er mit 23,64 Sek. auf dem zweiten Platz der U20 ins Ziel. Den ersten Platz über 1500 m der U20 sicherte sich **Patrick Berlejung** in 4:05,70 Sekunden. Bei den Frauen startete **Silke Müller**, die im 100-m-Lauf in einer Zeit von 14,25 Sek. Platz vierzehn belegte. **Leonore Petry** wurde über 100 m der U20 mit Bestleistung in 13,22 Sek. Vierte und über 200 m in 27,38 Sek Dritte über 200 m. Im Weitsprung belegte **Ann-Kathrin Reil** mit 5,18 m ebenfalls Platz drei. Mareike Döbel kam mit 3,88 m auf Rang sechzehn. Dritte wurde auch **Jasmin Koser** über 400 m der Frauen in 70,57 Sekunden. **Rebecca Hilgert** musste die 800-m leider verletzt aufgeben. *(mr)*



Staffel-Qualifikation

In der Besetzung **Nicole Wagner**, **Sandra Wagner**, **Nina Knittel** und **Ann Kathrin Reil** belegte unsere 4x100-mStaffel der Frauen in Pfungstadt mit 48,42 Sek. Platz eins und hatte damit bereits die Qualifikation für die Deutschen U23-Meisterschaften im nächsten Jahr. Und dies sogar unter erschwerten Bedingungen, da zwei von drei Wechseln ungeübt waren und die Schlussläuferin **Ann-Kathrin** unmittelbar vom Weitsprung kam. Für Startläuferin **Nicole Wagner** war es aufgrund von Verletzungsproblemen der erste Staffelstart seit mehr als zwei Jahren. *(nsw)*

Schwer

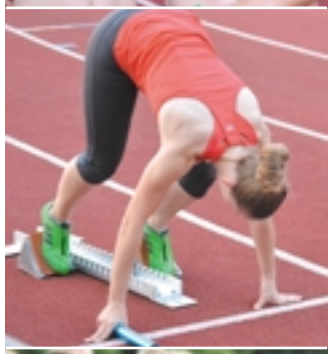
Am 8. August bestritt **Manfred Reichert** einen schwereren 10,5-km-Lauf in Güttersbach bei Erbach im Odenwald, wobei 260 Höhenmeter zu bewältigen waren. Er belegte in der M50 mit 50:28 Min. Platz neun. *(mr)*

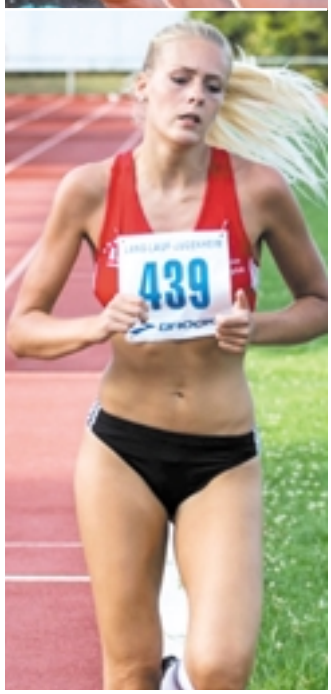
Sprint in Mannheim

Beim WM-Verabschiedungswettkampf am 8. August in Mannheim lief **Christian Kiemstedt** über 100 m in guten 10,72 Sek. auf Platz 18 und **Sandra Wagner** kam über 100 m der U20 in 12,51 Sek. auf Rang zwei. *(ps)*

Bestleistung gesteigert

Beim nationalen Meeting in Waiblingen am 8. August liefen **Jan Steinmüller** über 400 m in 51,42 Sek. und **Patrick Berlejung** über 800 m in 1:56,48 Min. zum Sieg, wobei Patrick zum dritten Mal in dieser Saison seine Bestleistung steigern konnte. Dazu beigetragen hatte **Konstantin Filsinger**, der auf der ersten Streckenhälfte das Tempo hoch hielt. Nach zwei klausurgestressten Wochen in der Polizeischule Villingen-Schwennigen musste er allerdings nach ca. 550 m das Rennen aufgeben. *(fs)*





FOTOS: HUBERT ENDRES, HANS KUHN, NICOLE UND SANDRA WAGNER, ANJA WICH-HEITER U.A.

„Kleine Schritte“ in Lyon

Am 10. August war es endlich so weit. Ich fuhr mit dem TGV von Mannheim nach Lyon zu meiner ersten Senioren-Weltmeisterschaft. Nach einer langen Vorbereitungszeit, in der ich jedoch aufgrund von Verletzungsproblemen fast kein Techniktraining absolvieren konnte und deshalb auch auf die deutschen Seniorenmeisterschaften verzichtet hatte, ging es nun endlich los.

Dienstag gesellte sich auch mein Trainer, Jürgen Sturm, zu mir um mir am Mittwoch bei meinem Wettkampf beizustehen. In der Nacht vor dem Wettkampf war ich unglaublich nervös und konnte kaum schlafen. Eigentlich eher untypisch für mich. Ahnte ich etwa, was mir bevorstehen würde?

Ich wusste es würde sehr schwer werden zu gewinnen, denn ich konnte ja ‚wie gesagt nur sehr eingeschränkt trainieren, auch wenn ich mich körperlich sehr fit fühlte. Eine meiner größten Gegnerinnen würde **Audrey Hustache**, die Französin sein, welche ich bei den Europameisterschaften zweimal knapp geschlagen hatte. Ihren Heimvorteil würde sie sicher nutzen wollen, das war mir klar. Die andere ernst zu nehmende Gegnerin war eine Österreicherin, welche bei internationalen Meisterschaften bisher noch nicht in Erscheinung getreten war, aber in diesem Jahr bereits 1,68 m überquert hatte.

Um 10.30 Uhr war es dann soweit, der Wettkampf begann. Es waren an diesem Tag sehr heiße 35 Grad vorher gesagt. Nach einer Busfahrt vom Hotel zum Stadion ging es dann zeitig los mit Warmmachen, denn man musste schon 60 Minuten vorher im Callroom sein. Dann wurden wir relativ schnell zur Hochsprunganlage geführt, wo ich meine restliche Erwärmung bewältigte und begann mich einzuspringen. Nun ging es los. Zunächst hieß es aber noch warten bis wir bei meiner Einstiegshöhe von 1,52 m dran angekommen waren. Ich sprang alle meine Höhen (1,52 m - 1,56 m - 1,59 m - 1,62 m) im ersten Versuch, merkte jedoch, wie sich mit jedem Sprung meine Verletzung im Gesäß und Bein stärker bemerkbar

machte. Also dachte ich mir: Zähne zusammen beißen! Nach 1,56 m waren wir, wie ich erwartet hatte, nur noch zu dritt im Wettbewerb. Auch Audrey absolvierte alle ihre Höhen bis 1,62 m im ersten Versuch, die Österreicherin **Chantal Felder** hatte bei 1,62 m einen Fehlversuch. Sprang dann jedoch im ersten über 1,65 m. Sowohl **Audrey** als auch ich rissen 1,65 m zweimal. Die Französin war jeweils vor mir dran und riss auch den dritten Versuch. Mir blieb noch ein Versuch. Die Schmerzen waren bereits sehr stark, doch ich wollte mich noch einmal zusammenreißen und alles in den letzten Versuch legen.

Mit Unterstützung des klatschenden Publikums lief ich an und wollte abspringen, doch ich merkte, dass da irgendetwas in meinem Sprungbein passierte und statt abzuspringen, gab mein Bein einfach nach, ich knickte um und landete äußerst unsanft auf der Matte.

Das war es dann mit dem Projekt „Weltmeisterin”. Ich wurde zunächst erst mal von Sanitätern versorgt und war mir sicher, es wäre irgendetwas im Muskel gerissen. Ich konnte weder das Bein anheben, noch richtig laufen. Dennoch fuhr ich später mit dem Bus ins weit entfernte Hauptstadion, wo die Siegerehrung stattfand. Siegerin war, wie gesagt die Österreicherin. Die Französin und ich waren gemeinsam zweite. Nach der Siegerehrung begab ich mich in die kompetenten Hände des deutschen Physiotherapeuten, welcher mir nach zwei Minuten schmerzhafter Behandlung zu deutlicher Besserung verhelfen konnte. Offensichtlich war mein Iliosakral-Gelenk blockiert, was zu diesem „Ausfall ” meines Beines geführt hatte. Ich konnte sofort wieder das Bein heben und einigermaßen Laufen, wenn auch nur mit kleinen Schritten.

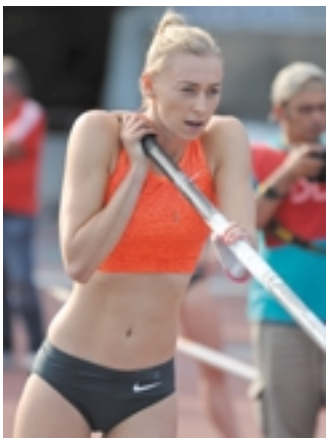
Das nutzte ich dann in den zwei verbleibenden Tagen, um mir die schöne Stadt Lyon anzuschauen – wohlgemerkt in kleinen Schritten.

Anja Wich-Heiter

WM im „Vogelnest“

Qualifikation problemlos geschafft

Die Weltmeisterschaften in Peking im „Vogelnest“ begannen für **Lisa Ryzih** am 24. August um 9.30 Uhr Ortszeit mit der Qualifikation im Stabhochsprung. Für **Lisa** verlief die Qualifikation problemlos. Mit 4,55 m stand sie wie **Martina Strutz** vom Schweriner SC im Finale. **Silke Spiegelburg** vom TSV Bayer 04 Leverkusen musste sich dagegen mit 4,45 m enttäuscht verabschieden.



Lisa leistete sich zwar einen Fehlversuch bei ihrer Einstiegshöhe von 4,45 m, flog dann aber anschließend problemlos im ersten Versuch über 4,55 m. Das reichte fürs Finale, in dem 14 Athletinnen standen. Die zunächst veranschlagte Qualifikationshöhe von 4,60 m wurde nicht mehr aufgelegt.

Bei dem Stabbruch von **Lisa** in Beckum kurz vor der WM hatte sie eine kleine Verletzung am Daumen davon getragen und war deshalb auch ein bisschen unsicher, aber es hatte alles wunderbar geklappt. Nun war sie erst einmal froh, dass sie im Finale stand.

Unzufrieden im Finale: Platz 12

Das Finale startete dann am 26. August um 19.00 Uhr Ortszeit. Und wir konnten ab 13.00 Uhr den Wettkampf im ZDF verfolgen und mussten mitansehen, dass Lisa keine Chance hatte. **Lisa** benötigte für 4,60 m drei Versuche. Bei 4,70 m war dann aber Schluss. In einem starken Feld reichte das nur zu Rang zwölf. Ihr Resümee fiehl dann auch dementsprechend aus:

„Mit den 4,60 m und dem zwölften Platz bin ich nicht zufrieden. Aber ich muss realistisch sein: Mir haben nach meinem Stabbruch und der Kapsel-Verletzung am Daumen drei Wochen Training gefehlt. Ich habe irgendwie den Faden nicht gefunden. Bei 4,70 m war der Stab zu weich, aber ich hatte keinen anderen mehr, der war ja kaputt gegangen.“

Die Medaillen wurden ab 4,80 m vergeben. Die neue Weltmeisterin **Yarisley Silva** aus Cuba meisterte ihre Siegeshöhe von 4,90 m als einzige Springerin im dritten Versuch. **Fabiana Murer** aus Brasilien gewann Silber mit 4,85 m und die Griechin **Nikoléta Kyriakopoúlou** gewann mit 4,80 m schließlich Bronze.

„Die Anderen so stark springen zu sehen, bei idealen Bedingungen, hat mich schon motiviert. Da denkt man: Ich will mitmachen! Immerhin weiß ich: Ich bin auf dem richtigen Weg.“ *(ps)*

Volksläufe

Beim 43. Volkslauf am 29. August in Rheinau waren vier Teilnehmer beim 10-km-Lauf am Start. **Patrick Berlejung** konnte die Altersklasse U20 in einer Zeit von 34:41 Min. für sich entscheiden. Ebenfalls einen Sieg konnte **Petra Wenz** bei der W50 in guten 46:35 Min. erzielen. **Sebastian Bednarz** belegte bei der M30 in 41:53 Min. den achten Platz. **Sabine Graf** kam bei den Frauen in einer Zeit von 51:23 Min. auf Rang zehn.

Beim Michelsmarktlauf in Reichelsheim im Odenwald am 22. August gewann **Gerhard Baus** in einem sehr hügeligen Lauf über 9,6 km der M65 in 37:52 Minuten.

Unser Jugendwart **Manfred Reichert** war gleich zwei Mal am Start. Beim 28. Kerwelauf in Hüttenfeld am 15. August wurde im Halbmarathon der M50 mit 1:42:34 Std. Siebter. Beim Kerwelauf in Sandhofen wurde er im 10 km-Lauf in 47:25 Min. Vierter. *(ps)*

Abends in Pfungstadt

wurde am 2. September **Konstantinos Tselios** (U18) in 11,35 Sek. über 100 m Zweiter und siegte im 400-m-Lauf in 53,42 Sekunden. Im 400-m-Lauf der U20 starteten **Jan Steinmüller** und **Nico Steißlinger**. Sie belegten mit 52,02 und 56,10 Sek. die Plätze eins und zwei. Bei den Männern erzielten **Felix Schneider** in 11,72 Sek. und **Julian Schwaab** in 12,22 Rang zwei und fünf. **Felix** bestritt noch den 200-m-Lauf in 23,92, in dem er Dritter wurde. Am 100-m-Lauf der Frauen nahmen **Silke Müller**, **Inga Zeller** und **Rebecca Hilgert** teil und erzielten die Plätze drei, fünf und sechs in 14,07, 14,28 und 14,54 Sekunden. **Rebecca** startete noch über 200 m und wurde in 29,48 Sek. Dritte. *(ek)*

Saison-Ausklang

Am 5. September war in Haßloch das Saison-Abschluss-Meeting mit einigen ABClern:

Jan Steinmüller (U20)
Platz 2, 50 m - 6,48 Sek.

Patrick Berlejung (U20)
Platz 1, 1000 m - 2:36,05 Min..

Sandra Wagner (U20)
Platz 2, 50 m - 6,96 Sek.
Platz 1, 100 m - 13,16 Sek.
Platz 3, 200 m - 28,65 Sek.

Marius Reichert (U18)
Platz 2, 1000 m - 2:56,04 Min.

Nicole Wagner (F)
Platz 1, 50 m - 7,05 Sek.
Platz 1, 100 m - 13,55 Sek.

Rebecca Hilgert (F)
Platz 2, 50 m - 7,92 Sek.
Platz 4, 100 m - 14,72 Sek.
Platz 4, 200 m - 29,81 Sek. *(ps)*

Ebenfalls am 5. September fand in Rülzheim der Südpfalzlauf statt. **Katrin Leonhard** (U14) bestritt dort den 1-km- und 5-km-Lauf. Dabei konnte sie in beiden Läufen ihre Altersklasse in 3:38,7 und 25:36,4 Min. gewinnen. Im 25-km-Hauptlauf starteten **Sabine Graf** und **Manfred Reichert** (M50). **Sabine Graf** konnte bei den Frauen mit 2:15:12,1 Std. den dritten Platz erzielen. Unser Jugendwart **Manfred Reichert** blieb zum ersten Mal mit 1:59:41,6 unter zwei Stunden und wurde Achter. *(ek)*

10 km-Straßenlauf

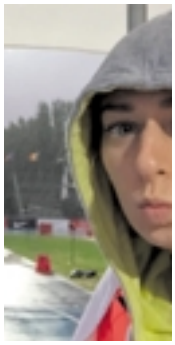
Am 4. September fanden im Rahmen des Abendstraßenlaufes in Herxheim die Pfalzmeisterschaften im 10-km-Straßenlauf statt. Dort konnten **Petra Wenz** (W50) und **Gerhard Baus** (M65) sich die Meistertitel sichern. Die Siegerzeit für Petra betrug 45:24 und für Gerhard 39:01 Minuten. *(ek)*

Flame Games

Am 5. September gab es in Amsterdam bei den Flame Games ein „vorwinterliches Freiluftspringen“ bei Regen und Kälte von 12 Grad. Von acht Stabhochspringerinnen hatten nur **Lisa Ryzih** und **Mary Saxer** aus den USA zusammen drei gültige Sprünge. **Lisa** gewann mit 4,20 m. *(ps)*

Stehvermögen zum Schluss

In Rieti in Mittelitalien in der Region Latium beim IAAF World Challenge Meeting am 13. September bewies **Lisa Ryzih** noch einmal Stehvermögen. Erst nach fast drei Std. stand trotz eines überschaubaren Feldes von nur sieben Athletinnen die Siegerin fest, und die hieß **Lisa**. Sie profitierte bei schwierigen Witterungsbedingungen und Regen von einer weißen Weste bis 4,25 m und einem Satz über 4,35 m im zweiten Versuch. Diese Höhe nahm die Russin **Olga Mullina** im dritten Anlauf. Nachdem diese 4,45 m dreimal gerissen hatte, beendete **Lisa** als Siegerin den Wettbewerb. *(ps)*



FOTOS: HUBERT ENDRES, LISA RYZIH

ROSEN-APOTHEKE

AM RUTHENPLATZ

KARL-GEORG EGENBERGER

Carl-Bosch-Straße 197
67063 Ludwigshafen-Friesenheim
Telefon 0621/695504,
Telefax 0621/6371352

NEUBAUER

Ihr Fleischerfachgeschäft

- Fleisch- und Wurstspezialitäten aus eigener Herstellung
- Salate
- Partyservice

Saarlandstr. 51 - 67061 Lu-Mundenheim
Tel. 0621 / 57 34 56

ASV - GASTSTÄTTE

GRIECHISCHE UND DEUTSCHE SPEZIALITÄTEN

INH. FAMILIE
PAPADOPOULOS
SAARLANDSTRAßE 60
67061 LUDWIGSHAFEN
TEL./FAX: 0621/573172

EIN STÜCK GRIECHENLAND GANZ IN IHRER NÄHE

Schlachtrufe geübt!

Anlässlich der Deutschen Meisterschaften in Nürnberg veranstaltete der DLV vom 22. bis 27. Juli ein Jugendlager, zu dem jeder Verband eingeladen wurde, bis zu vier Jugendliche zwischen 14 und 17 Jahren zu nominieren. Und **Konstantinos Tselios** war dabei. Alle Teilnehmer wohnten in der Jugendherberge, absolvierten gemeinsam ein Training mit den Landestrainern in der Berthold- Brecht-Elite-Schule und übten Schlachtrufe, um die Teilnehmer bei den Meisterschaften anzufeuern. Die Zeit im Jugendlager war ein tolles Erlebnis. Es konnten viele neue Freundschaften geschlossen werden und alle lernten viel dazu. *(ps)*

① Konstantinos Tselios und seine Eltern, ② Konstaninos Mutter, ③ Nina Knittel, ④ Konstantinos

4 Goldies für *Hubi*

Unter diesem Titel liefen die vier „blonden" Mädels (v.l. **Silke Müller**, **Nina Gaisbauer**, **Gloria Littwin**, **Inga Zeller**) aus der Trainingsgruppe von Hubert Endres in Limburgerhof zum ersten Mal seit langem wieder eine ABC-Frauenstaffel. Damit wollten sie „Hubi" eine besondere Freude bereiten, was ihnen nicht nur mit den eigens dafür erstellten Shirts gelang. Auch das Staffelrennen war nach nur kurzer Wechseltrainingszeit ein Erfolg, auf dem es sich für die Zukunft aufbauen lässt. Jedenfalls hatte es allen Spaß gemacht.

„Deshalb mein Wunsch, weitermachen für kommende Meisterschaften. Ich bin dabei und bau auf euch! Euer Hubert (Hubi)"

FOTOS: HUBERT ENDRES

In den Mund gelegt von Peter Schlohmann:

Atherines tiganites = *frittierter Ährenfisch*

Bifteki = *Frikadellen aus Rindfleisch*

Choratiki = *Bauernsalat*

Die Familie Papadopoulos, Inhaber der griechischen ASV-Gaststätte

Senioren-Nachträge:

Bei der Team-DM der Senioren am 5. September in Kevelar belegten Werner Schwaab und Walter Bernhard mit der Startgemeinschaft Pfalz Masters Team M50 Platz 3. Am 19. September war Andrea König bei den Süddeutschen Senioren-Meisterschaften im 5-Kampf der W45 am Start. *(hk)*

MSL
Mike Scheiner

Autolackierung
mit Unfallinstandsetzung
Beschriftungen
Termingerechte,
fachgerechte Ausführung

Torfstecherring 14
67067 Ludwigshafen
Telefon (0621) 544848
Telefax (0621) 5294464

Runde Geburtstage Herzlichen Glückwunsch

50 Jahre
Holger Elfert - 8. Juli
Silvia Otto - 25. Juli

55 Jahre
Andrea Spies - 28. Juni
Britt Roberts - 11. November

60 Jahre
Vladimir Ryzih - 16. September

65 Jahre
Gerd Hammel - 24. Juni
Leonhard Rohe - 25. August
Peter Koop - 11. September
Gerhard Baus - 6. Dezember

70 Jahre
Ernst Schneider - 3. Juli

75 Jahre
Fritz Otto Carle - 25. Mai
Wolfgang Ziegler - 25. Juli
Hartmut Weber - 19. September
Ute Drescher - 18. November
Kurt Joder - 18. November

80 Jahre
Elke Hack - 27. Mai
Dr. Johannes Ellenberger - 13. Juni
Hans Appel - 28. Juni
Dieter Schultheiß - 6. Oktober
Karl Heinz Ries - 22. Dezember
Ruth Rischert - 23. Dezember

85 Jahre
Ruth Spies - 14. Dezemberl
Wilma König - 21. Dezember

94 Jahre
Helmut Hockenberger - 22. Sept.

WOLFS BRUNNEN
WINZERHOF

Wolf´s Brunnen (Regina und Jörg Wolf)
Alter Dürkheimer Weg 7
67098 Bad Dürkheim / Ungstein
Telefon 06322 63237, Telefax 06322 980907

Unsere Öffnungszeiten (Gastronomie)
3. Wochenende Juni bis Mitte Juli
Fr., Sa. und So. jeweils ab 12.00 Uhr
Mitte Juli bis Mitte August
Mi. bis So. jeweils ab 12.00 Uhr
Mitte August bis 1. November
Di. bis So. jeweils ab 12.00 Uhr
Bei besonderen Veranstaltungen
(z.B. Ungsteiner Kerwe) öffnen wir auch schon früher!

Cartoon

ARTCENTER SCHLOHMANN

ABC-Rätselspaß von Peter Schlohmann: **Diese 3 Abbildungen ergeben einen Begriff. Die Auflösung steht auf Seite 51.**

GAG Ludwigshafen
Ihr Immobilienunternehmen

Klimawandel mitten in LU?

Gibt's in den vielen energetisch modernisierten Häusern der GAG – mehr Wärme, weniger Heizkosten!

Infos: www.gag-lu.de

hier bin ich daheim. www.gag-lu.de

ALLTREU

Revision & Treuhand GmbH

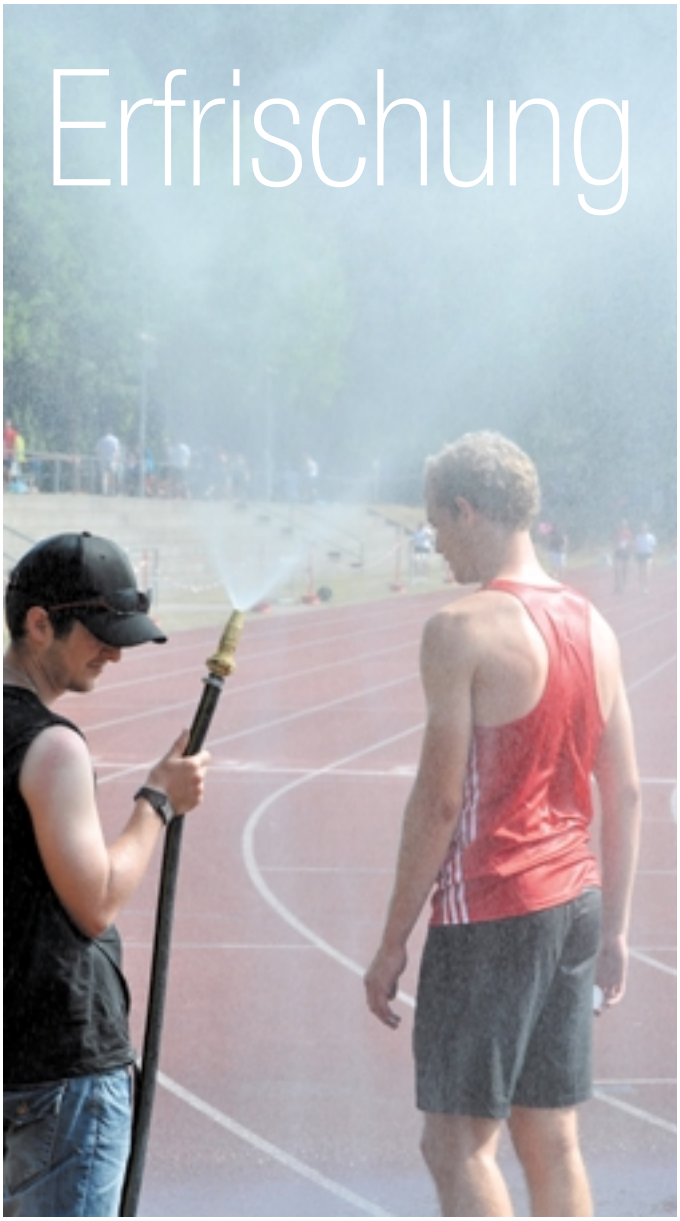
Unsere historischen Wurzeln reichen zurück auf das Jahr 1959.

Die Gesellschaft mit 25 Fachkräften, 6 weiteren freiberuflichen Mitarbeitern und Kooperationspartner mit der Qualifikation Wirtschaftprüfer/Steuerberater/Rechtsanwalt gewährleisten Ihnen eine hochqualifizierte Beratung auch bei branchenspezifischen Fragestellungen.

UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

- Wir erstellen Finanz- und Lohnbuchhaltung.
- Wir fertigen Jahresabschlüsse sowie Steuererklärungen.
- Wir übernehmen Hausverwaltungen.
- Wir stehen Ihnen zur Seite in allen steuerlichen wie auch wirtschaftlichen Fragestellungen.
- Wir führen Wirtschaftsprüfungen durch.
- Wir beraten Unternehmen und öffentliche Haushalte zum Verhalten in ökonomischen Rahmenbedingungen
  - Wirtschaftsberatung
  - Existenzgründung
  - Nachfolgeberatung

Alltreu Revision & Treuhand GmbH
Wirtschaftsprüfungsgesellschaft – Steuerberatungsgesellschaft
Donnersbergweg 2 · 67059 Ludwigshafen · Tel.: (0621) 5 72 90-0 · www.alltreu.de



Treffen der „Ehemaligen“

Ab Mitte der 1990er Jahre lädt unser Freundeskreis die früheren Aktiven und Übungsleiter vom SV Phönix und ABC zu einem Treffen ein. Seit einigen Jahren geschieht das jährlich.

Früher verbanden wir das mit Besichtigungen, so zum Beispiel in Freinsheim oder Speyer. Es hat sich allerdings gezeigt, dass viele der „Ehemaligen“ nicht mehr so gut zu Fuß sind, wie das in ihrer Aktivenzeit der Fall war. So haben wir später von Besichtigungsprogrammen abgesehen. Das geschah auch aus Kostengründen, weil der Freundeskreis die verfügbaren Mittel für die Leichtathletik im ABC einsetzen will, andererseits aber aus der Erkenntnis, dass die Begegnung, das Gespräch mit den alten Sportfreundinnen und Sportfreunden das Wichtigste ist. In diesem Sinne wird es auch in diesem Jahr, nämlich am Samstag, 17. Oktober, ab 16:00 Uhr zum Treffen der „Ehemaligen“ kommen, wiederum in der ASV-Gaststätte, Saarlandstr. 60.

Soweit uns die Adressen vorliegen, haben wir per Post oder E-Mail wieder mal knapp 100 Einladungen verschickt. Wer bei uns noch nicht erfasst ist, aber früher bei Phönix oder ABC aktiv war, ist ebenfalls herzlich eingeladen.

Für unsere Dispositionen wäre in diesem Fall eine kurze Nachricht hilfreich, und zwar an den Vorsitzenden des Freundeskreises
Karl Heinz Ries
E-Mail: h.u.kh.ries@t-online.de
Telefon 0621 542103
oder an
Hans Appel
E-Mail: he-appel@t-online.de
Telefon 0621 574708. *(khr)*

Gestorben

Adolf Schmidt

Immer gut drauf, lebensbejahend, ein feiner Kerl, ein guter Kumpel, so haben ihn seine Sportfreunde vom ABC über viele Jahre kennen und schätzen gelernt. Der ehemals selbständige Verleger eines Fachbuchverlages gehörte, als er noch gesund war, der Freizeitsportgruppe des ABC an. Dort war er eine feste Größe. Adi, wie ihn alle nannten, war stets guter Dinge, einer, der das Leben genoss und die Geselligkeit liebte. Auf zahlreichen Wanderungen mit den ABC-Senioren war er Garant für gute Stimmung, spätestens dann, wenn es bei der Einkehr nach einem langen Wandertag sein beliebtes Bit gab.

In den letzten Jahren war es, bedingt durch seine Krankheit, ruhig um ihn geworden. Am 15. Juni 2015 verstarb er im Alter von 78 Jahren in Altrip, wo er seit vielen Jahren wohnte und sich auch im dortigen Tennisclub außerordentlich engagiert hatte. Zahlreiche Sportfreunde vom ABC, die ihn sehr vermissen werden, begleiteten ihn auf seinem letzten Weg.

Wir wollen Adi in guter Erinnerung behalten. *(khr)*

Väter und Töchter

Der Vater von Meike Reimer war meistens der Erste, der sie nach einem Wettkampf beglückwünschte.

Wladimir Ryzih, der Vater und Trainer von Lisa Ryzih, bekam oft das Temperament seiner Tochter bei einem Wettkampf zu spüren (hören).

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Sport stärkt Engagement und Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Er ist ein wichtiges Bindeglied der Gesellschaft. Deshalb unterstützen wir den Sport, besonders den Jugend- und Freizeitsport in der Metropolregion. Hier sind unsere Wurzeln und liegt unsere Zukunft.

Ihre VR Bank – über 50 mal in der Region.
Mehr unter www.vrbank.de oder Telefon 0621 1282-0

Wir für hier.

VR Bank Rhein-Neckar eG

IMPRESSUM

ABC-NEWS
Leichtathletik-Vereinszeitschrift

Herausgeber:

Freundeskreis Leichtathletik
ABC Ludwigshafen e.V.
Vorsitzender: Karl Heinz Ries
Friedensstraße 42
67067 Ludwigshafen
Telefon 0621 542103
h.u.kh.ries@t-online.de

Redaktion und Gestaltung:

Schlohmann
Werbe- &
Projektagentur

Peter Schlohmann
Hauptstraße 12
76857 Eußerthal
Telefon 06345 949533
Telefax 06345 954055
Mobiltelefon 0173 1863685
schlohmann@schlohmann.de
www.schlohmann.de

Internet:

Daniel Schlohmann
Äppelallee 49
65203 Wiesbaden
Telefon 0611 9749025
Telefax 0611 9749026
Mobiltelefon 0177 2857812
webdesign@schlomania.com

Mitarbeiter:
Egenberger, Koser, Kuhn, Reichert, Ries, Roberts, K.u.V. Schlohmann, Seilnacht, N.u.S. Wagner, Wich-Heiter

Fotos:
Endres, Hock, Reichert, Roberts, Ryzih, Seiler, Uthoff, N.u.S. Wagner, Wich-Heiter

Illustrationen:
ArtCenter Schlohmann
Telefon 06345 949533

Kürzel:
(ah) = Annika Hock
(ek) = Dr. Elke Koser
(hk) = Hans Kuhn
(mr) = Manfred Reichert
(khr) = Karl Heinz Ries
(ps) = Peter Schlohmann
(fs) = Fritz Seilnacht
(nsw) = Nicole und Sandra Wagner

ABC Ludwigshafen
Athletik- & Ballspielclub e.V.
Erich-Reimann-Straße 100
67061 Ludwigshafen am Rhein
www.abc-ludwigshafen.de

Vorsitzender:
Karl-Georg Egenberger
Mobiltelefon 0171 1425745
info@abc-ludwigshafen.de

Stellv. Vorsitzender / Kassenwart:
Hans Kuhn
Telefon 0621 55900297
hans.kuhn@abc-ludwigshafen.de

Sportwartin / Pressewartin:
Dr. Elke Koser
Telefon 0621 54590900
elke.koser@abc-ludwigshafen.de

Jugendwart:
Manfred Reichert
Telefon 06344 937429
manfred.reichert@abc-ludwigshafen.de

Schülerwartin:
Britt Roberts
Telefon 0621 5296677
britt.roberts@abc-ludwigshafen.de

Senioren-Freizeitfußball:
Klaus Lorenz
Telefon 0621 5668889
klaus.lorenz@sozialstation-gruenstadt.de

Senioren-Gymnastik und Spiele:
Leonhard Rohe
leonhard.rohe@wrede-niedecken.de

Herzgruppen:
Ärztliche Betreuung durch die Med. Klinik B, Chefarzt Prof. Dr. Ralf Zahn, Klinikum Lu-Herzzentrum

Übungsleiter mit Sonderlizens:

Herbert Schneider
Telefon 06232 32754

Tatjana Schneider-Pischem

Saskia Walter

Rudi Jacob

Wirbelsäulengymnastik:
Zertifizierte Übungsleiter für Funktions- und Rückenschulungsgymnastik:

Rudi Jacob (Frauen)
Telefon 0621 567376

Georg Simon (Männer)
Telefon 06234 1864

UNSERE EHRENVORSITZENDEN

Karl Heinz Ries
Friedensstr. 42
67067
Ludwigshafen

Otto Weber
gestorben am
18. August 2009

UNSERE EHRENMITGLIEDER

Hans Appel
Wielandstr. 18
67065
Ludwigshafen

Erich Bremicker
Rubensstraße 25
67061
Ludwigshafen

Heike Drechsler
www.heike-drechsler.de

Helmut Hockenberger
Robert-Koch-Straße 19
67240 Bobenheim-Roxheim

Heinz Hoff
gestorben am
10. Januar 2001

Kaarel Kesa
gestorben am
28. März 2011

Eberhard Mappes
gestorben am
9. Sept. 2008

Ernst Ruppert
gestorben am
23. Nov. 2013

Herbert Schneider
Rüdigerstraße 19
67166 Otterstadt

Die ABC-Bestenliste mit Meisterschaftsplatzierungen, Ehrungen und Berufungen gibt es bei Hans Kuhn:
Telefon 0621 55900297, hans.kuhn@abc-ludwigshafen.de

Rätsel-Auflösung von Seite 47:
Äthiopischer Lauffloh

Und deine 6 Richtigen?

... auch online spielbar. www.lotto-rlp.de

LOTTO Rheinland-Pfalz

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen.
Nähere Informationen unter www.lotto-rlp.de. Hotline der BZgA: 0800 1 372 700 (kostenlos und anonym).