ABC LUDWIGSHAFEN · LEICHTATHLETIK VEREINSZEITSCHRIFT · HEFT 44 – APRIL 2017

ABC-NEWS

EM-Silber mit 4,75 m

UNSERE SPONSOREN:

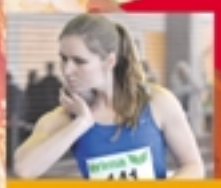
Sparkasse Vorderpfalz

SPORTHILFE LANDESSPORTBUND RHEINLAND-PFALZ

LOTTO Rheinland-Pfalz Partner des Sports

Abschied von Patrick & Jan

Ausklang & Urlaub 2016



Neue Power aus Koblenz

ONLINE GEDRUCKT VON SAXOPRINT

Wenn man hier zu Hause ist. Deshalb spenden wir 1.000.000,- Euro jährlich für gemeinnützige Projekte.

sparkasse-vorderpfalz.de/zuhause

Wenn's um Geld geht

Sparkasse Vorderpfalz

Liebe Leserinnen und Leser

Dr. Elke Koser
Vorsitzende des ABC Ludwigshafen

Die Wintersaison ist vorüber und wir haben viele schöne Erfolge unsere Athletinnen und Athleten gefeiert. Mit **Lisa Ryzih** hatten wir wieder eine Deutsche Meisterin und spätere Europa Vizemeisterin in der Halle. Sehr stabil meisterte sie Höhen jenseits der 4,65 m und steigerte sich in Belgrad auf 4,75 m. Damit gehörte sie zu den weltbesten Stabhochspringerinnen der Saison. Mittlerweile wurde sie zum dritten Mal zur Sportlerin des Jahres in Ludwigshafen gewählt, was ihre kontinuierlichen Leistungen unterstreicht. **Meike Reimer** zählt ebenfalls zu den besten Sportlerinnen Deutschlands. Bei den Deutschen Jugend Hallenmeisterschaften belegte sie zwar nur den sechsten Rang, konnte aber zuvor mit erstklassigen Leistungen über 1,80 m im Hochsprung überzeugen.

Bei den Süddeutschen Meisterschaften gewann sie mit 1,82 m den Titel. **Konstantinos Tselios** begann die Hallensaison gleich mit den Qualifikationen für die Deutschen Jugendmeisterschaften über 60 und 200 m. Leider verletzte er sich und konnte nicht teilnehmen. **Carlotta Buckel** überzeugte bei den Landesmeisterschaften mit den Titel über 400 bzw. 200 m und **Christian Kiemstedt** über 60 m mit sehr guten Leistungen und Platzierungen.

Unsere Mittelstreckler mit **Konstantin Filsinger**, **David Mahnke**, **Marius Reichert** und **Kai Vogel** konnten ebenfalls mit tollen Leistungen überzeugen und lassen für die Sommersaison hoffen. Auch die ganz jungen Athletinnen wie **Katrin Leonhard** und **Luisa Klappenberger** deuten schon jetzt ihr großes Potential an. Zwei großartige Titel bei den Deutschen Senioren Hallenmeisterschaften durch **Oliver Seibel** über 400 m und **Werner Schwaab** im Weitsprung sowie viele vordere Platzierungen zeigen die große Klasse unserer Seniorinnen und Senioren.

Vielen Dank an unsere Trainer, die mit großem Einsatz die Grundlage für diese Ergebnisse schaffen. Dank gilt auch unserem Jugendwart **Manfred Reichert** und seiner Frau **Martina**, die bei allen Hallenmeetings in Ludwigshafen für die Organisation und Durchführung der Essensversorgung zur Verfügung standen. Die gute Versorgung aufgrund von vielen Kuchenspenderinnen und Spendern hinterließ bei vielen Athletinnen und Athleten sowie Trainern, Vereinen und Organisatoren der Wettkämpfe einen bleibenden positiven Eindruck. Nicht zuletzt war die Zusammenarbeit im Team für den Verkauf ein großer Spaß, diente dieser doch unserer guten Sache.

Der Spaß sollte auch für die anstehende Sommersaison immer im Vordergrund stehen. Es stehen viele große Meisterschaften bevor, für die sich unsere Athletinnen und Athleten qualifizieren wollen. Daher hoffe ich, dass sich alle Träume unserer Athleten verwirklichen.

Allen Freunden der Leichtathletik in unserem Verein, aktiven und passiven, wünsche ich auf diesem Weg eine angenehme und erfolgreiche Zeit.

Herzliche Grüße
Eure

Ehrungen
*Bei der Sportlerehrung des letzen Jahres wurden **Konstantinos Tselios, Juri Tscherer, Houari Tirech, Olga Becker, Fritz Seilnacht** und **Hubert Endres** für ihr beispielhaftes Engagement in der Leichtathletik und im ABC geehrt.*

Die Erfolgreiche
*Dass der ABC wieder nternational vertreten war, verdanken wir **Lisa Ryzih**, die in Belgrad bei der Hallen-EM die Silbermedaille im Stabhochsprung gewann und dabei mit 4,75 m auch eine neue persönliche Bestleistung aufstellte.*

ABC-NEWS 44 – April 2017

Insellauf **Seite 7**

Urlaub auf Ibiza, „Radlermaß“, Straßenlauf, Abendsportfest, 10-km-Straßenlauf-DM, Benefizlauf für die AIDS-Hilfe, Bienwaldspiele, Läuferabend **Seite 8**

Es schüttete beim Volkslauf, Halbmarathon in Kassel **Seite 9**

Rheinauenlauf in Waldsee, Sonniges Trainingslager **Seite 10**

Gemüselauf **Seite 11**

Turmberglauf, Südwestcup, Wann ist ein Berg ein Berg? **Seite 12**

Schluss mit Sonne, Herbstlauf, Pfalz-Crossmeisterschaften **Seite 13**

Fackellauf, Sparkassen Crosslauf, Pfalz-Berglaufmeisterschaften, Abschied & Good by, Darmstad-Cross, Pfalz-Berglaufpokal, Advents-Crosslauf, Nikolauslauf, Winterlauf, Frühe Meister **Seite 14**

Sportlerehrung **Seite 18**

Silvesterlauf **Seite 19**

Hallen-Pfalzmeisterschaften **Seite 20**

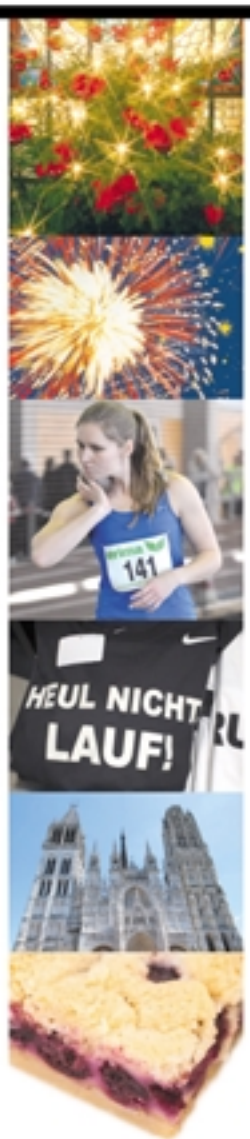
Neue Power aus Koblenz **Seite 22**

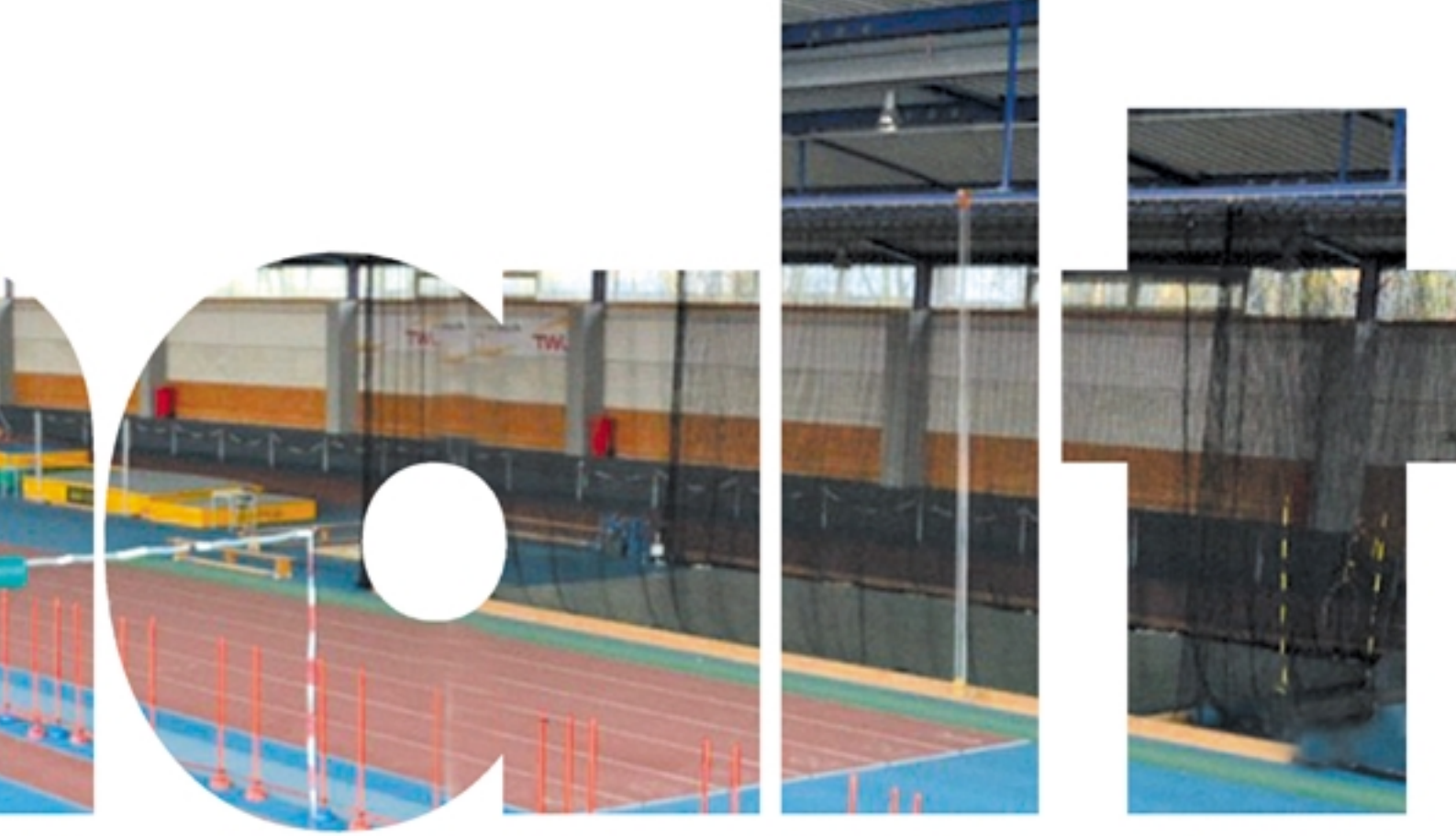
Rheinland-Pfalz-Hallenmeisterschaften **Seite 24**

Leininger Cross, Senioren in LU, Großregion plus **Seite 26**

Lisa in Rouen, Lisa in Karlsruhe, Die „Süddeutschen“ **Seite 26**

Neues Ehrenmitglied, Große Freude, Der Engagierte, 140 Kuchen **Seite 28**





„Zähneputzen kann gefährlich sein.“ **Seite 29**

Schüler in Luxemburg **Seite 30**

Pfalz- und Rheinland-Pfalz-Crossmeisterschaften 2017, Faschingswaldlauf, Pfalz-Berglaufmeisterschaften, Alle Mühe war umsonst, Der schnelle Hans **Seite 31**

Hallen-DM in Leipzig **Seite 32**

Jugend-Hallen-DM im Glaspalast **Seite 34**

„Dick“ Fosbury wurde 70 Jahre alt, Jugendvergleichskampf, Kinderleichtathletik **Seite 35**

Hallen-EM in Belgrad **Seite 36**

Senioren-DM, Auch die Frisur muss stimmen, Leichtathletik ist anstrengend, Schnellster ABC-Nachwuchs in der Pfalz **Seite 36**

Cross-DM, Und immer lockt der Berg **Seite 39**

Renovierung, Senioren-WM, Nach der Senioren-EM, Späte Ehrungen, Anita wurde 75 **Seite 40**

Geschafft – endlich im Ziel, Doppelte Lisa **Seite 42**

Osterlauf-Halbmarathon Kein Aprilscherz **Seite 43**

Cartoon **Seite 45**

Der Herzsport liegt uns uns am Herzen: Der „Antreiber“ wurde gefeiert **Seite 47**

Wir vermissen Helmut Hockenberger, Erich wurde 85, Manfred wurde 80, Treffen der „Ehemaligen“, Runde Geburtstage **Seite 49**

Impressum, Vorstand, Abteilungen, Ehrenmitglieder, Hinweise **Seite 51**

Rad & Sport FECHT

Sedanstr. 29 67063 Ludwigshafen Tel. 0621/698048 Mail: teamsport@rad-sport-fecht.de

Partner des ABC Ludwigshafen

Sonderkonditonen für alle ABC-Mitglieder

adidas

Öffnungszeiten: Montag: 14.00 – 18.00 Uhr
Dienstag – Freitag: 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr, Samstag: 9.00 – 13.00 Uhr
www.rad-sporthaus-fecht.de

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!

NEUBAUER

Ihr Fleischerfachgeschäft

Fleisch- und Wurstspezialitäten aus eigener Herstellung

Salate *Partyservice*

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

Insellauf beim Hafenfest auf der Parkinsel

„Die fantastischen Vier“

„Theater Girls“

Auch Spaß muss sein!

Auf der Parkinsel am 26. August 2016 gab es während des Hafenfestes am Luitpoldhafen einen Teamstaffellauf über 4 x 4 km und das bei 38 Grad im Schatten. Auch der ABC war dabei vertreten. Die Teams hatten sich teilweise fantasievolle Namen gegeben. *„Die fantastischen Vier“* nannten sich **Natalie Engbarth**, **Chamaine Gault**, **Carlotta Buckel** und **Alexander Spies**, die zusammen auf Platz 19 kamen. **Victoria Popp** und **Katrin Leonhardt** liefen zusammen mit **Lea Löckel** und **Melissa Maurer** von der TG Oggersheim und nannten sich *„Theater Girls“* – sie kamen auf Rang 23. **Luisa Klappenberger** lief im Team des Geschwister-Scholl-Gymnasiums, das Platz 11 belegte. Sie sahen zwar alle „fantastisch“ aus, doch wirklich fantastisch war **Natalie**, die mit Abstand die schnellste Laufzeit aller ABCler schaffte (4 km in 15:52,1 Min.). Die „Theater Girls“ machten mächtig „Theater“, konnten aber nicht nach ganz vorne laufen. **Luisa Klappenberger** und ihr Staffelteam gewannen den Sonderpreis für das schnellste U18-Team. Bei aller schweißtreibender Anstrengung ging es aber zu allererst um den Spaß, da sich viele auf ungewohnten Distanzen bewegten. *(ps)*

Ausklang, Urlaub & Vorbereitung

Urlaub auf Ibiza & Geburtstag auf dem Meer – am 27. September wurde Lisa Ryzih 28 Jahre. Herzlichen Glückwunsch!

Radlermaß in Dachau für Sandra und Nicole

„Radlermaß“

Am 15. August fanden die landesoffenen Volkswettkämpfe in Dachau statt, auch ein großes Volksfest, das dort als Festtagswiesn bezeichnet wird. Bei diesem Wettkampf nahmen **Sandra** und **Nicole Wagner** teil. Für **Sandra** gab es Platz 3 mit 5,45 m, was zugleich eine neue persönliche Bestleistung für **Sandra** bedeutete und Platz 5 für **Nicole** mit 5,20 m. Bei der Siegerehrung gab es einen Getränkegutschein, den sie gleich in eine Radlermaß einlösten. *(sw)*

Straßenlauf

Unsere Mittel- und Langstreckler waren am 3. September in Rheinau über 10 km am Start: **Patrick Berlejung** (U20), Platz 1, 36:06,0 Min. - **Nico Steißlinger** (U20), Platz 3, 37:45,2 Min., **Konstantin Filsinger** (M), Platz6, 36:21,0 Min., **Sebastian Bednarz** (M30), Platz 3, 41:39,2 Min., **Houari Tirech** (M50), Platz 8, 42:25,2 Min., **Sabine Graf** (F), Platz 8, 49:51,5 Min., **Petra Wenz** (W50), Platz 3, 47:43,5 Minuten. *(fs)*

Abendsportfest

In Pfungstadt am 7. September belegte **Kosta Tselios** (U20) Platz 1 über 100 m in 11,28 Sek. und Platz 2 über 200 m in 22,91 Sek., **Oliver Seibel** (M40) belegte Platz 1 über 100 m in 12,07 und über 400 m in 56,18 Sek.

10-km-Straßenlauf-DM

Gerhard Baus wurde am 11. September in Hamburg Vierter in der Klasse M65 mit 41:43 Minuten.

Benefizlauf

Am 11. September schwitzte unser **Manfred Reichert** für eine gute Sache beim „LAUF FÜR MEHR ZEIT“ in Frankfurt. Alle Startgelder und Sponsoreneinnahmen gingen an die AIDS-HILFE Frankfurt e.V.. Mit 46:40 Min. über 10 km der M50 belegte er Platz fünf. *(mr)*

Bienwaldspiele

In Kandel am 11. September gewann **Marius Reichert** über 100 m in 12,28 Sek. und im Weitsprung wurde er Zweiter mit 5,32 m. *(mr)*

Läuferabend

In Limburgerhof am 15. September belegten **Kosta Tselios** (U20) Platz 1 über 100 m in 11,28 und über 200 m in 22,77 Sek., **Philip Schleifer** (U20) Platz über 100 m in 11,70 und Platz 2 über 200 m in 23,19 Sek., **Leif** →

Nässe, klamme Finger & Ehrgeiz

Konstantin Filsinger, Patrick Berlejung, Nico Steißlinger, Luis Fernandez, Sebastian Bednarz, Sabine Graf, Petra Wenz, Jasmin Koser, Kai Arnold

Patrick Berlejung, Annika Hock, Manfred Reichert

FOTOS: ARTCENTER SCHLOHMANN, ENDRES, REICHERT, RYZIH, WAGNER U.A.

Biehl (M) Platz 2 über 400 m in 53,17 Sek. und **Yannik Kemper** (M) Platz 1 über 100 m in 12,04 und über 200 m in 24,44 Sekunden. *(ps)*

Nasser Volkslauf

Am 18. September schüttete es beim Volkslauf in Mutterstadt wie schon lange nicht mehr und wollte einfach nicht mehr aufhören. Doch der Freude am Laufen tat dies keinen Abbruch. Nur der Beifall der Zuschauer fiel etwas spärlicher aus als sonst, da diese ihre Schirme mit klammen Fingern festhalten mussten. Im Hauptlauf über 10 km siegte **Patrick Berlejung** bei der U20 in 34:48 Min. und **Nico Steißlinger** wurde Dritter in 35;55 Minuten. **Konstantin Filsinger** belegte bei den Männern in 35:24 Min. Rang 4 und in der M30 wurde **Luis Fernandez** in 38:20 Min. Sechster und **Sebastian Bednarz** kam mit 39:32 Min. auf Platz 7. Bei den Frauen belegte **Annika Hock** mit 43:51 Min. Platz zwei, **Sabine Graf** mit 45:51 Minuten Platz drei und **Jasmin Koser** mit 47:18 Min. Platz fünf. **Petra Wenz** siegte bei der W50 mit 47:27 Minuten. **Kai Arnold** startete über 5 km und wurde in 22:20 Min. Siebter. *(ps)*

Halbmarathon

Unser Jugendwart **Manfred Reichert** besuchte seinen Freund in Kassel und lief dort am 18. September einen Halbmarathon. Nach 1:44:30 Std. überquerte unser ehrgeiziger **Manfred** zufrieden die Ziellinie, da er die Strecke unter 1:45 Stunden gelaufen war. Er belegte in seiner Altersklasse M50 Platz zweiundsechzig. Da er 2016 nicht so viel trainieren konnte, musste er ziemlich kämpfen, um diese Zeit zu erreichen. Bis Kilometer elf lief alles gut. Danach ging es bergauf, was ihm ziemlich schwer fiel. Bei Kilometer fünfzehn hatte er →

Von Elfen, Feen & Wichteln in den Rheinauen

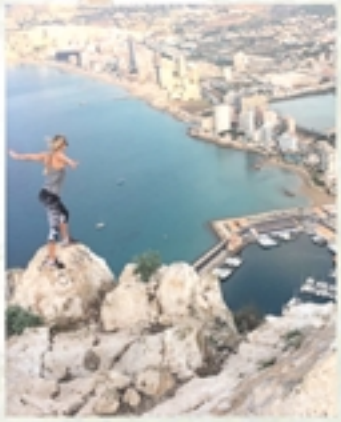
die 1:45-Stunden-Gruppe eingeholt und konnte sich dranhängen. Auf den letzten fünf Kilometern, die bergab gingen, konnte er dann 30 Sekunden Vorsprung herauslaufen. *(mr)*

Rheinauenlauf

Am 25. September ging es über 10 km bei Waldsee durch die Rheinauen. Manche Zuschauer glaubten, die dort „beheimateten“ **Elfen** und **Feen** und auch einige **Wichtel** zu sehen. Doch diese ließen sich bei diesem Spektakel mit den keuchenden Läufern und lärmenden Helfern und Betreuern nicht blicken.

Unser **Gerhard Baus** konnte dabei in seiner Altersklasse M65 in 39:11 Min. gewinnen. *(ps)*

Sonniges Trainingslager



Gleich nach ihrem Urlaub auf Ibiza begann für **Lisa Ryzih** anfang Oktober im südlichen Spanien in Alicante ihr Trainingslager. *(ps)*

Junges & altes Gemüse in Maxdorf

ILLUSTRATIONEN: ARTCENTER SCHLOHMANN, ZERWANN - FOTOS: ENDRES, REICHERT, RYZIH

Gemüselauf

In Maxdorf gab's mal wieder was zu Essen. Beim traditionellen Gemüselauf am 8. Oktober durften die Sieger wieder einen Gemüsekorb mit nach Hause nehmen. Mit 13 Teilnehmern war der ABC die zweitgrößte Läufergruppe in Maxdorf und konnte daher einen Sonderpreis, einen Sack mit Gemüse, gewinnen. *Da erinnern wir uns gerne an die „guten alten Zeiten", als es in den Achtziger-*

Jahren bei einem Crosslauf für den Sieger, den damaligen ABCler **Johannes Eisinger,** *als Preis noch eine Gans gab.* Im Hauptlauf in Maxdorf über 10 km gewann bei der MJA **Patrick Berlejung** in 32:57,72 Min. vor **Nico Steißlinger**, der 34:28,07 →

Gerhard Baus,
Lisa Ryzih,
Patrick Berlejung,
Luisa Klappenberger,
Annika Hock,
Kai Arnold,
David Mahnke,
Marius Reichert,
Konstantin Filsinger,
Petra Wenz,
Annika Hock,
Sebastian Bednarz,
Sabine Graf,
Kyra Hochdörfer,
Patrick Berlejung,
Luis Fernandez

Vorne:
Houari Tirech,
Nico Steißlinger

Crosslauf, Berglauf, Herbstlauf, Strandlauf

FOTOS: ARTCENTER, SCHLOHMANN, ABC-ARCIV, ENDRES U.A.

Sabine Graf, Annika Hock, Petra Wenz, Patrick Berlejung, Manfred Reichert

Min. benötigte. **Konstanstin Filsinger** lief bei den Männern in 34:49,54 Min. auf Platz sieben. **Luis Fernandez** belegte bei der M30 in 37:08,75 Min. Platz sechs vor **Sebastian Bednarz** (38:15,77). **Houari Tirech** kam bei der M50 in 41:15,79 Min. auf Rang neun. Bei der B-Jugend kam **Kai Arnold** in 44:59 Min. auf Rang zwei und bei den Schülern siegte unser „Noch-Grünstädter" **David Mahnke** in 36:58 Min. vor **Marius Reichert** (40:10,46). Bei den Schülerinnen siegte **Luisa Klappenberger** in 47:21,40 Minuten. Zweite wurde bei den Frauen **Annika Hock** in 41:17,17 Min. und **Sabine Graf** wurde in 44:23,93 Min. Vierte. **Kyra Hochdörfer** belegte in 46:14,29 Min. Platz acht. **Petra Wenz** wurde bei der W50 in 45:14,29 Minuten Zweite. *(ps)*

Turmberglauf

Unser nimmermüder Jugend- und Pressewart, **Manfred Reichert**, belegte am 1. Oktober in Durlach beim Turmberglauf über 10 km der M50 in 48:18 Min. Platz dreizehn. Der Turmberglauf ist allerdings kein Berglauf, sondern ein flacher Rundkurs um den Hausberg durch die Altstadt. *(mr)*

Südwest-Cup

Am 9. Oktober gewann **Gerhard Baus** in Offenbach an der Queich bei Landau den Halbmarathon der M65 in 1:27:27 Stunden. *(mr)*

Wann ist ein Berg ein Berg?

In Bad Dürkheim am 15. Oktober stellte sich niemand diese Frage, denn es ging über 8,7

Herbstlauf: „Ja wo laufen sie denn?“

Sebastian Bednarz Patrick Berlejung Annika Hock Luisa Klappenberger Petra Wenz Sabine Graf

km auf 510 Höhenmeter hinauf auf den Peterskopf zum Bismarckturm. **Gerhard Baus** gewann bei der M65 in 47:48 Min. Es war sein dritter Sieg in der pfälzischen Berglaufpokalwertung. Gewertet wurden vier von sieben Pfälzer Bergläufen. Der diesjährige Sieger des Hauptlaufs, **Jonas Lehmann**, lief die Strecke in 33:39 Minuten. *Wir erinnern uns: Den Streckenrekord hält mit 32:02 Minuten seit 1999 unser damaliger ABCler* **Thomas Greger**, *unser „Berglauf-König“, dreimaliger Sieger von 1998, 1999 und 2001 in Bad Dürkheim und auch mehrfacher Pfalzrekordler auf anderen Strecken. (ps)*

Schluss mit Sonne

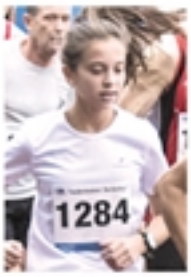
Am 16. Oktober absolvierte **Lisa Ryzih** einen abschließenden Trainingslauf am sonnigen Strand von Alicante. Danach ging es zurück in die etwas graue und kühle

Heimat. Ende Oktober ging es dann gleich weiter ins Trainingslager nach St. Moritz, wo es zum „Glück“ noch keinen Schnee gab.

Herbstlauf

Beim 25. Herbstlauf des DJK Feudenheim am 15. Oktober gab es im Hauptlauf über 10 km folgende Ergebnisse für den ABC:
Patrick Berlejung (MJU20) Platz 2, 33:29 Min.
Sebastian Bednarz (M30) Platz 5, 39:56 Min.

Axel Klappenberger, *Luisas Vater* (M40) Platz 37, 50:25 Min.
Annika Hock (F) Platz 3, 41:53 Min.
Sabine Graf (F) Platz 5, 45:27 Min.
Petra Wenz (W50) Platz 2, 46:22 Min.



Luisa Klappenberger (WJU18) Platz 3, 50:23 Min.

Bambini-/Schülerlauf über 1,2 km beim Herbstlauf in Feudenheim:

Anne Slosharek (WJU12) Platz 8, 5:30 Min.

Paul Slosharek (MJU8) Platz 3, 6:10 Min. *(mr)*

Cross bei „Sauwetter“

In Rülzheim ging es am 5. November beim Sparkassen-Südpfalz-Cross auch um die Pfalz-Crossmeistertitel. Bei Kälte und Regen gab es für den ABC vier Titel. Über 3400 m der Männer siegte **Konstantin Filsinger** in 11:12,10 Min., **Sebastian Bednarz** wurde in 12:18,10 Min. Vierter. **Patrick Berlejung** siegte bei der U20 in 11:20,20 Min. und **Sabine Graf** belegte bei den Frauen in 14:52,70 Min. Platz vier. Den Mannschaftstitel der Männer schafften **Konstantin**, **Patrick** und **Sebastian** in 34:50,40 Minuten. Über 4600 m der W50 wurde **Petra Wenz** in 21:30,20 Min. Zweite. Die 2300 m der U16 gewann **David Mahnke**, der im November noch für die TSG Grünstadt startete, in 7:46,10 Min. vor **Marius Reichert** (8:06,50 Minuten). *(ps)*

Gerhard Baus,
Thomas Greger,
Lisa Ryzih,
Patrick Berlejung,
Sebastian Bednarz,
Axel Klappenberger,
Luisa Klappenberger,
Anne Slosharek,
Paul Slosharek

Frühe Meister im Advent

FOTOS: ARTCENTER SCHLOHMANN, ENDRES U.A.

Frühe Meister:
Konstantinos Tselios,
Alexandra Krautschneider,
Leonie Mann
Katrin Leonhard,
Hoa Dhin Tih,
Lena Niederauer,
Clara Hoffmann,
Aaron Kibron,
Alessandro Azzola

Rechte Seite:
Gerhard Baus,
Patrick Berlejung,
Konstantin Filsinger,
Jan Steinmüller,
Gerhard Baus,
Konstantin Filsinger,
Sebastian Bednarz,
Marius Reichert,
Annika Hock,
Jasmin Koser,
Yannik Kemper,
Leif Asbjørn Biehl,
Luisa Klappenberger,
Riccardo Reiß,
Amelie Luber,
Noemi Hajok,
Allegra Bosch

Fackellauf

Beim Internationalen Fackellauf am 5. November in Rodenbach über 7 km siegte **Gerhard Baus** bei der M65 in 28:21,3 Min. und **Nico Steißlinger** bei der U20 in 25:47,1 Minuten. *(ps)*

Cross in Pforzheim

Beim Sparkassencross in Pforzheim am 12. November war **Patrick Berlejung** am Start. Obwohl es ihm nicht gelang, sich für die Cross-EM in Chia/Italien zu qualifizieren, konnte er dennoch mit Platz elf innerhalb der gesamten deutschen Spitze der U20 über 6600 m in 22:53,8 Min. zufrieden sein. Innerhalb dieser Veranstaltung wurden auch die Deutschen Polizeimeisterschaften im Crosslauf ausgetragen. **Konstantin Filsinger**, der in Baden-Württemberg eine Polizeiausbildung macht, trug mit seinem fünften Platz bei der Polizei in 12:31,6 Min. über 3600 m wesentlich zum zweiten Platz seiner Mannschaft bei. Im Gesamtklassement kam er auf Platz 7. *(fs)*

Pfalz-Berglaufmeister

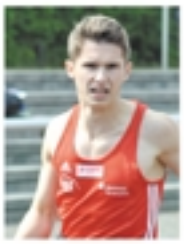
Am 12. November fanden die pfälzischen Berglaufmeisterschaft im Rahmen des Potzberglaufs statt. Von Gimsbach ging es über 8,2 km auf 350 Höhenmeter zum Gipfel. **Gerhard Baus** gewann bei der M65 in 39:45,5 Min. *(ps)*

Abschied

Seit Oktober studiert **Patrick Berlejung** an der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz. Da er nun auch in Mainz wohnt,

startete **Patrick** seit Januar für den TSV Schott Mainz. Dort trainiert er bei dem ehemaligen ABC-Mittelstreckler **Carlos Verez**, der zusammen mit unserem **Fritz Seilnacht** schon viele gemeinsame Trainingslager an der Adria in Milano Marittima absolvierte. **Patrick** wünschen wir alles Gute und bedanken uns für seine sportlichen Leistungen.

Good by



Jan Steinmüller bekam schon im Oktober ein zweijähriges Stipendium in den USA im Bundesstaat Missouri an der Central Methodist University in Fayette. Die Stadt liegt zwischen Kansas City und St. Louis nahe der Route 70. Auch **Jan** wünschen wir für seine Zukunft alles Gute.

Zum Jahresende hat auch unser Weitspringer **Dominic Johnson** den ABC verlassen. *(ps)*

Pfalz-Berglauf-pokal

Der Potzberglauf war auch der sechste Wertungslauf für den Pfalz-Berglaufpokal. Mit seinem Sieg stand **Gerhard Baus** schon vor dem letzten und siebten Berglauf am 19. November hinauf zur Kalmit bei Maikammer als Pokalsieger der M65 fest. Über 8,1 km ging es auf 505 Höhenmeter und **Gerhard** siegte in 43:20 Minuten auch hier. *(ps)*

Mit nur einem Schuh

Bei der hochkarätigen Crosslaufveranstaltungen in Darmstadt am 20. November, liefen über 6600 m **Patrick Berlejung** unser noch ABCler, **Konstantin Filsinger** und **Nico Steißlinger** fast im „Minutentakt“ ins Ziel. **Patrick** belegte in 22:43 Min. Platz 19 im Gesamtklassement und bei der U20 Rang 18, **Konstantin** kam in 23:34 Min. auf Platz 31 und **Nico** belegte in 24:24 Min. Platz 41 – bei der U20 war das Rang 31. **Marius Reichert**, startete in der Altersklasse U20/18 im Crosssprint über 600 m. Pech für ihn, dass ihm bereits beim Start von einem Konkurrenten ein Schuh heruntergetreten wurde. Mit nur einem Schuh lief er mit 1:53,3 Min. ins Ziel und konnte sich dermaßen gehandicapt aber nicht fürs Finale qualifizieren. **David Mahnke** (noch im Trikot der TSG Grünstadt, aber nicht mehr lange) lief über 2500 m in 8:31 Min. bei der U16 auf einen hervorragenden sechsten Platz. *(fs)*

Adventscrosslauf

Zum 1. Advent am 27. November gab es in Pfungstadt beim Crosslauf folgende Ergebnisse:

800 m Cross-Sprint:
Konstantin Filsinger (M) Platz 2, 2:09 Min.
Sebastian Bednarz (M) Platz 8, 2:29 Min.
Marius Reichert (U18) Platz 4, 2:21 Min.
Annika Hock (F) Platz 5, 2:46 Min.
Jasmin Koser (F) Platz 6, 3:01 Min.

3160 m Cross-Mittelstrecke:
Annika Hock (F) Platz 4, 12:31 Min.
Sabine Graf (F) Platz 8, 13:28 Min.
Jasmin Koser (F) Platz 9, 13:55 Min.
Annika Hock, **Sabine Graf**, **Jasmin Koser** 1. Platz, Mannschaft
Konstantin Filsinger (M) Platz 4, 10:13 Min.
Sebastian Bednarz (M) Platz 11, 11:32 Min. *(mr)*

Nikolauslauf

In Haßloch war der Nikolaus wieder etwas zu früh unterwegs. Schon am 3. Dezember ging es diesmal über die 7-km-Strecke. **Petra Wenz** belegte in schnellen 31:31 Min. den zweiten Platz in der AK W50. Die erst vierzehnjährige **Katrin Leonhardt** belegte den dritten Rang in der weiblichen Jugend U18 in 33:08 Min. *(mr)*

Winterlauf

Beim Start zur Winterlaufserie in Rheinzabern über 10 km am 11. Dezember belegte **Sebastian Bednarz** in 39:09 Min. den 34. Platz der M30 und **Sabine Graf** wurde in guten 45:12 Min. Zwanzigste bei den Frauen. *(mr)*

Bezirks-Hallen-meisterschaften

Die Vorderpfalz-Hallenmeisterschaften fanden wie jedes Jahr schon in der Adventszeit statt. Am 11. Dezember in der Ludwigshafener Leichtathletikhalle gab es für den ABC 11 Meistertitel und gute Ergebnisse:

Yannik Kemper (M) Platz 4, 60 m - 7,67 Sek. Platz 3, 200 m - 24,75 Sek.
Leif Asbjørn Biehl (M) Platz 7, 60 m - 7,91 Sek.
Ferhat Okcu (MJU20) Platz 9, 60 m - 7,86 Sek. Platz 5, 200 m - 25,52 Sek.
Konstantinos Tselios (MJU20) Platz 1, 60 m - 7,15 Sek. Platz 1, 200 m - 23,22 Sek.
Marius Reichert (MJU18) Platz 5, 60 m - 7,77 Sek. Platz 2, 200 m - 24,73 Sek.
Lena Kühle (WJU18) Platz 3, 60 m - 8,56 Sek. Platz 3, 200 m - 28,72 Sek.
Aaron Kibron (M15) Platz 1, 60 m - 7,99 Sek.
Moritz Fischer (M15) Platz 6, 60 m - 8,90 Sek.
Alexandra Krautschneider (W15) Platz 1, 60 m - 8,31 Sek. Platz 1, Weitsprung - 5,12 m
Lena Niederauer (W15) Platz 4, 60 m - 8,69 Sek.
Hoa Dinh Thi, **Lena Niederauer**, **Clara Hoffmann**, **A. Krautschneider** (W15) Platz 1, 4x100 m - 52,34 Sek.
Hoa Dinh Thi (W14) Platz 1, 60 m - 8,26 Sek.
Clara Hoffmann (W14) Platz 2, 60 m - 8,41 Sek. Platz 1, Weitsprung - 4,80 m
Katrin Leonhardt (W14) Platz 1, 800 m - 2:33,08 Min.

Luisa Klappenberger (W14) Platz 2, 800 m - 2:38,49 Min.

Ricardo Reiß (M13) Platz 2, 60 m - 8,07 Sek. Platz 3, Weitsprung - 4,87 m
Alessandro Azzola (M12) Platz 1, 60 m - 8,91 Sek. Platz 1, Weitsprung - 4,15 m
Louis Brückner (M12) Platz 9, 60 m - 9,83 Sek. Platz 5, Weitsprung - 3,50 m
Alessio Pistillo (M12) Platz 10, 60 m - 10,53 Sek.
David Leonhardt (M12) Platz 7, 800 m - 3:01,36 Min.

Amelie Luber (W13) Platz 3, 60 m - 8,80 Sek. Platz 7, Weitsprung - 3,95 m

Noemi Hajok (W13) Platz 5, 60 m - 9,51 Sek. Platz 8, Weitsprung - 3,89 m
Leonie Mann (W13) Platz 7, 60 m - 9,64 Sek. Platz 1, Hochsprung - 1,30 m Platz 5, Weitsprung - 4,03 m
Vanessa Antwi (W12) Platz 4, 60 m - 9,22 Sek. Platz 13, Weitsprung - 3,41 m
Rosalie Nkoy (W12) Platz 12, 60 m - 9,52 Sek. Platz 6, Weitsprung - 3,73 m
Allegra Bosch (W12)

Platz 18, 60 m - 10,11 Sek. Platz 8, Weitsprung - 3,55 m →

Lena Niederauer

Alexandra Krautschneider

Hoa Dinh Thi

Clara Hoffmann

Aaron Kibron | Johannes Weber | Leonie Mann | Noemi Hajok | Amelie Luber

Rosalie Nkoy

Vanessa Antwi

Hoa Dinh Thi

Clara Hoffmann

Thalisha Zeiß

Vanessa Antwi

Rosalie Nkoy

Patrisia Nikolova

Anne Slosharek

Allegra Bosch

Patrisia Nikolova

Maja Dehlfing

Alessandro Azzola

Louis Brückner

Ricardo Reiß

Ricardo Reiß

Alessio Pistillo

Ferhat Okcu

Luisa Klappenberger

Ehre wem Ehre gebührt!

Thalisha Shenice Zeiß (W12)
Platz 16, 60 m - 9,97 Sek.
Platz 12, Weitsprung - 3,43 m
Anne Slosharek (W12)
Platz 19, 60 m - 10,45 Sek.
Platz 20, Weitsprung - 3,06 m
Patrisia Nikolova (W12)
Platz 21, 60 m - 10,80 Sek.
Platz 19, Weitsprung - 3,08 m
(ps)

Sportlerehrung

In unserem neu renovierten Clubhaus ehrten wir am 16. Dezember unsere besten Sportler der Jahre 2015 und 2016. Neben den Athleten, Angehörigen und Trainern nahmen auch **Wolfgang van Vliet** (Sportbürgermeister von Ludwigshafen), **Winfried Ringwald** (Vorsitzender des LSV), **Paul Paszyna** (Präsident des LVP) und **Karl Heinz Ries** (Ehrenvorsitzen des ABC und Vorsitzender des Freundeskreises Leichtathletik ABC Ludwigshafen) teil.

Die feierliche Ehrung wurde von unserer Vorsitzenden **Dr. Elke Koser** vorgenommen. Von den vielen guten Leistungen unserer Sportler wurde jeweils ein Highlight aus den letzten beiden Jahren berücksichtigt.
Geehrt wurden für 2015:
Alexandra Krautschneider (U16), Pfalzmeisterin über 100 m in 13,27 Sek.
Konstantinos Tselios (U18) Rheinland-Pfalzmeister über 100 m in 11,03 Sek.
Nina Knittel (U18) Rheinland-Pfalzmeisterin über 200 m in 25,28 Sek.
Sandra Wagner (U20) Bronzemedaillengewinnerin bei den Deutschen Jugendhallenmeisterschaften über 60 m in 7,50 Sek.
Geehrt wurden für 2016:
Antonia Bauer (U16) Pfalzmeisterin im Block-Mehrkampf mit 2599 Punkten
Marius Reichert (U16) 1. Platz Rheinland-Pfalz-Hallenmeister über 300 m in 38,06 Sek.
Victoria Popp (U18) 4. Platz Süddeutsche Meisterschaften über 400m in 58,79 Sek.
Meike Reimer (U18) Deutsche Jugend-Hallenmeisterin im Hochsprung mit 1,84 m
Patrick Berlejung (U20) 6. Platz Deutsche Jugend- Crossmeisterschaftenüber 5 900 m in 20:24 Min.
Geehrt wurde für 2016:
Lisa Ryzih (Frauen) Silbermedaillengewinnerin bei den Europameisterschaften in Amsterdam im Stabhochsprung mit 4,70 m. *(mr)*

Dr. Elke Koser, Alexandra Krautschneider, Antonia Bauer, Nina Knittel, Victoria Popp, Sandra Wagner, Lisa Ryzih, Meike Reimer, Marius Reichert, Konstantinos Tselios, Karl-Georg Egenberger

David Mahnke, Marius Reichert, Annika Hock

Houari Tirech, Fritz Seilnacht, Rebecca Hilgert, Patrick Berlejung

Gemeinsamer Laufkader-Lehrgang des LV-Pfalz und LV-Rheinhessen

Am 28. Dezember veranstalteten die Leichtathletikverbände Pfalz und Rheinhessen ein erstes gemeinsames Training in Ludwigshafen unter der Leitung der Kadertrainer **Carlos Verez** vom TSV Schott Mainz und **Fritz Seilnacht** mit seinem Trainerassistenten **Houari Tirech**. Vom ABC waren **David Mahnke**, **Marius Reichert**, **Annika Hock**, **Rebecca Hilgert** und unser „Neumainzer" **Patrick Berlejung** dabei. *(ps)*

Wohlverdiente Silvesterfeier

Während sich die meisten Menschen schon in der Vorbereitung zur Silvesternacht befanden, waren fünf ABCler am 31. Dezember in Schifferstadt beim Silvesterlauf noch sportlich aktiv. Bei seinem letzten Saisonstart im 1000-m-Schülerlauf sicherte sich **Marius Reichert** (U16) souverän mit 14 Sekunden Vorsprung in 3:02 Min. den Gesamtsieg. Die anderen ABCler nahmen am 5000-m-Lauf teil. **Tomas Tsegay** (M), der vorübergehend bei **Fritz Seilnacht** und **Houari Tirech** trainierte, war am schnellsten und wurde in 17:48 Min. Vierter. **Sebastian Bednarz** (M) belegte in 18:27 Min. Platz 7, **Manfred Reichert** (M) kam in 24:08 Min. auf Platz 34 und **Petra Wenz** wurde bei den Frauen in 22:15 Min. Fünfte. Die Silvesterfeier hatten sich alle verdient. *(mr)*

Tomas Tsegay,
Manfred Reichert,
Marius Reichert,
Sebastian Bednarz,
Petra Wenz

Neue Trainer bei den Minis

Seit Oktober haben **Philip Schleifer** und **Kosta Tselios** das Training unserer U8-Minis

von **Elke** und **Jasmin Koser** übernommen. **Jasmin** ist aufgrund ihres Studiums nach Darmstadt gezogen und ihre Mutter **Elke**, unsere Vorsitzende und Sportwartin, konnte aus beruflichen Gründen den Trainerjob leider nicht weitermachen. Wir danken **Philip** und **Kosta**, dass sie spontan in die Bresche gesprungen sind und hoffen, dass es allen viel Freude bereitet. Zusätzlich erklärte sich

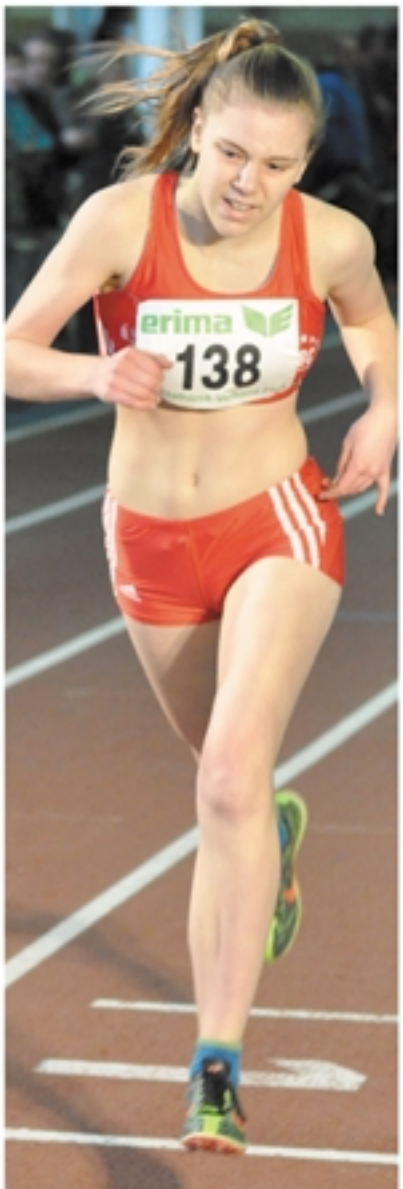
unser **Peter Engbarth** für das Kinderleichtathletik-Training der U10+ mit Wettkampfbesuchen bereit. *(ps)*

Tante Lisa

Lisa Ryzih mit ihren Nichten, den beiden Töchtern ihrer Schwester **Nastja Ryjikh**, unserem ehemaligen Stabhochsprungstar. Mittlerweile heißt **Nastja** nicht mehr **Anastasija Reiberger** sondern **Anastasija Steinbeck**.

Bei den Pfalz-Hallenmeisterschaften am 14. und 15. Januar gab es 12 Titel für den ABC. Nachfolgend alle Platzierungen und Leistungen unserer Athletinnen und Athleten:

Christian Kiemstadt (M)
Platz 2, 60 m - 7,01 Sek.
Yannik Kemper (M)
Vorlauf 60 m - 7,57 Sek.
Platz 5, 200 m - 24,49 Sek.
Leif Asbjørn Biehl (M)
Vorlauf 60 m - 7,64 Sek.
Platz 3, 200 m - 23,78 Sek.
Oliver Seibel (M)
Platz 7, 200 m - 25,06 Sek.
Platz 4, 400 m - 56,04 Sek.
Konstantin Filsinger (M)
Platz 1, 800 m - 2:00,40 Min.
Sebastian Bednarz (M) Platz 5, 800 m - 2:14,44 Min.
Carlotta Buckel (F)
Platz 1, 400 m - 57,25 Sek.
Chamaine Gault (F)
Platz 6, 60 m - 8,02 Sek.
Platz 1, 200 m - 25,66 Sek.
Nicole Wagner (F)
Platz 3, 60 m - 7,94 Sek.
Sandra Wagner (F)
Platz 2, 60 m - 7,80,
Vorlauf 60 m - 7,78 Sek.
Platz 3, 200 m - 26,25 Sek.
Jasmin Koser (F)
Platz 4, 200 m - 30,86 Sek.
Ines Rurainsky (F)
Platz 1, Kugelstoßen - 1,78 m
Ferhat Okcu (MJU20)
Vorlauf 60 m - 7,69 Sek.
Platz 8, 200 m - 24,74 Sek.
Marius Reichert (MJU20)
Platz 3, 400 m - 55,60 Sek.
Konstantinos Tselios (MJU20)
Platz 1, 60 m - 7,12 Sek.
Platz 1, 200 m - 22,73 Sek.
Natalie Engbarth (WJU20)
Platz 2, 60 m - 8,41 Sek.,
Vorlauf 60 m - 8,38 Sek.
Platz 1, 200 m - 27,07 Sek.
Alicia Stahl (WJU20)
Platz 2, 200 m - 29,03 Sek.
Johannes Weber (MJU18)
Vorlauf 60 m - 7,82 Sek.
Platz 3, Weitsprung - 5,67 m
Aaron Kibron (MJU18)
Vorlauf 60 m - 8,06 Sek.
Platz 8, 200 m - 26,11 Sek.
David Mahnke (MJU18)
Platz 2, 1500 m - 4:24,91 Min.
Marius Reichert (MJU18)
Platz 1, 800 m - 2:06,62 Min.
Katrin Leonhardt (WJU18))
Platz 2, 800 m - 2:34,37 Min.
Alexandra Krautschneider (WJU18)
Platz 3, 60 m - 8,46 Sek.,
Vorlauf 60 m- 8,39 Sek.
Platz 1, Weitsprung - 5,10 m
Lena Niederauer (WJU18)
Platz 3, 60 m - 8,46 Sek.
Platz 5, 200 m - 28,63 Sek.
Kai Vogel (M15)
Platz 1, 300 m - 39,81 Sek.
Antonia Bauer (W15)
Platz 2, 60 m - 8,21 Sek.
Platz 2, 60-m-Hürden - 9,60 Sek.
Hoa Dinh Thi (W15)
Platz 3, 60 m - 8,36 Sek.,
Vorlauf 60 m - 8,30 Sek.
Clara Hoffmann (W15)
Platz 4, 60 m - 8,45 Sek
Platz 3, Weitsprung - 4,73 m
Katrin Leonhardt (W15)
Platz 2, 300 m - 47,60 Sek.
Luisa Klappenberger (W15)
Platz 1, 800 m - 2:42,17 Min.
Ricardo Reiß (M14)
Platz 2, 60 m - 8,06 Sek.
Noemi Hajok (W14)
Platz 17, Weitsprung - 3,41 m
Amelie Luber (W14)
Platz 4, 60 m - 8,82 Sek.
Leonie Mann (W14)
Vorlauf 60 m - 9,52 Sek.
Platz 11, Weitsprung - 3,94 m
Alessandro Azzola (M13)
Platz 4, 60 m - 8,84 Sek.,
Vorlauf 60 m - 8,77 Sek.
Platz 2, Weitsprung - 4,50 m
Louis Brückner (M12)
Vorlauf 60 m - 9,78 Sek.
Platz 11, Weitsprung - 3,56 m
Jonas Kroll (M12)
Vorlauf 60 m - 10,89 Sek.
Platz 10, 800 m - 3:16,44 Min.
Platz 18, Weitsprung - 2,89 m
Alessio Pistillo (M12)
Vorlauf 60 m - 10,64 Sek.
Platz 12, 800 m - 3:36,64 Min.
Lorena Azzole (W12)
Platz 9, 800 m - 3:07,98 Min.
Maja Dehlfing (W12)
Vorlauf 60 m - 10,40 Sek.
Platz 5, Weitsprung - 3,98 m
Vanessa Antwi (W12)
Platz 1, 60 m - 9,12 Sek.
Platz 16, Weitsprung - 3,36 m
Thalisha Shenice Zeiß (W12)
Vorlauf 60 m - 9,93 Sek.
Platz 17, Weitsprung - 3,32 m
Patrisia Nikolova (W12)
Platz 22, Weitsprung - 3,26 m
Rosalie Nkoy (W12)
Platz 2, 60 m - 9,13 Sek.
Platz 3, Weitsprung - 4,02 m
(ps)



Doppelmeister

Fachkundige Zuschauer bei den Pfalzmeisterschaften: Victoria Popp, Livia Diehl, Patrick Berlejung und Jan Steinmüller

Christian Kiemstedt, Sandra Wagner, Nicole Wagner, Katrin Leonhardt, Clara Hoffmann, Luisa Klappenberger, Konstantinos Tselios, Kai Vogel, Lena Niederauer

Neue Power aus Koblenz

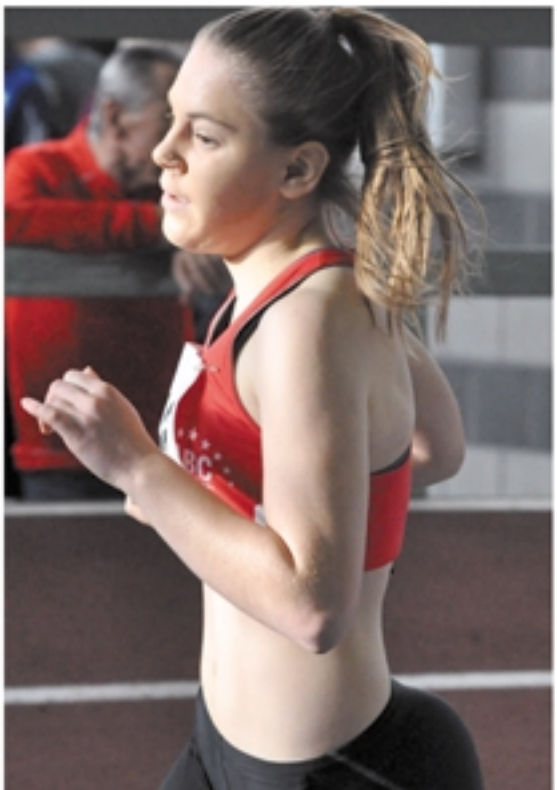
Ines Rurainsky ist Jahrgang 1993 und hatte einen tollen Einstand. Sie kam neu von der LG Koblenz-Rheus und hatte noch keine Zeit für ein ABC-Trikot. **Ines** ist 1993 geboren, wohnt in Mainz und wechselte dieses Jahr zum ABC. Sie hat Rechtspflege studiert und arbeitet bei der Staatsanwaltschaft in Mainz. In der letzten Zeit hat sie sich auf Stoß und Wurf spezialisiert. Im Kugelstoßen erreichte sie bereits 12,25 m, im Speerwurf 37,53 m. Sie trainiert meistens mit **Isabelle** und **Yannik Sturm**. *(mr)*

Carlotta Buckel konzentrierte sich in dieser Saison ganz auf die langen Sprintstrecken. Nach den 400 m und 200 m war sie immer ganz schön platt.

Konstantin Filsinger musste in dieser Saison alleine seine Runden drehen.

Seine ehemaligen „Kampfgefährten“ Patrick Berlejung und Jan Steinmüller starteten wegen ihres Studiums leider in den USA oder in Mainz.

David Mahnke und **Marius Reichert** sind unsere aussichtsreichen Nachwuchs-mittelstreckler.



Katrin Leonhardt konnte in ihrer Altersklasse WJU16 über 800 m über-zeugen und mit 2:30,92 Min. zum Titel laufen.

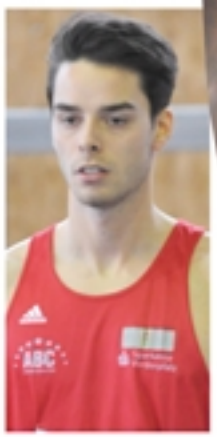
Meike Reimer siegte mit 1,80 m bei den Rheinland-Pfalz-meister-schaften

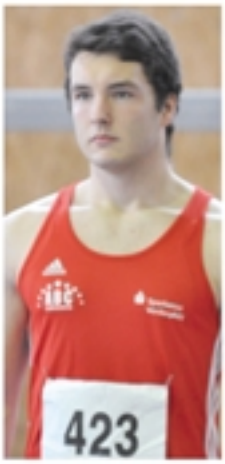
Am 21. und 22. Januar gab es bei den Rheinland-Pfalz-Hallenmeisterschaften in Ludwigshafen 4 Titel und tolle Leistungssteigerungen bei unseren Athletinnen und Athleten:

Christian Kiemstadt (M)
Platz 3, 60 m - 6,98 Sek.
Yannik Kemper (M)
Vorlauf 60 m - 7,52 Sek.
Platz 11, 200 m - 24,35 Sek.
Leif Asbjørn Biehl (M)
Vorlauf 60 m - 7,57 Sek.
Platz 9, 200 m - 23,79 Sek.
Oliver Seibel (M)
Platz 11, 400 m - 55,73 Sek.
Marius Reichert (M)
Platz 7, 800 m - 2:06,15 Min.
Sebastian Bednarz (M)
Platz 12, 800 m - 2:14,36 Min.
Kostantin Filsinger (M)
Platz 2, 1500 m - 4:08,31 Min.
Tomas Tsegay (M)
Platz 6, 3000 m - 10:03,82 Min.
Carlotta Buckel (F)
Platz 1, 200 m - 25,07 Sek.
Chamaine Gault (F)
Vorlauf 60 m - 8,02 Sek.
Platz 3, 200 m - 25,74 Sek.
Sandra Wagner (F)
Platz 3, 60 m - 7,80 Sek.
Nicole Wagner (F)
Platz 4, 60 m - 7,92 Sek.
Vorlauf 60 m - 7,90 Sek.
Ines Rurainsky (F)
Platz 4, Kugelstoßen - 11,82 m
Annika Hock (F) Platz 3,
3000 m - 1:20,91 Min.
Ferhat Okcu (MJU20)
Vorlauf 60 m - 7,89 Sek.
Platz 9, 200 m - 25,39 Sek.
Konstantinos Tselios (MJU20)
Platz 2, 60 m - 7,11 Sek.
Natalie Engbarth (WJU20)
Vorlauf 60 m - 8,49 Sek.,
Platz 2, 200 m - 26,97 Sek.
Nina Knittel (WJU20)
Platz 3, 60 m - 7,98 Sek.
Meike Reimer (WJU20)
Platz 1, Hochsprung - 1,80 m
Johannes Weber (MJU18)
Platz 3, Weitsprung - 5,60 m
Aaron Kibron (MJU18)
Platz 20, 200 m - 26,69 Sek.
Kai Arnold (MJU18)
Platz 21, 200 m - 26,78 Sek.
David Mahnke (MJU18)
Platz 2, 800 m - 2:04,26 Min.
Alexandra Krautschneider (WJU18)
Platz 3, 60 m - 8,32 Sek.,
Vorlauf 60 m - 8,31 Sek.
Platz 14, Weitsprung - 4,56 m
Kai Vogel (MJU16)
Platz 1, 300 m - 39,60 Sek.
Ricardo Reiß (MJU16)
Platz 9, 60 m - 8,11 Sek.,
Vorlauf 60 m - 8,08 Sek.
Antonia Bauer (WJU16)
Platz 3, 60 m - 8,28 Sek.
Platz 10, 60-m-H - 9,68 Sek.
Amelie Luber (WJU16)
Vorlauf 60 m - 8,89 Sek.
Clara Hoffmann (WJU16)
Vorl. 60 m - 8,50 Sek.
Platz 9, Weitsprung - 4,65 m
Katrin Leonhardt (WJU16)
Platz 1, 800 m - 2:30,92 Min.
L. Klappenberger (WJU16)
Platz 8, 800 m - 2:38,68 Min.
Kim Arnold (WJU16)
Platz 10, 800 m - 2:39,05 Min.

Chamaine Gault, Kim Arnold, Christian Kiemstedt, Natalie Engbarth, Lena Kühle, Alica Stahl, Jasmin Koser, Annika Hock, Leif Asbjørn Biehl, Antonia Bauer, Clara Hofmann, Yannik Kemper, Alexandra Krautschneider

523



506

423

800
443

Crosslauf bei unter Null°C

Am 21. Januar war **Petra Wenz** in Leiningen bei Eiseskälte über 3300 m der W50 erfolgreich. Sie siegte in 15:33,9 Minuten. **Florian Frank** gewann die 1100 m der M11 in 5:04,5 Min., **Emmanuel Freidorfas** kam bei der M10 in 4:56,5 Min. auf Platz fünf und **Lina Frank** belegte bei der W9 in 5:51,3 Min. Rang vier. *(ps)*

Wettschuld mit Sieg

Am 28. Januar war auch das LVP-Seniorensportfest in Ludwigshafen und unser neues Ehrenmitglied **Hans Kuhn** löste seine Wett-schuld, die 200-m-Sprintteilnahme in seiner Altersklasse, ein. Und siehe da, er war nach 5 Jahren Wettkampfabstinenz immer noch top fit und gewann die 200 m der M70 in 30,89 Sek. und qualifizierte sich für die Senioren-Hallen-DM in Erfurt. **Sebastian Bednarz** wurde Zweiter über die 800 m der M30 in 2:14,26 Min., **Oliver Seibel** gewann die 60 m der M40 in 7,60 Sek., **Holger Elfert** wurde Vierter über die 60 m der M50 und siegte im Weitsprung mit 5,41 m. **Walter Bernhard** belegte über die 60 m der M50 in 8,84 Sek. Rang acht. **Werner Schwab** belegte über die 60 m der M55 in 8,31 Sek. Platz zwei und im Weitsprung mit 5,03 m Rang eins. Die 4x200-m-Staffel des Pfalz-Masters-Team der M55 mit **Werner Schwab** rundete das gute Abschneiden mit 1:53,13 Min. und dem 1. Platz ab. *(mr)*

Wer oder was ist die Großregion plus?

Am 28. Januar gab es in der Hermann-Neuberger-Sportschule in Saarbrücken die Meisterschaften der Großregion plus. Diese bestand aus den Mannschaften der Leichtathletikverbände von **Ostfrankreich** mit dem **Elsass**, **Lothringen** und der **Champagne**, sowie **Luxemburg**, **Rheinland-Pfalz** und dem **Saarland**.

Elsass

Lothringen

Champagne

Luxemburg

Rheinland-Pfalz

Saarland

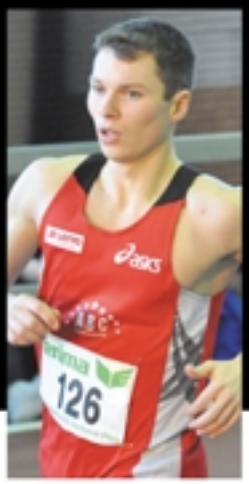
In der Mannschaft von Rheinland-Pfalz waren auch **Konstantin Filsinger**, **Christian Kiemstedt** und **Sandra Wagner** vertreten. **Christian** belegte über 60 m in 6,97 Sek. Platz acht. **Konstantin** kam über 800 m in 1:58,47 Min. und **Sandra** über 60 m in 7,89 Sek. und im Weitsprung mit 4,75 m jeweils auf Rang elf. **Carlotta Buckel** und **Nicole Wagner** waren ebenfalls für die Mannschaft nominiert worden, konnten aber krankheits- bzw. verletzungsbedingt leider nicht antreten. *(ps)*

Hans Kuhn

Werner Schwab

Holger Elfert

Oliver Seibel



Sebastian Bednarz

Walter Bernhard

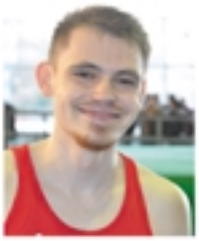
Lisa in Rouen

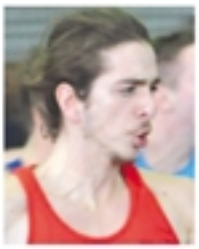
Am 28. Januar startet Lisa unter anderem gegen die Fünf-Meter-Springerin **Sandie Morris** aus den USA beim Stabhochsprungmeeting im französischen Rouen. Die Stadt liegt in der Normandie am Ärmelkanal etwa 68 km westlich von Le Havre und ist eine Hafenstadt. **Sandie Morris**. gewann mit 4,57 m. Die Plätze zwei bis fünf gingen an **Annika Roloff**, der Ukrainerin **Maryna Kylypko**, **Lisa Ryzih** und der Schwedin **Lisa Gunnarsson** – alle 4,40 m. *(ps)*

Lisa in Karlsruhe

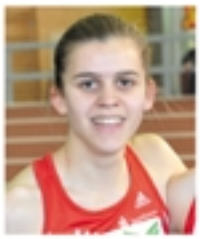
Beim Indoor Meeting in der Messehalle von Karlsruhe am 4. Februar gab es Stabhochsprung vom Feinsten. In Rouen hatte das Timing noch nicht gepasst. In Karlsruhe ließ **Lisa Ryzih** ihr wahres Potenzial aufblitzen. Von **Minna Nikkanen** aus Finnland im Ersten über 4,55 m herausgefordert, konterte sie auf Anhieb. Und auch 4,60 und 4,67 m überwand sie mit einem blitzsauberen Sprung. Alleine im Wettbewerb, versuchte **Lisa** sich anschließend sogar dreimal am deutschen Hallenrekord von 4,78 m – nicht aussichtslos, aber noch vergeblich. **„Der deutsche Rekord ist absolut fällig"**, sagte sie anschließend. **„Der ist mein großes Ziel."** *(ps)*

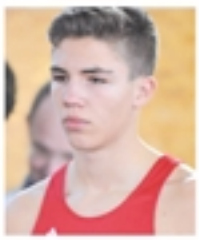
Die Süddeutschen Meisterschaften





Am 4. und 5. Februar gab es in Frankfurt-Kahlbach qualifizierte sich über 60 m der Männer **Christian Kiemstedt** mit 6,97 Sek. für den Zwischenlauf. Doch dort war für ihn leider Schluss. **Konstantinos Tselios** kam über den Vorlauf bei den 60 m in 7,26 Sek. nicht hinaus.





Sandra Wagner und **Nina Knittel** liefen in den Vorläufen über 60 m der Frauen mit 7,85 Sek. bzw, 7,98 Sek. in den Zwischenlauf, wo auch für sie Endstation war. Bei der U18 lief **David Mahnke** über 800 m in 2:06,20 Min. auf Platz neun und über 1500 m in 4:22,53 Min. auf Rang acht. **Marius Reichert** kam über 800 m in 2:07,03 Min. auf Platz zehn. **Meike Reimer** belegte im Hochsprung mit 1,79 m Platz zwei – höhengleich mit der Erstplatzierten **Sophie Hamann** vom TUS Metzingen. *(ps)*

Zum 70sten

Für sein außergewöhnliches Engagement und als jahrzehntelanges Vorstandsmitglied in unserem Verein – vom Sportwart bis zum Vorsitzenden – ernannten wir Hans Kuhn zum Ehrenmitglied. Herzlichen Glückwunsch!

Am 19. Januar feierte **Hans Kuhn** seinen 70. Geburtstag. Im Kreise seiner Familie und der Vorstandsschaft des Vereines wurde er zum Ehrenmitglied des ABC Ludwigshafen ernannt. **Karl Heinz Ries** unser Ehrenvorsitzender und Vorsitzender des ABC-Freundeskreises und **Karl-Georg Egenberger** unser stellvertrender Vereinsvorsitzender übereichten ihm die Urkunde und dankten ihm für sein jahrzehntelanges Engagement für „seinen" ABC. In der Runde wurde festgestellt, dass seine Frau **Kathrin** eigentlich auch eine Urkunde verdient gehabt hätte, weil sie ihren Mann immer für die Vereinsarbeit freigestellt hatte. Einer Wette geschuldet startete **Hans** dann beim Seniorensportfest in Ludwigshafen *(siehe Seite 26)*. Der Verein wünscht ihm alles Gute und viel Gesundheit für die Zukunft. *(mr)*

Bitte schön – von der NEWS-Redaktion!

140 Kuchen für den ABC

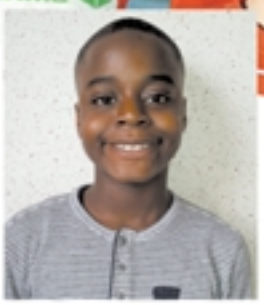
Große Freude

Katharina Seel und **Rebecca Hilgert** befinden sich nach überstandener Krankheit wieder voll im Training. Bei unseren Mittelstrecklerinnen **Rebecca Hilgert** und **Katharina Seel** lösten im vergangenen Herbst festgestellte Erkrankungen große Bestürzung aus. Bei **Rebecca** wurde Lymphdrüsenkrebs, bei **Katharina** Enzephalitis (Gehirnentzündung) – nicht zu verwechseln mit Meningitis (Hirnhautentzündung) diagnostiziert. Mittlerweile sind **Rebecca** und **Katharina** wieder völlig gesund und können das komplette Trainingsprogramm absolvieren. Die ersten Wettkämpe sind für die Frühjahrssaison geplant. **Rebecca** konnte ihr Studium wieder aufnehmen, **Katharina** machte das Abitur und konnte einen Studienplatz bekommen.

Der ABC wünscht beiden alles Gute auf ihrem sportlichen und beruflichen Weg. *(mr)*

Dank an die Spender und Helfer

Dank der Mithilfe unserer zahlreichen Vereinsmitgliedern wurde die Bewirtung bei den vier Hallenveranstaltungen in Ludwigshafen wieder ein voller Erfolg. Der Verein möchte sich auch für die zahlreichen Kuchenspenden bedanken. Auch dieses mal waren wieder einige jugendliche Helfer



dabei. Unser besonderer Dank gilt vor allem **Aaron Kibron**, **Moritz Fischer** und **Raphael Antwi**. *(mr)*

„Zähneputzen kann gefährlich sein."

Im Rahmen der Süddeutschen Meisterschaften traff unser Jugendwart **Manfred Reichert** auf **Dieter Baumann**, den **5000-m-Olympiasieger von 1992 in Barcelona**. Dieser ist einer der erfolgreichsten Langstreckenläufer der deutschen Sportgeschichte. Im 5000-Meter-Lauf, seiner Spezialstrecke, errang er zwei olympische Medaillen: 1988 in Seoul lief er zu Silber und 1992 in Barcelona gewann er nach einem Spurtfinale, bei dem er die letzten 100 m in 11,9 Sek. zurücklegte, die Goldmedaille. Bei einer Dopingkontrolle 1999 wurde **Baumann** positiv auf den Wirkstoff Nandrolon getestet. Vom DLV wurde er aufgrund der Funde von Norandrostendion in seiner Zahnpasta (daher wird dieser Fall oft als **„Zahnpastaaffäre"** bezeichnet) und eingereichten Haarproben ohne Befund im Juli 2000 vom Vorwurf des Dopings freigesprochen. Doch die IAAF erkannte diesen Freispruch nicht an und sperrte ihn für 2 Jahre. **Dieter Baumann** bestreitet bis heute die wissentliche Einnahme der Mittel.

Der Molekularbiologe und Dopingkritiker **Werner Franke** erklärte 2006, dass er die Funde für einen Anschlag und **Baumann** damit für unschuldig halte: *„**Baumann** hat sich sehr für den Kampf gegen Doping engagiert. Seine Zahnpastatuben waren verseucht, erwiesenermaßen eine alte Stasi-Methode. Baumann hat zu viele Leute an sich rangelassen."*

Heute ist **Dieter Baumann** als Kabarettist, Buchautor und bei der ARD als Co-Kommentator tätig. *(ps)*

Der Engagierte

Bei den Rheinland-Pfalz-Hallenmeisterschaften hatte **Konstantinos (Kosta) Tselios** als LVP-Jugendsprecher einen Info- und Aktionsstand in der Leichtathletikhalle aufgebaut. *(ps)*

Start gut, Lauf gut, Alles gut!

Katrin Leonhardt und **Luisa Klappenberger** belegten beim 800-m-Lauf der Bezirksmeisterschaften Platz eins und zwei. *(ps)*

Unsere Schüler in Luxemburg

Am 2. Februar fand in Luxemburg wieder der Schülervergleichskampf der Altersklassen U14 und U16 statt. Dabei traten die Mannschaften aus **Belgien**, **Ludwigshafen-Pfalz**, **Luxemburg**, der **MTG Mannheim**, dem **Elsass** und **Lothringen**, der Region **Meurthe et Moselle** und der Region **Franche-Compté**, gegeneinander an. Meurthe et Moselle liegt im Nordosten Frankreichs in der Region Grand Est mit der Hauptstadt Nancy. Die Region Franche-Compté liegt zwischen dem Elsass, Lothringen und den früheren Regionen Champagne-Ardenne im Norden, der Bourgogne im Westen und den Rhône-Alpes im Süden.

Elsass-Lothringen

Meurthe et Moselle

Franche-Compté

Luxemburg

Belgien

Pfalz

Mannheim

Die Mannschaft **Ludwigshafen-Pfalz** erzielte im Gesamtergebnis den 2. Platz nach Luxemburg und vor der MTG Mannheim. Folgende Ergebnisse der Athleten des ABC Ludwigshafen trugen zu dem guten Abschneiden bei:

Antonia Bauer (WJU16)
Platz 1, 60-m-Hürden - 9,42 Sek.
Platz 8, 60 m - 8,29 Sek.

Hoa Dinh Thi (WJU16)
Platz 5, 60 m - 8,22 Sek.
Clara Hoffmann (WJU16)
Platz 17, 60 m - 8,53 Sek.
Platz 9, Weitsprung - 4,88 m
Katrin Leonhardt (WJU16)
Platz 2, 800 m - 2:30,50 Min.

Luisa Klappenberger (WU16)
Platz 13, 800 m - 2:36,55 Min.

Leonie Mann (WJU16)
Platz 11, Hochsprung - 1,35 m
4x200-m-Staffel I (WJU16)
mit **Hoa, Antonia und Clara**
Platz 6, 1:53,41 Min.
4x200-m-Staffel II (WJU16)
mit **Katrin und Luisa**
Platz12, 1:57,61 Min.

Alessandro Azzola (MJU14)
Platz 5, 60 m - 8,64 Sek.
Platz 4, Weitsprung - 4,75 m
4x200-m-Staffel (MJU14)
mit **Alessandro**
Platz 3, 1:59,90 Min. *(mr)*

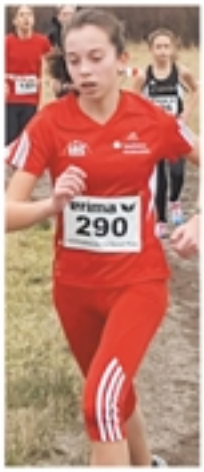
Links oben:
Leonie Mann, Antonia Bauer, Clara Hoffmann, Luisa Klappenberger, Hoa Dinh Thi, Katrin Leonhardt, Alessandro Azzola

Antonie Bauer
Katrin Leonhardt
Luisa Klappenberger

Clara Hoffmann, Antonia Bauer, Hoa Dinh Thi

Raus aus der Halle und auf die Rennbahn

Am 18. Februar ging es auf die Galopprennbahn von Haßloch. Nein, nicht zum Reiten, sondern zu den diesjährigen Pfalz- und Rheinland-Pfalz-Crossmeisterschaften. Auf der Rennbahn hatte man einige Strohballen und andere Hindernisse aufgebaut, um dem Anspruch eines Crosslaufs gerecht zu werden. Einen Doppelsieg bei den Frauen konnte **Annika Hock** verbuchen. Die Mittelstrecke über 4400 m konnte sie souverän in 17:21 Min. gewinnen. Etwa 1 1/2 Std. später setzte sich **Annika** auch auf der Langstrecke über 9900 m in 41:55 Min. durch. **Luisa Klappenberger** konnte in Abwesenheit von **Katrin Leonhardt**, die verletzt pausieren musste, die Gunst der Stunde nutzen und den Rheinland-Pfalz-Titel



über 3300 m der U16 in 14:17 Min. gewinnen. In der Altersklasse W50 konnte **Petra Wenz** über die Mittelstrecke in 20:21 Min. den vierten Titel für den ABC gewinnen. Bei den Männern waren **Konstantin Filsinger** und **Tomas Tsegay** über 4400 m am Start. **Konstantin** belegte in 14:34 Min. den achten Platz (Pfalzwertung dritter Platz). **Tomas** musste seinem hohen Anfangstempo Tribut zollen und belegte am Ende in 15:57 Min. den 19. Platz (Pfalzwertung Platz elf). In der Altersklasse U18 wurde **David Mahnke** über 4400 m in 15:10 Min. Vizemeister (Platz eins in der Pfalzwertung). **Marius Reichert** wurde in 16:20 Min. Siebter (in der Pfalzwertung Platz drei). *(mr)*

4 Titel für Annika Hock: RLP- und Pfalz-Crossmeisterin über 4400 m und 9900 m

Peter Engbarth, Anne Slosharek, Emmanuel Freisdorfas, Florian Frank, Elias Brömmert Paul Slosharek, Lina Frank, Sara-Marie Pechstein

Sieg beim Fasching im Wald

Beim Bad Dürkheimer Faschingswaldlauf am 25. Februar hatten sich viele Läufer maskiert und erschreckten die heimischen Waldbewohner. **Peter Engbarth**, unser Trainer für Kinderleichtathletik, war zwar nicht maskiert, aber das fiel niemand auf. **Anne Slosharek** siegte über 2,5 km der W12 in 12:12 Min.. Für unsere Jüngsten ging es beim Kinderlauf über 0,8 km. **Emmanuel Freisdorfas** wurde in der M10 in 3:26 Min. Fünfter. **Florian Frank** wurde in der M11 in 3:31 Min. Vierter. In der M9 belegten **Elias Brömmert** in 3:38 Min. Rang fünf. In der M8 wurde **Paul Slosharek** in 3:49 Min. ebenfalls Fünfter. **Lina Frank** wurde in der W9 in 3:53 Min. Sechste und **Sara-Marie Pechstein** wurde in 4:04 Min. Achte. *(ps)*

Es ging wieder auf den Berg

Am 25. Februar gab es die diesjährigen Pfälzer Berglaufmeisterschaften schon etwas früher wie 2016. **Gerhard Baus** gewann „standesgemäß“ in 38:57,70 Min. den 7,2-km-Lauf der M65 über 418 m Höhendifferenz von Steinbach auf den Donnersberggipfel zum Ludwigsturm. *(ps)*

Alle Mühe war umsonst

Unser Senior **Jürgen Sturm** hatte im Kugelstoßen bei den Bezirksmeisterschaften leider keinen gültigen Versuch.

Der schnelle Hans

Am 18. Februar nahm **Hans Kuhn** (M70) bei den offenen Kreis-Hallenmeisterschaften in Frankfurt-Kalbach teil. Seine 200-m-Zeit vom 28. Januar in Ludwigshafen konnte er um 4 Zehntel auf 30,49 Sek. verbessern und wurde Zweiter. *(mr)*

FOTOS: ABC-ARCIV, UTHOFF

Die Deutsche Meisterin

Fast im Alleingang zum Titel

Bei den Deutschen Hallenmeisterschaften am 18. Februar in Leipzig machte es **Lisa Ryzih** spannend. Für ihre Anfangshöhe von 4,50 m brauchte sie drei Versuche – dann aber baute sie ein Haus über die Latte und stand als Deutsche Hallenmeisterin fest, denn kurz zuvor hatte sich die noch verbliebene **Annika Roloff** vom MTV Holzminden verabschiedet. Nach 4,65 m ließ **Lisa** sogar mit 4,78 m einen neuen deutschen Rekord auflegen – doch das war noch zu hoch an diesem Tag.

„4,50 m ist für mich eine normale Einstiegshöhe. Diese Höhe wähle ich im Sommer immer. Wenn mein Sprung klappt, klappt es auch mit der Höhe. In diesem Bereich fängt auch die Welt-Konkurrenz an. Im Stabhochsprung klappt nicht immer alles auf Anhieb. Ich musste mich etwas herantasten. Trotzdem war es dann im Dritten natürlich aufregend für mich, an meinen Vater möchte ich dabei garnicht erst denken.“

Meike bei der Jugend-Hallen-DM

FOTOS: ABC-ARCIV, ENDRES

Der 26. Februar war im Sindelfinger Glaspalast nicht der Sonntagmorgen für **Meike Reimer**, die Titelverteidigerin vom letzten Jahr. Es lief nicht rund bei den Deutschen Jugend-Hallenmeisterschaften. Mit 1,78 m belegte sie am Ende den sechsten Platz. **„Irgendwie ist der Knoten überhaupt nicht geplatzt heute, ich bin überhaupt nicht zufrieden.“** Ihr Trainer **Juri Tscherer** ergänzte: **„Wir haben im Winter viel Kraft trainiert. Ihr fehlte da ein wenig die Spritzigkeit.“**

Konstantinos Tselios, der zu Saisonbeginn gleich die Normen über 60 m und 200 m vorgelegt hatte, musste wegen einer Oberschenkelverletzung seine Teilnahme kurz vor der Jugend-DM absagen. *(ps)*

Wir erinnern uns

Hochsprung-Revolutionär Fosbury wurde 70 Jahre alt

Seine Erfindung war der Flop

Mit seiner Erfindung des **„Flops“** revolutionierte **Richard Douglas Fosbury** 1968 bei den Olympischen Spielen in Mexiko den Hochsprung. Der Olympiasieger wurde am 7. März 70 Jahre alt.

Seine Erfindung revolutionierte die Hochsprung-Welt. **Richard Douglas Fosbury** hatte sich für seine internationale Premiere die für einen Sportler größtmögliche Bühne ausgesucht: Olympia.
Bei den Sommerspielen 1968 in Mexiko-Stadt gewann der US-Amerikaner mit 2,24 m Gold, sprang dabei als erster rücklings und mit dem Kopf voran über die Latte. Der bis dahin praktizierte Straddle-Stil war damit dem Untergang geweiht. **„Dick" Fosbury** wurde nun 70 Jahre alt, sein Sprungstil aber ist so jung wie eh und je. Wäre es nach seinem damaligen Trainer **Bernie Wagner** gegangen, hätte die größte technische Revolution der Leichtathletik-Geschichte gar nicht stattgefunden. **Wagner** wähnte **Fosbury** vollends auf dem Holzweg, als dieser sich anschickte, die Latte auf seine ihm eigene Weise zu überqueren. **„So wird nichts aus dir. Besser wäre es, wenn du zum Zirkus gehen würdest“**, riet **Wagner** seinem Athleten. Doch **Fosbury** ging seinen Weg. Im Finale in Mexiko-Stadt meisterte er als einziger Springer 2,24 m – in diesem spektakulären neuen Stil, der noch eine Stunde zuvor mitleidig belächelt worden war. Für **Fosbury** markierte das Gold von Mexiko bereits das Ende der Laufbahn.

Frühes Karriereende nach Olympia-Gold

Im folgenden Jahr überließ er den anderen das Feld, um sich an der Oregon State University in Portland dem Ingenieurstudium zu widmen. **„Ich wollte nicht länger aus dem Koffer leben“**, sagte er, erklärte 1969 seinen Abschied und verzichtete kurzerhand auf Werbeverträge und Profikarriere. **Fosbury**, der im neuen Stil rasch zehn Zentimeter mehr schaffte als im Straddle, war 1967 mit 2,10 m noch ein unbedeutender Hochspringer. Im Winter 1968 wurde er überraschend US-Studentenmeister, gewann mit 2,18 m die erste Mexiko-Ausscheidung der Amerikaner und reiste mit einer Bestleistung von 2,21 m zu den Spielen. Dort schaffte er als einziger alle Höhen bis 2,22 m ohne Fehlversuch, aus dem Gelächter über den neuen Stil wurde schnell bewunderndes Staunen.

2008 bedrohte Lymphdrüsenkrebs **Richard Douglas Fosburys** Leben. Nach Chemotherapie und Operation meldete er sich im Frühjahr 2009 aus dem Krankenstand zurück. *(ps)*

Jugend-Vergleichskampf

Am 5. März trafen sich die U18- und U16-Mannschaften der **Pfalz**, dem **Saarland**, **Baden** und der französischen Region **Moselle** zu einem Vergleichskampf in der Leichtathletikhalle von Ludwigshafen. In der Pfalzmannschaft waren acht vom ABC dabei. Hier die Ergebnisse der ABCler:

Antonia Bauer (WJU16)
Platz 3, 60-m-H - 9,49 Sek.
Platz 4, 60 m - 8,22 Sek.
Hoa Dinh Thi (WJU16)
Platz 2, 60 m - 8,14 Sek.
Katrin Leonhardt (WJU16)
Platz 6, 800 m - 2:35,72 Min.
4x100-m-Staffel (WJU16)
Hoa Dinh Thi (ABC ,
Antonia Bauer (ABC),
Passauer *(LAZ Zweibrücken)*,
Sandmann *(TSG Grünstadt)*
Platz 3, 52,73 Sek.
Alexandra Krautschneider (WJU18)
Platz 4, 60 m - 8,12 Sek. -
- das war neue Bestleistung -
Platz 6, Weitsprung - 4,86 m
4x200-m-Staffel (WJU18)
Tosic *(LAC Frankenthal)*,
Hartmann *(TV Wartenberg)*,
Faltermann *(LAZ Zweibrücken)*, **Lena Niederauer** *(ABC)*
Platz 5, 1:51,99 Min.
Johannes Weber (MJU18)
Platz 8, Weitsprung - 5,53 m
David Mahnke (MJU18)
Platz 4, 800 m - 2:04,93 Min.
Marius Reichert (MJU18)
Einlagelauf 800 m -
2:07,49 Min.
4x200-m-Staffel (MJU18)
Mäuslein *(LCO Edenkoben)*,
Unruh *(LC Haßloch)*,
Endres *(1. FCK)*,
Marius Reichert *(ABC)*
Platz 2, 1:35,07 Min.

„Kinderleichtathletik“

Kinderleichtathletik macht Spaß. Trainiert wird in der Altersgruppe der 8 bis 10-jährigen jeden Mittwoch und Freitag von 16.30 bis 19.30 Uhr unter der Leitung von **Peter Engbarth**. Alle Trainingsgruppen und -zeiten auf www.abc-ludwigshafen.de/trainig.html

Im Bild ein Teil der Trainingsgruppe (*von links hinten*): **Joanna Jade Wepler**, **Anne Slosharek**, **Svea Lis Fokken**, **Emmanuel Freisdorfas**, **Elias Brömmert**, **Paul Slosharek**, **Sara-Marie Pechstein** und Trainer **Peter Engbarth**

ILLUSTRATION: ARTCENTER SCHLOHMANN – FOTO: RYZIH, UTHOFF

4,75 m – neue Bestleistung bei der Hallen-EM

Dobrodošli u Belgrad!

Belgrads riesige Kathedrale des Heiligen Sava ist eine der größten orthodoxen Gotteshäuser der Welt und und übertrifft mit einer Kuppel von 35 m Durchmesser das direkte bauliche Vorbild, die Hagia Sophia in Istanbul.

EM-Silber mit Bestleistung

Bei den Hallen-Europameisterschaften in Belgrad, der Hauptstadt von Serbien, stand **Lisa Ryzih** am 4. März im Stabhochsprungfinale. Um 18.05 Uhr begann der Wettkampf mit der Einstiegshöhe von 4,25 m. **Lisa** stieg aber erst bei 4,40 m in den Wettbewerb ein. Sie nahm auch 4,55 m im ersten Versuch – ein perfekter Sprung. Auch 4,65 m, 4,70 m und ihre neue Hallenbestleistung von 4,75 m stellten für sie kein Problem dar. Bis dahin behielt sie sozusagen eine „weiße Weste". Nach dem ersten gerissenen Versuch über 4,80 m – was Deutscher Hallenrekord gewesen wäre – pokerte **Lisa** selbstbewusst. Leider waren aber auch die beiden nächsten Versuche über 4,85 m nicht von Erfolg gekrönt. Die Griechin **Ekateríni Stefanídi** bestätigte einmal mehr ihre Ausnahmestellung und siegte nach über 2 Std. mit 4,85 m. *(ps)*

Goldmedaille
Ekateríni Stefanídi
(Griechenland), 4,85 m
Silbermedaille
Lisa Ryzih
(Deutschland - ABC Ludwigshafen), 4,75 m
Bronzemedaille
Angelica Bengtsson
(Schweden), 4,55 m
Bronzemedaille
Maryna Kylypko
(Ukraine), 4,55 m

2 x Senioren-Gold und 5 x Bronze

Am 5. März bei der Senioren-Hallen-DM in Erfurt zeigten unsere Senioren, dass sie es immer noch können – wenn auch nicht mehr ganz so toll wie in jungen Jahren. *(ps)*

Oliver Seibel (M40)

Platz 3, 60 m - 7,55 Sek.
Platz 3, 200 m - 24,47 Sek.
Platz 1, 400 m - 54,81 Sek.

4x200-m-Staffel
(Pfalzmaster Team M40)
Höll (1. FCK),
Oliver Seibel (ABC),
Wagner (1. FCK),

Buck (TV Nussdorf)
Platz 3, 4x200 m - 1:45,51 Min.

Andrea König (W50)
Platz 5, Hochsprung - 1,28 m
Vorlauf 60 m - 9,48 Sek.

Walter Bernhard (M50)
Vorlauf 60 m - 8,90 Sek.

Holger Elfert (M50)
Vorlauf 60 m - 8,06 Sek.
Platz 4, Weitsprung - 5,69 m

Werner Schwaab (M55)
Platz 1, Weitsprung - 5,26 m

Geraldine Otto (M65)
Platz 3, Weitsprung - 3,82 m

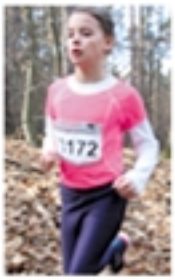
Hans Kuhn (M70)
- er steigerte sich erneut - Platz 6, 200 m - 30,29 Sek.

Überragende Rosalie

Am 19. März ging es in Ludwigshafen um den Schüler-Hallenpokal des Turngau Rhein-Limburg. Mit deutlichem Abstand siegte dabei **Rosalie Nkoy** im 3-Kampf der W12 mit 1198 Punkten *(50 m - 7,3 Sek., Weit - 4,56 m, Kugel - 5,11 m)*.

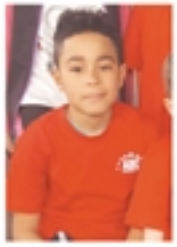
Patrisa Nikolova belegte mit 921 Punkten Platz 10. Bei der W11 schaffte **Vanessa Antwi** Platz 2 mit 1041 Punkten *(50 m - 7,8 Sek., Weit - 3,92 m, Voll - 7,80 m)*

Talisha Zeiß wurde Siebte mit 972 Punkten, **Alessia Didone** wurde mit 941 Punkten Achte, **Julia Otto** kam mit 864 Punkten auf Platz 14 und **Giuliana Vaccaro** belegte mit 756 Punkten Platz 18. **Isabelle Gligor** kam im 3-Kampf der W10 mit 845 Punkten auf Platz 10.



Lina Frank wurde im 3-Kampf der W9 mit 834 Punkten Zweite und **Sara Pechstein** mit 683 Punkten. Sechste. **Louis Brückner** siegte im 3-Kampf der M12 mit 963 Punkten *(50 m - 8,1 Sek., Weit - 3,79 m, Kugel - 6,09 m)*.

Alessio Pistillo wurde mit 646 Punkten Neunter. Bei der M11 kam **Florian Frank** mit 938 Punkten auf Platz 4, **Florian Galle** mit 890 Punkten auf Platz 8, und **Jason Frey** mit 833 Punkten auf Platz 10. **Emmanuel Freisdorfas** wurde bei der M10 mit 954 Punkten Zweiter und **Raphael Antwi** mit 914 Punkten Vierter. **Elias Brömmert** kam im 3-Kampf der M9 mit 715 Punkten ebenfalls auf Platz 10 und **Joulan Zidany** wurde mit 695 Punkten Elfter. *(pe)*



Rosalie Nkoy, Vanessa Antwi, Lina Frank, Louis Brückner, Emmanuel Freisdofas, Raphael Antwi

Schnellster ABC-Nachwuchs in der Pfalz

Vanessa Antwi ist Jahrgang 2006 und wurde Pfalz-Hallenmeisterin der W12 über 60 m in 9,12 Sekunden.

Rosalie Nkoy ist Jahrgang 2005 und wurde Vizemeisterin der W12 über 60 m in 9,13 Sekunden.

FOTOS: ABC-ARCIV, BERNHARD, ENDRES, REICHERT

„Über Stock und Stein" – Cross-DM muss sein

Die diesjährigen Deutschen Crosslaufmeisterschaften fanden am 11. März im niedersächsischen Löningen nördlich von Osnabrück statt. Bei hervorragenden äußeren Bedingungen mit herrlichem Frühlingswetter waren leider nur unsere beiden U18-Athleten **David Mahnke** und **Marius Reichert** vertreten. **Konstantin Filsinger** war wegen seiner Vorbereitungen auf die Polizei-Kommissarsprüfung nicht rechtzeitig in Form gekommen und verzichtete deshalb auf einen Start. **David** kam auf der 4360-m-langen anspruchsvollen Strecke mit etlichen Gräben, Hügeln und Strohballen nach 15:44 Min. unter 101 Startern auf einen ausgezeichneten 36. Platz. **Marius**, eher der Sprintertyp unter den Mittelstrecklern, stärkte mit diesem Lauf vor allem sein Durchhaltevermögen und kam in 17:05 Min. als 84. ins Ziel. Die Leistungen sind durchaus positiv zu bewerten, da beide Athleten dem jüngeren Jahrgang ihrer Altersklasse angehören. Sie konnten durch ihren Start wertvolle Erfahrungen für das kommende Jahr sammeln. *(fs)*

Und immer lockt der Berg

Nanstein Berglauf

Am 18. März war **Gerhard Baus** beim 2. Lauf zum Pfälzer-Berglauf-Pokal in Sickingenstadt Landstuhl wieder auf dem Berg. Über 7,1 km ging es hinauf zur Burgruine Nanstein. **Gerhard** siegte schon fast wie gewohnt in seiner Altersklasse M65 mit 33:59,37 Min. und bewältigte dabei 351 Höhenmeter. *(ps)*

Rockie-Mountain-Lauf

Eine Woche später am 25. März lockte schon wieder ein Berg. Für **Gerhard** ging es hinauf zum Donnersberg. Der Start zum 3. Wertungslauf des Pfalz-Berglauf-Pokals erfolgte am Marktplatz in Rockenhausen. Die Länge der gesamten Strecke betrug etwas mehr als 13 Kilometer und es waren ungefähr 560 Höhenmeter zu bewältigen. Auch diesen Lauf konnte **Gerhard** in der M65 gewinnen. In 1:07:52 Std. war er im Ziel. *(ps)*

Der alte Kraftraum hatte es nötig

Anke Moritz, Markus Schüßler, Walter Bernhard, Marion Palm, Markus Schüßler

In den letzten Wochen wurde im alten ABC-Kraftraum viel gearbeitet. Nicht nur Gewichte wurden gestemmt, es kam auch in einer gemeinsamen Aktion zur „Runderneuerung" der geschundenen Bankbezüge. **Marion** und **Thomas Palm** regten an, die Bänke neu zu beziehen, holten Angebote für neue Bezüge ein und entfernten die alten. Jetzt sehen die Bänke wieder wie neu aus. Hinzu kam noch eine gespendete Bank, die **Markus Schüßler** zusammenbaute und für deren stabilen Unterbau **Rainer Süß** sorgte. Über diese gelungene Renovierung der geliebten „Folterkammer" am Südweststadion freuten sich alle sehr.

Herzlichen Dank an alle Mitstreiter, die tatkräftig halfen, dieses Projekt umzusetzen. *(ek)*

Späte Ehrung durch die Stadt

Am 14. März wurde **Lisa Ryzih** in Abwesenheit zur Sportlerin des Jahres von Ludwigshafen 2016 gekürt. Da sie im Trainingslager war, konnte sie den Preis zu diesem Anlass nicht entgegen nehmen.

Martin Seiler, der ja inzwischen seine sportliche Karriere beendet hat*, kam aufgrund seiner hervorragenden Dreisprung-Resultate auf den zweiten Rang, gleich nach **Lisa**.

Einen dritten Platz bei der Jugend holte sich **Meike Reimer** für ihre Leistungen im Hochsprung. *(ek)*

** Die Mutter von Martin Seiler kam extra nach Ramberg, um dieses Gemälde ihres Sohnes (siehe auch ABC-NEWS 36), das ihr Peter Schlohmann zum Geschenk gemacht hatte, abzuholen.*

Nach der Senioren-DM in Erfurt

Geraldine Otto, Ulla Walle, Holger Elfert, Andrea König und Walter Bernhard

Alter Sprinter

Das wollte sich **Dieter** nicht entgehen lassen: die Betreuung durch die hübschen Südkoreanerinnen bei der Senioren-Hallen-WM im März in Daegu und die Chance auf einen Staffelplatz über 4x200 m der M65. Das war Motivation genug für die weite Reise. Dafür lief unser LVP-Vorstandsmitglied **Dieter Tisch** sogar die 60 m in 9,40 Sek. und die 200 m in 32,72. Die Chance auf einen Staffelplatz gab es jedoch nicht, da nicht genügend deutsche M65-Sprinter in Daegu zur Verfügung standen. *(ps)*

Anita wurde 75

1962 und 1963 lief **Anita Wörner** noch im Phönix- bzw. ABC-Trikot und sorgte

für sensationelle Schlagzeilen, als sie in London in 2:15,5 Min. einen Weltrekord über 800 Yards lief und in Berlin einen Hallenweltrekord in 2:10,9 Min. über 800 m. 1964 war **Anita** dann leider nicht mehr im ABC aber bei den Olympischen Spielen in Tokio als Jüngste im 800-m-Feld dabei. Nach ihrer Heirat hieß sie später **Rottmüller** und noch heute ist **Anita** zu jeder Jahreszeit und bei jedem Wetter beim Walken unterwegs. Am 24. Februar feiert sie ihren 75. Geburtstag. *(ps)*

FOTOS: ABC-ARCHIV, BERNHARD, ENDRES, RYZIH

Die TWL Extras für LU:
»Energie und noch viel mehr!«

TWL hat einfach mehr zu bieten: mehr als die reine Energieversorgung, mehr als die damit verbundenen technischen Dienstleistungen und viel mehr als die sogenannten Billiganbieter. Nämlich die TWL Extras:

- **Wir garantieren ein faires Preis-Leistungs-Verhältnis**
- **Wir haben persönliche Ansprechpartner**
- **Wir liefern saubere Energie**
- **Wir helfen Energie zu sparen**
- **Wir sind ein wichtiger Arbeitgeber**
- **Wir finanzieren mit unseren Erträgen kommunale Vorhaben**
- **Wir engagieren uns im sozialen, kulturellen und sportlichen Bereich**

FOCUS MONEY BESTER STROM-ANBIETER Ludwigshafen Ausgabe 6/2017

TOP 100 Top-Innovator 2016

Strom
Erdgas
Wärme
Kälte
Trinkwasser
Service

TWL
Meine Energiequelle.

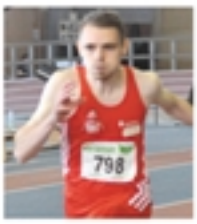
Technische Werke Ludwigshafen AG · Industriestr. 3 · 67063 Ludwigshafen · www.twl.de

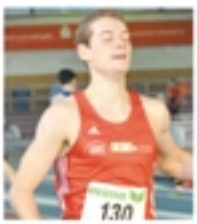
FOTOS: ABC-ARCIV, ENDRES, RYZIH

Geschafft, ...

Nicole

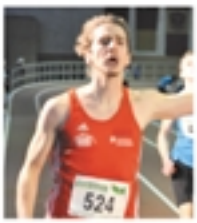
Ferhat

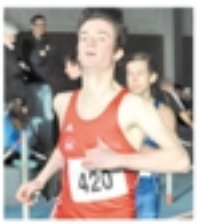

Christian

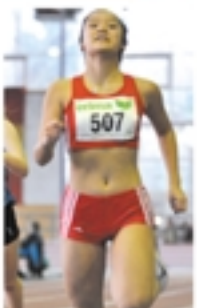

Konstantin

Leif

Yannik


Kosta


Marius


Hoa

Leichtathletik ist anstrengend

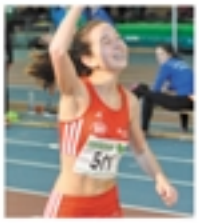
Livia Diehl wurde schon vom Zuschauen müde.

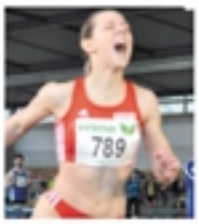
Auch die Frisur muss stimmen

Anlaufvorbereitung von **Clara Hoffmann**

... endlich im Ziel

Natalie


Luisa

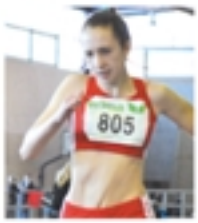

Carlotta

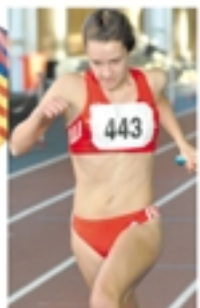
Chamaine

Antonia

Sandra

Ricardo


Lena


Alexandra

Doppelte Lisa

Nach der EM erholte sich **Lisa Ryzih** im schönen Barcelona beim Shopping, etwas Kultur und beim Fußballspiel des FC Barcelona im Camp Nou Stadium. Danach bereitete sie sich im Trainingslager im südlichen Spanien auf die Freiluftsaison vor.

Gelungene Herausforderung beim Osterlauf

Am 15. April liefen **Annika Hock** und **Sabine Graf** bei den Pfalz-Halbmarathonmeisterschaften in Rheinzabern im Rahmen des Osterlaufs erstmals die 21,1 km. Mit dabei war auch unser Senior **Gerhard Baus** und **Katrin Leonhard**.

Gerhard wurde in 1:2/:36 Std.Pfalzmeister der M65. **Anika** belegte in 1:29:30 Std. Platz zwei und **Sabine** kam in 1:48:50 Std. auf Rang fünf. **Katrin** siegte beim Osterlauf über 10 km der U16 in 47:16 Minuten. *(ps)*

Erinnerungen: Beim Halbmarathon denken wir natürlich gerne an die gloreichen Jahre von 1995 bis 2000 zurück, als **Birgit Jerschabek** *und* **Manuela Veith**, *rechts unten im Bild mit ihrem Trainer* **Dieter Conrad**, *reihenweise Siege und Titel auf den langen Distanzen bis zum Marathon einliefen.*

Birgit *hält übrigens seit 1995 den Pfalzrekord im Halbmarathon mit 1:13:10 Stunden.*

Kein Aprilscherz

Am 1. April beim Sandhofener Straßenlauf und bei hervorragenden äußeren Bedingungen waren unsere beiden U18-Athleten **David Mahnke** und **Marius Reichert** über 10 km am Start. **David** siegte in persönlicher Bestzeit von 36:11,2 Min. und **Marius** wurde Vierter in 40:35,0 Minuten. Ebenfalls über 10 km kam **Sabine Graf** in der Frauenwertung in 48:23,7 Min. auf den 6. Platz. **Petra Wenz** in der Altersklasse W50 wurde in 46:20,9 Minuten Zweite. Einen hervorragenden Eindruck hinterließ unsere Nachwuchsläuferin **Luisa**

Klappenberger in der Altersklasse WJU16. Sie siegte mit großem Vorsprung in 50:37,6 Minuten. Über 5 km der U18 lief **Kai Anold** mit 22:11,1 Min. auf Rang 7. **Manfred Reichert** lief im 5-km-Lauf der Männer und Frauen ohne Altersklassenwertung in 24:07,2 Min. auf Platz 23. *(fs)*

FOTOS: ABC-ARCIV, ENDRES – COLLAGE: ARTCENTER SCHLOHMANN

ASV - GASTSTÄTTE

GRIECHISCHE UND DEUTSCHE SPEZIALITÄTEN

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

EIN STÜCK GRIECHENLAND GANZ IN IHRER NÄHE

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

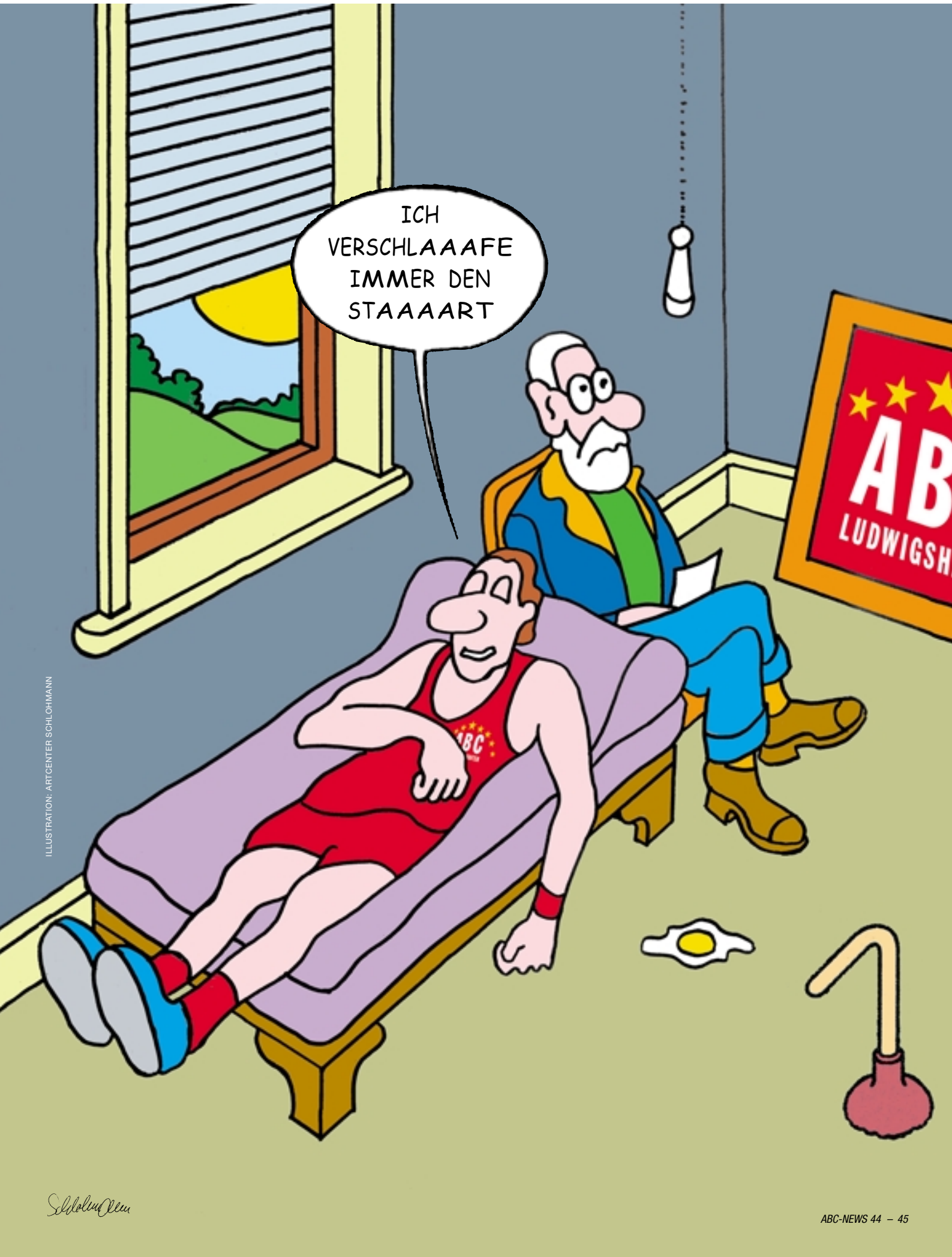


ILLUSTRATION: ARTCENTER SCHLOHMANN

Pfälzisches
im Deutschen Schuhmuseum Hauenstein
Sportmuseum

› Die Geschichte des Pfälzischen Sports
› Über 300 Exponate auf 250 Quadratmetern
› Filme, Fotos & Trophäen

LOTTO

pfälzisches sportmuseum

sportbund pfalz

Deutsches Schuhmuseum Hauenstein

ROSEN-APOTHEKE

AM RUTHENPLATZ

KARL-GEORG EGENBERGER

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

RAUMAUSSTATTUNG
HEBERLE
GMBH

- Fußbodenarbeiten
- Malerarbeiten
- Tapezierarbeiten
- Fliesenarbeiten
- Verputzarbeiten
- Trockenbauarbeiten

In der Mörschgewanne 13
67065 Ludwigshafen
b.heberle@heberle-gmbh.de

Telefon 0621-5494959
Telefax 0621-5494962
www.heberle-gmbh.de

MSL

Mike Scheiner

Autolackierung
mit Unfallinstandsetzung

Beschriftungen

Termingerechte,
fachgerechte Ausführung

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

Der Herzsport liegt uns am Herzen

Der „Antreiber" wurde gefeiert

Die Donnerstag-1-Herzgruppe hatte wieder mal was zu feiern. Nach einstimmigen Beschluss werden alle runden und halbrunden Geburtstage ab 70 gefeiert. Im Anschluss an unsere sehr anstrengenden sportlichen Betätigungen, wird danach noch im Rahmen dieser Feiern eine sogenannte „Ernährungsberatung" durchgeführt. Die Letzte dieser Art war die unseres Antreibers **Herbert Schneider**, der im Dezember 2016 seinen 80. gefeiert hatte.

So wurde auch bei **Herbert** gefeiert. Er ist immer noch fit, freundlich, geduldig und mit vollem Einsatz für uns da. Gefeiert wurde mit Säften, Mineralwasser und etwas Sekt. Zum Essen gab es mit gesunden Sachen belegten Brötchen. Teilnehmerinnen trugen Gedichte vor und überreichten Geschenke. In bewährter Weise hat unsere Sportfreundin **Anny Weber**, die von ihr hergestellte Tafel mit brennenden Kerzen überreicht. Auch die von ihr kreierte mit 80 glänzenden

Anny Weber überreichte mit einem kleinen Gedicht die Amtskette

und matten Centstücken besetzte Amtskette wurde **Herbert** überreicht. Die Kette sollte das Auf und Ab des Lebens symbolisieren. Anwesend war auch, die an diesem Tag diensthabende Ärztin **Johanna Schwenn** und als Ehrengast konnten wir Oberarzt **Dr. Anselm Gitt** vom Klinikum Ludwigshafen begrüßen. **Dr. Gitt** war auch einige Jahre betreuender Arzt der Herzgruppen.

Wilma König

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

Wir vermissen Helmut Hockenberger

FOTOS: ABC-ARCIV

1952: Helmut mit Richard Doll, dem damaligen Deutschen Jugendmeister im Stabhochsprung

1993: Helmut mit Bettina Lotsch, Stefanie Knob, Silke Eichmann und Melanie Fries, die Rheinland-Pfalz-Hallenmeisterinnen über 4x100 m der WJA

2011: Helmut feierte seinen 90. Geburtstag und unser damaliger Vorsitzender Karl-Georg Egenberger schenkte ihm das „alte" ABC-Trikot mit der Startnummer 90 für den „ältesten Seniorensportler" des ABC

Am 22. September letzten Jahres wurde **Helmut Hockenberger** 95 Jahre alt. Wenige Tage später feierte er in den Seestuben in Bobenheim-Roxheim mit vielen Verwandten, Nachbarn, Freunden, darunter zahlreiche Sportfreunde von Phönix bzw. ABC diesen außergewöhnlichen Geburtstag in erstaunlich guter Verfassung. So mach einer kündigte an diesem Tag an, er werde in fünf Jahren zu **Helmuts** Hundertsten gerne wieder mit von der Partie sein. **Helmut Hockenberger**, ältestes Mitglied und Ehrenmitglied des ABC, dessen Wirken wir in Heft 43/2016 eingehend gewürdigt haben, war es leider nicht vergönnt, einen weiteren Geburtstag zu feiern. Nach kurzer schwerer Krankheit verstarb er am 23. Januar dieses Jahres. Viele derer, die mit Ihm in froher Runde den 95. gefeiert hatten, begleiteten **Helmut Hockenberger** auf seinem letzten Weg im Roxheimer Friedhof.

Wir werden **Helmut Hockenberger** in guter und bleibender Erinnerung behalten. *(khr)*

Erich Bremicker wurde 85

Am 8. April feierte **Erich Bremicker** bei seinem Sohn Eric und dessen Familie außerhalb Ludwigshafens seinen 85. Geburtstag. Auch von dieser Stelle aus herzlichen Glückwunsch. Wir wünschen „Mister Leichtathletik" alles erdenklich Gute, vor allen Dingen aber eine einigermaßen stabile Gesundheit. **Erich**, Ehrenmitglied des ABC, hat sich um die Leichtathletik von Phönix und ABC über den Leichtathletikverband Pfalz, dem er 28 Jahre lang vorstand, bis hin zum Deutschen Leichtathletikverband in hohem Maße verdient gemacht. Dabei ist er immer bescheiden geblieben und wirkte noch bis im letzten Jahr als Schatzmeister unseres Freundeskreises, ein Amt, welches er seit dessen Gründung im Jahr 1994 mit großem Engagement wahrnahm.

Wir wissen **Erich Bremickers** Einsatz für den ABC und dessen Freundeskreis dankbar zu schätzen. *(khr)*

Manfred Schober wurde 80

Manfred Schober, der mit **Horst Kocher** und **Karl Heinz Ries** vor fast genau 60 Jahren in Kiel mit der 3x1000-m-Staffel von Phönix Ludwigshafen deutscher Hallenmeister wurde, konnte am 20. März seinen 80. Geburtstag feiern. Wir gratulieren und wünschen für das neue Lebensjahrzehnt alles Gute, in erster Linie aber eine große Portion Gesundheit. Über Jahre hinweg gehörte **Manfred** dem Vorstand unseres Freundeskreises an und hat sich darüber hinaus große Verdienste mit seinem uneigennützigen Einsatz bei Bauarbeiten am Clubhaus erworben. Dafür sei ihm auch an dieser Stelle Dank und Anerkennung ausgesprochen. Am 26. April ehrte ihn der ABC mit der goldenen Ehrennadel des Vereins. *(khr)*

Treffen der „Ehemaligen"

Auch in diesem Jahr lädt der Freundeskreis wieder ein zum Treffen der „Ehemaligen" von Phönix und ABC. Es soll am Samstag, 9. September, stattfinden, und zwar in Bietigheim-Bissingen. Dort ist unser alter Sportfreund **Jürgen Kessing** Oberbürgermeister. Er hat uns in seine Stadt eingeladen. **Jürgen Kessing** ist vielen sicher noch in Erinnerung als erfolgreicher Stabhochspringer und Zehnkämpfer im Dress des ABC. **Jürgen Kessing** gilt übrigens als designierter Präsident des DLV. Er wird für uns ein interessantes Programm gestalten. Die Einladung ergeht in den nächsten Wochen. Wer bisher keine Einladung erhalten hat, aber als „Ehemaliger" aktiv bei Phönix oder ABC Leichtathletik betrieben hat, wird gerne in den Verteiler aufgenommen. Sofern Interesse besteht, bitte bei **Karl Heinz Ries** (Anschrift, E-Mail-Adresse siehe Impressum) melden. *(khr)*

Runde Geburtstage

50 Jahre
Huso Dzafic - 16. Januar
Gert Katterbach - 2. Februar
Volker Weiß-Nilson - 15. März
Andreas Reisch - 6. April
Florian Lenz - 19. April

55 Jahre
Markus Lemberger - 17. Januar
Ulrike Neuhaus - 22. Januar
Tesfabthan Kibrom - 1. April
Thomas Scherf - 22. Mai

60 Jahre
Ursula Bednarz - 3. März
Ruth Pfister-Emig - 12. April

65 Jahre
Hans-Jürgen Tiller - 8. Januar
Roland Hafner - 3. Februar

70 Jahre
Edgar Wenz - 11. Januar
Hans Kuhn - 19. Januar
Franz Harder - 29. Januar
Monika Krzyzaniak - 21. Mai
Hermann Zuber - 22. Mai
Roland Jochem - 29. Mai

75 Jahre
Bernd Konrad - 19. Januar
Anita Rottmüller - 24. Februar
Volker Schlohmann - 3. März
Friedrich Hofmann - 7. April
Marion Müller - 1. Mai
Helmut Hajok - 23. Mai
Armin Wenz - 30. Mai

80 Jahre
Gerhard Meyer - 5. Januar
Lothar Hery - 11. Januar
Roland Schäfer - 22. Januar
Klaus Ruppert - 10. Februar
Erwin Birmele - 17 Februar
Helga Ries - 19. Februar
Günter Lenz - 1. März
Manfred Schober - 20. März
Dieter Meyer - 15. April
Elisabeth Dommitzsch - 19. April
Albert Grawitz - 27. April
Gerd Jöger - 3. Mai

85 Jahre
Willi Kammermeyer - 11. Januar
Klaus Schick - 20. März
Herbert Krieger - 4. April
Erich Bremicker - 8. April
Gerd Herrmann - 12. Mai

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Ob Fußball, Tennis oder Leichtathletik: Sport macht fit, stark und selbstbewusst. Daher unterstützen wir von der VR Bank Rhein-Neckar den Breitensport in der Metropolregion Rhein-Neckar – aus Überzeugung und bereits seit vielen Jahren.

Wir für hier – über 50-mal in der Region.
Mehr unter vrbank.de oder Telefon 0621 1282-0.

VR Bank Rhein-Neckar eG

Impressum

ABC-NEWS Leichtathletik-Vereinszeitschrift des ABC-Ludwigshafen e.V.

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:
Peter Schlohmann
Schloßbergstraße 9
76857 Ramberg
Telefon 06345 949533
Telefax 06345 954055
Mobiltelefon 0151 26022418
schlohmann@schlohmann.de

Internet:

Daniel Schlohmann
Äppelallee 49
65203 Wiesbaden
Telefon 0611 9749025
Telefax 0611 9749026
Mobiltelefon 0171 3177289
webdesign@schlomania.com

Mitarbeiter:
Egenberger, Kikat, Koser, König, Kuhn, Lehr-Reichert, Reichert, Ries, Schneider, Seilnacht, K.u.V. Schlohmann u.a.

Fotos:
Bernhard, Endres, Kuhn, Reichert, Ryzih, Schlohmann, Seilnacht, Wagner u.a.

Kürzel:
(kge) = Karl Georg Egenberger
(ek) = Dr. Elke Koser
(mlr) = Martina Lehr-Reichert
(mr) = Manfred Reichert
(khr) = Karl Heinz Ries
(ps) = Peter Schlohmann
(fs) = Fritz Seilnacht
(sw) = Sandra Wagner

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

Vorsitzende / Sportwartin:
Dr. Elke Koser
Telefon
0621 54590900
elkekoser@
yahoo.de

Stellvertretender Vorsitzender / Kassenwart:
Karl-Georg
Egenberger
Mobiltelefon 0171 1425745
rosen-apotheke.ludwigshafen@
t-online.de

Jugendwart / Pressewart:
Manfred Reichert
Telefon
06344 937429
reichert_m@t-online.de

Schülerwartin (kommisarisch):
Martina
Lehr-Reichert
Telefon
06344 937429
reichert_m@t-online.de

Beisitzerin – Schüler und Jugend (kommisarisch):
Britt Roberts
Tel. 0621 5296677
britt.roberts@web.de

Beisitzer:
Markus Schüßler
Telefon
0621 5868863
markus.schuessler
@web.de

ABC-Ehrenvorsitzende

Karl Heinz Ries
Friedensstraße 42
67067 Ludwigshafen

Otto Weber
gestorben am
18. August 2009

ABC-Abteilungen

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

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

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

Übungsleiter mit Sonderlizenz für Sport mit Herzpatienten:

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

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

ABC-Spendenkonto:

Sparkasse Vorderpfalz
IBAN:
DE87545500100000009886
BIC:
LUHSDE6AABC

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!

ABC-Ehrenmitglieder

Hans Appel
Wielandstraße 18
67065 Ludwigshafen

Erich Bremicker
Rubensstraße 25
67061 Ludwigshafen

Heike Drechsler
www.heike-
drechsler.com

Helmut
Hockenberger
gestorben am
23. Januar 2017

Heinz Hoff
gestorben am
10. Januar 2001

Kaarel Kesa
gestorben am
28. März 2011

Hans Kuhn
Damaschkestr. 43
67065 Ludwigshafen

Eberhard Mappes
gestorben am
9. Sept. 2008

Ernst Ruppert
gestorben am
23. November. 2013

Peter Schlohmann
Schloßbergstraße 9
76857 Ramberg

Herbert Schneider
Rüdigerstraße 19
67166 Otterstadt

LOTTO
Rheinland-Pfalz
Partner des Sports