ABC-NEWS

Heft 31 – im November 2010
www.abc-ludwigshafen.de

WIR SPONSERN
DIE ABC-LEICHTATHLETIK:

Sparkasse Vorderpfalz
Ludwigshafen · Schifferstadt

LOTTO STIFTUNG RHEINLAND-PFALZ
- Ein starker Partner im Land -

Team Rheinland-Pfalz
Spitzensportförderung

Schlohmann
Werbe- & Projektagentur

Ein Verein in der
Metropolregion Rhein-Neckar
Initiative Sport

Der Europameister

Lisa gewinnt Bronze

Weltjahres-bestleistung mit 8,47 m

BIGS
BARCELONA 2010
EUROPEAN ATHLETICS CHAMPIONSHIPS

Sparkassen-Finanzgruppe

Es gibt nur wenige, die unsere Sparkassen-Kreditkarten nicht akzeptieren.

Wir bieten für jeden Anspruch die passende Karte.

Sparkasse Vorderpfalz

Manchmal ist es gut, etwas Kleingeld parat zu haben. Eine Kreditkarte der Sparkasse sollten Sie jedoch immer dabeihaben. Ihre Sparkasse bietet Ihnen eine vielfältige Kreditkartenauswahl, bei der zusätzliche Leistungen bereits inklusive sind. Etwa ein umfassender Versicherungsschutz auf Auslandsreisen für Sie und Ihre Familie. Damit ist eine Sparkassen-Kreditkarte immer eine gute Entscheidung. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

Karl Heinz Ries ist der Vorsitzende unseres Freundeskreises Leichtathletik ABC Ludwigshafen e.V., Ehrenvorsitzender des ABC und ehemaliger Deutscher Hallenmeister von 1957 in der 3x1000-m-Staffel mit Horst Kocher und Manfred Schober

Böhl-Iggelheim, Karlsruhe, Zweibrücken, Saarbrücken, Grünstadt oder wo?

Die Doppelseite im STERN

Über Christian Reifs EM-Titel freute sich die Republik. Zahlreiche Gazetten im Land zeigten den ABC-Athleten auf ihrer ersten Seite. Unter den Bildern Christians konnte man dann in der Pfalz vom „Böhl-Iggelheimer", im Saarland vom „Saarbrücker" und im badischen Ländle vom „Karlsruher Sportstudenten" lesen. In einer Kölner Zeitung wurde die gleichfalls erfolgreiche ABClerin Lisa Ryzih, sensationell EM-Dritte im Stabhochsprung, als „Zweibrückerin" oder in einer pfälzischen Zeitung als „Grünstadterin" bezeichnet.

Da ist überall etwas Wahres dran. Christian Reif, inzwischen im 10. Jahr beim ABC Ludwigshafen, machte in seiner Heimatgemeinde Böhl-Iggelheim seine ersten Weitsprungversuche, kam unter ABC-Coach Juri Tscherer zu beachtlichen internationalen Erfolgen jenseits der 8-m-Marke, trainiert seit 2008 bei Uli Knapp in Saarbrücken und studiert in der Tat in Karlsruhe. Lisa Ryzih startete auch mal für LAZ Zweibrücken, trägt aber nun auch schon seit 6 Jahren den Dress des ABC und wohnt in Grünstadt.

Was bei all dem etwas zu kurz kam: Christian und Lisa kommen aus **Ludwigshafen,** kommen vom **ABC**. Und das ist wichtig. In Ludwigshafen finden Leichtathleten (nicht nur vom ABC) im Südweststadion und der Leichtathletikhalle nämlich optimale Trainingsbedingungen. Ohne die wären Meistermacher Juri Tscherer und Vladimir Ryzih mit seinen beiden stabhochspringenden Töchtern wohl kaum nach Ludwigshafen gekommen. Erfolgreiche Sportler tragen bekanntlich den Namen ihrer Stadt weit über deren Grenzen hinaus. So hätte es Ludwigshafen verdient gehabt, mit seinen zwei Medaillengewinnern von Barcelona in den Schlagzeilen deutlicher genannt zu werden. Schließlich muss man Rat und Verwaltung noch heute dafür dankbar sein, die Leichtathletikhalle gebaut zu haben. Und dem ABC-Vorstand ist dafür zu danken, dass er seinerzeit die mutige Entscheidung zur Beschäftigung von zwei hauptamtlichen Trainern getroffen hat. Und schließlich Dank dem STERN, hatte der doch bei den „Bildern der Woche" über zwei ganze Seiten Christians Landung bei seinem furiosen Siegessprung mit dem Hinweis „der Ludwigshafener" versehen.

Übrigens: Haben Sie schon mal von einem FCK-Profi bei der Berichterstattung über ein Bundesligaspiel vom „Otterbacher", „Weilerbacher" oder „Hochspeyerer" Spieler gelesen, weil der vielleicht zufällig in einem dieser Orte wohnt? Da ist doch immer und zu Recht vom „Lauterer", dem Spieler des 1. FCK, die Rede.

Freuen wir uns also über Christian Reif und Lisa Ryzih vom ABC Ludwigshafen, meint

Ihr

Karl Heinz Ries

Auszeichnung für die ABC-NEWS

Die ABC-NEWS Nr. 28 und Nr. 29 haben beim Wettbewerb der besten Vereinszeitschriften im Sportbund Pfalz den ersten Platz belegt und eine Prämie von € 150,– erhalten. Kriterien für die Prämierung waren die Gestaltung und das Design, der Informationsgehalt und die Angebotsvielfalt im Heft – also Nachrichten und Infos für Jugend, Aktive und Senioren – sowie Aktualität und sonstige Ideen, die ein Heft sowohl für Mitglieder, als auch für Nichtmitglieder interessant und lesenswert machen. *(ms)*

DER SATZ INS GLÜCK

Sand spritzte auf, und der Ludwigshafener Christian Reif fiel zur Seite, nach vorne, die letzten Zentimeter herauskitzelnd. Sein Blick war leer, nur die Gesichtszüge verrieten die innere Spannung. Die ersten Sprünge hatte Christian verpatzt, nun musste es glücken – und alles passte. In Barcelona wurde er neuer Europameister im Weitsprung. Sagenhafte 8,47 Meter legte er zwischen den Balken und der ersten Delle in der Grube, weiter als zwei direkt hintereinander parkende VW-Golfs.

Die Landung ist nur die Krönung eines komplexen Bewegungsablaufes: Weitspringer spurten 40 bis 50 Meter, beim Absprung lastet bis zu einer Tonne auf dem Sprunggelenk. In der Luft schleudern sie die Beine nach vorne, bis ihr Flug in einer artistischen Verrenkung endet. *(stern)*

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

Inhalt

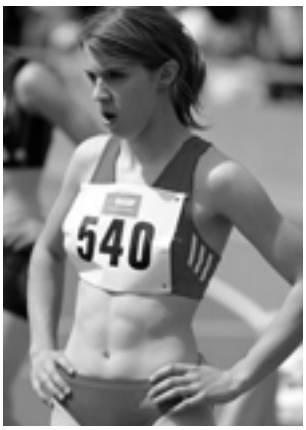
Titel

Europa-meisterschaften in Barcelona

Es war eine Sensation. Zwei Athleten bei Europameisterschaften und zwei Medaillen. Christian wurde Europameister und Lisa holte Bronze. Das gab es noch nie im ABC.

ab Seite 20

3 Auszeichnung für die ABC-NEWS
7 In den Mund gelegt
8 Ab in den Süden
8 Pokal der Freundschaft
8 Kurpfalz-Gala
8 Krumme Strecken
8 12 Pfalzmeistertitel
9 Springer-Meeting in Wesel
9 Deutsche Hochschulmeisterschaften
9 Pfalz-Blockwettkämpfe der Schüler
9 Rheinland-Pfalz-Jugendmeisterschaften
9 Neue Bestzeit von Patrick
11 Spaß an der Adria
12 Björn in Zeulenroda
12 Rheinland-Pfalzmeisterschaften
12 Senioren-DM
12 Junioren-Gala in Mannheim
13 Dürr und Knapp in Niedersachsen
13 Ludwigshafener Stadtlauf
13 „Spiele im Hanauerland“



Carlotta Buckel wäre gerne unter 12 Sekunden gelaufen

Bei der Junioren-Gala in Mannheim und auch bei den Süddeutschen Juniorenmeisterschaften sprintete sie die 100 m in 12,03 Sekunden

Seiten 12 und 15

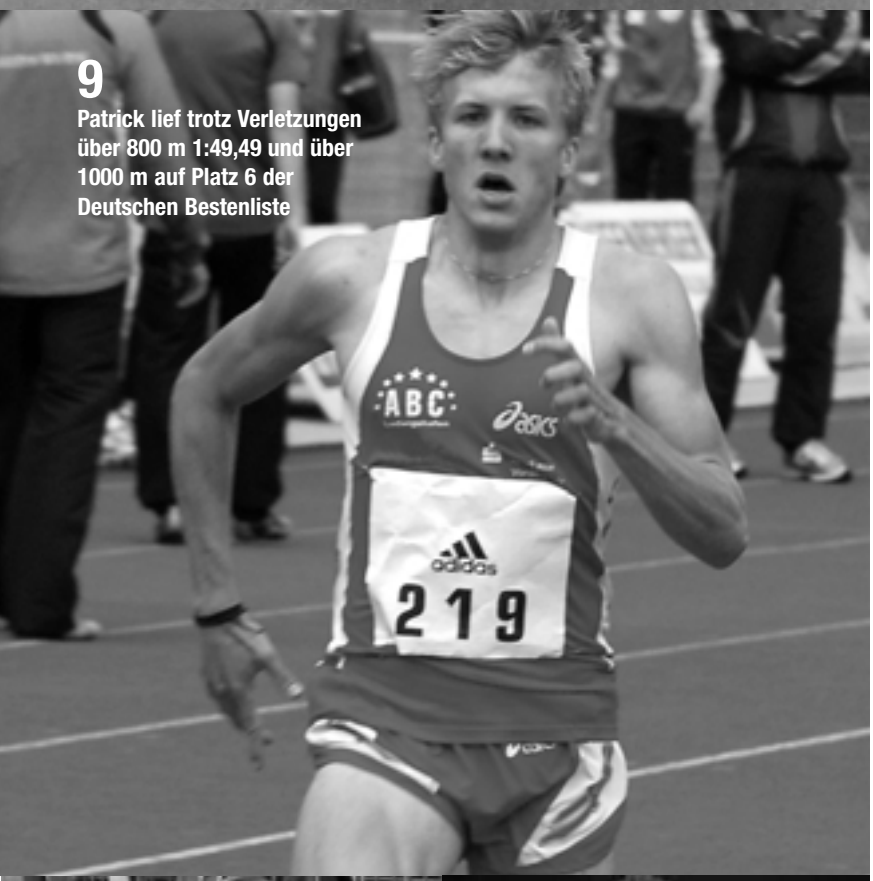
22
Christian war überwältigt. Er wurde Europameister mit Weltjahresbestweite von 8,47 m

9
Hopp, Stepp, Jump: 15,89 Meter in Wesel im Dreisprung für Martin waren Platz 5 in der Deutschen Bestenliste und neuer Pfalzrekord

13
Platz 2 in der Deutschen Jugendbestenliste im Dreisprung für Björn

13
Pia springt mit neuem Pfalzrekord auf Platz 10 der Deutschen Bestenliste

20
Lisa gewann mit 4,65 m die Bronzemedaille bei den Europameisterschaften in Barcelona



9
Patrick lief trotz Verletzungen über 800 m 1:49,49 und über 1000 m auf Platz 6 der Deutschen Bestenliste

13 Melanie in Herxheim
13 Patrick in Biberach
13 Süddeutsche Junioren- und Schülermeisterschaften
14 Jugend-DM mit Bronze für Björn
14 Junioren-DM in Regensburg
14 Schüler-DM mit Franziska
15 Die „Süddeutschen“ mit B-Jugend
15 Patrick in Königs Wusterhausen
15 Alt und Jung
15 Pfalz-Mehrkampftitel für Ann-Kathrin
16 Zu Beginn in langen Hosen
16 EM-Norm für Christian
17 Das schönste Meeting
17 Team-EM in Bergen
18 EM-Norm für Lisa Ryzih
18 U23-Länderkampf
19 Deutsche Meisterschaften
20 EM in Barcelona
25 Volles Programm danach
25 Lisa und Christian im Letzigrund
26 Christian siegt beim ISTAF in Berlin
27 Impressum, Runde Geburtstage
29 Spaß mit Manfred
29 Die Hütte in neuem Glanz
30 „Falscher“ Fuß und Verschiedenes im ABC
32 ABI gut, Training gut, Alles gut
33 Helmut Hockenberger, die Trainerlegende
34 Tolle Fotoserie von Michael Serr
35 Ehrungen und Schülergrillfest
36 DLV-Bestenliste und Rekorde
39 Was macht eigentlich Dr. Birgit Schillinger?
41 Nachrufe

Die Trainerlegende

Helmut Hockenberger war schon zu Zeiten von PX-Phönix Ludwigshafen, unserem Vorgängerverein, ein sehr erfolgreicher und beliebter Jugendtrainer *Seite 33*

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.

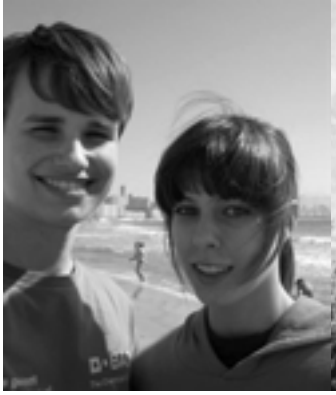
UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

- 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

In den Mund gelegt von Peter Schlohmann:

FOTOS: ENDRES



Franziska Bauer, Lisa Münzer und Felix Uebel in Benidorm

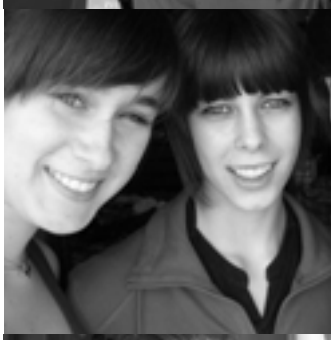
Nicole Knapp siegte mit 5,73 m

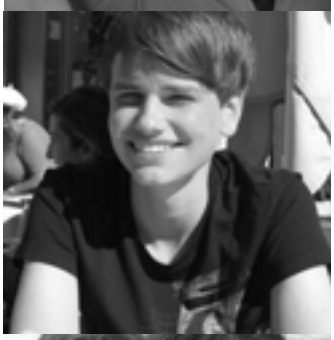
Ab in den Süden

Am 28. März starteten Franziska Bauer, Lisa Münzer und Felix Uebel mit dem LVP-Landestrainer Jochen Allebrand, befreundeten Athletinnen und Athleten sowie Trainerinnen und Trainer aus Kaiserslautern, Landau und Offenbach vom Flughafen Hahn ins Ostertrainingslager nach Benidorm im Süden von Spanien an der Costa Bianca.

Nach einer kurzen Nacht im Vier-Sterne-Hotel Bali und einem spanischen Frühstück, ging es zur ersten Trainingseinheit an den Strand. Ansonsten wurde im drei Kilometer entfernten Stadion trainiert, welches entweder mit dem Bus oder zu Fuß (zum Warmlaufen oder heimwärts zum Auslaufen) erreicht wurde. Unter sehr guten äußeren Bedingungen wurde zweimal täglich in disziplinspezifischen Kleingruppen unter den wachsamen Augen der Trainerinnen und Trainer ein anstrengendes Trainingsprogramm durchgeführt. Mit Kameras wurden neuerlernte Techniken aufgezeichnet und abends am Laptop analysiert. Nach den anstrengenden Einheiten half die mitgereiste ehrenamtliche Physiotherapeutin Alexandra Bauer die müden Muskeln zu regenerieren.

In der wenigen Freizeit konnte man sich am Pool oder Strand sonnen, oder man ging auch mal ein Eis essen. Trotz des reichhaltigen Angebots beim Mittag- und Abendessen im Hotel, ging es am letzten Abend in eine strandnahe Pizzeria. Dort wurde ein rundum gelungenes Trainingslager gefeiert und wehmütig Abschied genommen. Nach für alle elf anstrengenden Tagen landeten sie am 7. April wieder auf pfälzischem Boden. *(um)*





Dass Christian Reif sein Trainingslager im März auf Gran Canaria und anschließend bis zum 28. Mai in Monto Gordo in Portugal absolvierte, hatten wir ja schon im letzten Heft berichtet. Lisa Ryzih und auch Jennifer Klein waren mit dem gesamten DLV-Sprungteam im Trainingslager in Südafrika in Stellenbosch. Und wo Patrick Schoenball und unsere anderen Mittel- und Langstreckler mit ihrem Trainer Fritz Seilnacht waren steht auf Seite 11. *(ps)*

Pokal der Freundschaft

Der diesjährige Ländervergleichskampf „Pokal der Freundschaft" zwischen dem Saarland, Luxemburg, Rheinland der Pfalz, Lothringen und dem Elsass endete am Donnerstag, den 13. Mai, mit dem knappsten Ergebnis in seiner 51-jährigen Geschichte. Bei den Männern siegte das Saarland-Team mit einem halben Punkt Vorsprung vor Luxemburg und bei den Frauen mit einem Punkt Vorsprung vor der Pfalz. Für das beste Einzelresultat sorgte Christian Reif mit 7,85 Meter. Zweiter wurde Martin Seiler mit 7,14 Meter. Über 400 m siegte Alexander Zipp in 49,01 Sekunden und über 3000 m wurde Mathias Thomann in 8:55,32 Minuten Sechster. Bei den Frauen belegte Carlotta Buckel über 100 m in 12,49 Sekunden Platz zwei und über 200 m in 25,83 Platz drei. Über 100-m-Hürden siegte Chamaine Gault in 14,97 Sekunden und im Weitsprung Nicole Knapp mit 5,73 Meter. Lisa Münzer wurde bei der weiblichen Jugend über 200 m Dritte in 26,56 Sekunden und bei der männlichen Jugend wurde Christian Kiemstedt Dritter über 100 m in 11,28 und Vierter über 200 m in 22,73. Björn Schildhauer belegte mit 6,76 m Platz zwei. *(ps)*

Kurpfalz-Gala

Neben dem überragenden Ergebnis von Christian (siehe Seite 14) gab es am 22. Mai in Weinheim vier weitere ABCler mit guten Ergebnissen. Alexander Zipp siegte über 400 m in 48,69 Sekunden, Christian Kiemstedt wurde in 22,17 Sekunden über 200 m Dritter, Carlotta Buckel lief über 100 Meter im Vorlauf 12,06 Sekunden und kam im Endlauf in 12,37 Sekunden auf Platz acht. Chamaine Gault lief in ihrem Vorlauf über 100-m-Hürden 15,33 Sekunden. *(ps)*

Krumme Strecken

Beim 20. internationalen Pliezhäuser Läufermeeting, am 16. Mai waren im Schönbuch-Stadion Christian Reif und Patrick Schoenball am Start. Patrick wurde über 1000 m in 2:23,01 Minuten Fünfter. Mehr über Christian steht ab Seite 16 *(ps)*

12 Pfalzmeistertitel

Pfalzmeisterschaften fanden am 24. April in Bad Dürkheim, am 15. Mai in Bad Bergzabern, am 19. Mai, 23. bis 24. Mai in Limburgerhof und am 29. Mai in Kaiserslautern statt. Für den ABC gab es insgesamt 12 Titel und auch einige sehr gute Platzierungen. Björn Schildhauer siegte im Dreisprung der MJA mit 14,31 Meter. Für eine Überraschung sorgte Christian Kiemstedt, der über 400 m in starken 49,40 Sekunden den Titel der MJA holte. Konstantin Filsinger holte bei den A-Schülern über 3000 m in 10:09,89 Minuten und über 1000 m in 2:56,92 den Titel. Zusammen mit Julian Jakob und Patrick Berlejung gab es auch in der 3x1000-m-Staffel der A-Schüler in 9:19,37 Minuten einen Sieg. Erik Kastner (M12) belegt über 75 m in 10,37 Sekunden Platz zwei. In der Altersklasse W15 siegte Franziska Bauer mit 1,54 Meter im Hochsprung, mit 12,13 Meter im Kugelstoßen und mit 3703 Punkten im 7-Kampf; dabei erzielte sie folgende Leistungen: 80-m-Hürden in 12,36 Sekunden, Kugelstoßen mit 11,60 Meter, Hochsprung über 1,53 Meter, 100 m in 13,36 Sekunden, Weitsprung mit 5,21 Meter, Speerwerfen mit 34,15 Meter und 800 m in 2:44,70 Minuten. Damit erfüllte sie zugleich die Landes-D-Kadernorm von 3700 Punkten. Über 100 m lief sie 13,23 Sekunden und belegte im Finale in 13,38 Sekunden Platz sechs. Einen weiteren Titel gab es

Alexander Zipp, Chamaine Gault, Matthias Braun, und Dominik Süß

für sie im Speerwerfen mit 34,27 Meter und einen zweiten Platz über 80-m-Hürden in 12,33 Sekunden. Ann-Kathrin Reil kam im Weitsprung mit 5,23 Meter ebenfalls auf Platz zwei. Lisa Münzer wurde über 200 und 100 m der WJB in 26,57 bzw. 12,69 Sekunden jeweils Zweite. Maxi Kullmann siegte über 400 m in 63,25 Sekunden vor Rebecca Hilgert (64,62) und wurde über 800 m in 2:32,61 Minuten Dritte. Über 3000 m gab es für Maxi in 11:57,64 Platz zwei und in der 3x800-m-Staffel in 8:09,87 Minuten zusammen mit Rebecca Hilgert und Annika Hock ebenfalls. Die Startgemeinschaft Ludwigshafen siegte mit der 4x100-m-Staffel in der Besetzung Inga Zeller, Rebecca Hilgert, Nicole Wagner (TB Oppau) und Lisa Münzer in 50,27. Matthias Braun wurde bei den Männern über 100 m in 11,64 Sekunden Fünfter. Patrick Schoenball siegte über 800 m überlegen in 1:50,31 Minuten und Chamaine Gault lief über 200 m in 25,78 Sekunden wie auch Dominik Süß über 110-m-Hürden in 15,82 auf Platz zwei. Im Hochsprung sprang unser Neuzugang Nick Komarov über 1,80 m und auf den vierten Platz. *(ps)*

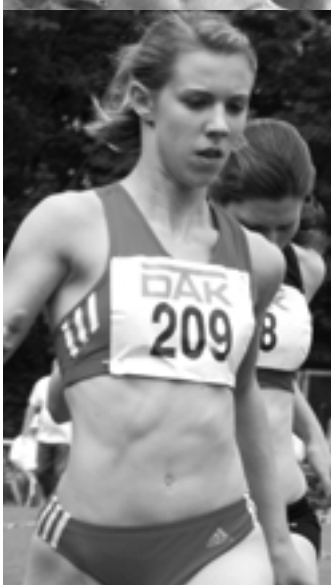
Allein

An Pfingsten in Limburgerhof startete Hannelore Kern in der Altersklasse W45 als einzige Teilnehmerin im Diskuswerfen und erzielte 20,72 Meter. *(ps)*

Hopp, Stepp, Jump

Am 30. Mai in Wesel belegte Pia Dürr im Dreisprung mit 13,14 Meter Platz vier und Martin Seiler kam mit neuer Bestleistung von 15,88 Meter auf den dritten Platz. *(ps)*

Christian Kiemstedt, Martin Seiler, Nicole Knapp und Carlotta Buckel



Deutsche Hochschulmeisterschaften

Am 29. und 30. Mai fanden in Friedberg bei Frankfurt die diesjährigen Deutschen Hochschulmeisterschaften statt. Im Weitsprung startete Nicole Knapp und wurde mit 5,69 Meter Sechste. *(ps)*

Rheinland-Pfalz-A-Jugendmeisterschaften

In Bad Bergzabern fanden am 12. und 13. Juni die Rheinland-Pfalzmeisterschaften der Jugend und Schüler statt. Am ersten Tag sorgte Carlotta Buckel für das beste Ergebnis für den ABC. Sie wurde über 100 m der WJA in 12,27 Sekunden Zweite. Maxi Kullmann belegte über 800 m in 2:31,07 Minuten den achten Platz. Christian Kiemstedt (MJA) wurde über 100 m in 11,13 Sekunden Dritter wie auch Konstantin Filsinger über 1000 m der M15 mit 2:50,47 Minuten. Julian Jakob wurde dabei in 2:57,71 Vierter.

Am zweiten Tag startete Lisa Münzer über 200 m und lief in 26,48 Sekunden auf Platz zwei. Das gelang auch Christian Kiemstedt in 22,37 Sekunden. *(ps)*

Pfalz-Blockwettkämpfe der Schülerinnen

In Pirmasens am 20. Juni startete als Einzige vom ABC Ann-Kathrin Reil im Blockwettkampf Sprint der A-Schülerinnen (W15). Sie belegte mit 2425 Punkten den dritten Platz.

In den einzelnen Disziplinen erzielte sie folgende Leistungen: 100 m – 13,70 Sekunden, 80-m-Hürden – 13,13 Sekunden, Weitsprung – 4,90 Meter, Hochsprung – 1,56 Meter, Speerwurf – 13,59 Meter. *(ps)*

Neue Bestzeit

Nach 2:32 über 1000 m und 3:52,97 Minuten beim Internationalen Pfingstsportfest in Rehlingen über 1500 m, was eine neue Bestzeit für Patrick bedeutete, und den 1:50,41 über 800 m bei den Pfalzmeisterschaften sollte es am 5. Juni bei der Sparkassen-Gala in Regensburg ein erstes richtig schnelles Rennen werden, um für die DLV-Gala am 26. Juni in Wattenscheid die Startberechtigung zu bekommen. Auch musste er in dieser Saison wieder eine 1:48er Zeit laufen, um im B-Kader des DLV zu bleiben. Doch richtig schnell wurde es leider nicht. Alle Zeitläufe waren von Taktik auf den Sieg geprägt und so landete Patrick am Ende mit 1:51,34 Minuten nur auf Platz zwölf. *(ps)*

FOTOS: BUCKEL, MÜNZER, ENDRES, ABC-ARCHIV

Leben, wohnen, arbeiten und einkaufen. Direkt am Rhein.

Ludwigshafen,
die aufstrebende Stadt in der Metropolregion Rhein-Neckar.

LUKOM
Ludwigshafener
Kongress- und
Marketing-Gesellschaft mbH
www.lukom.com • Tel. 0621 69095-0

Marketing-Verein
Ludwigshafen e.V.

ASV - GASTSTÄTTE

LUDWIGSHAFEN a.Rh.

griechische u.
deutsche
Spezialitäten

(Party-Service)

Ein Stück Griechenland
ganz in ihrer Nähe

Inh. Fam. Papadopoulos
Saarlandstraße 60
67061 Ludwigshafen
Tel./Fax: 0621/57 31 72
Sie finden uns unter
www.ASV-Lu.de

NEUBAUER

Ihr Fleischerfachgeschäft

Fleisch- und Wurstspezialitäten
aus eigener Herstellung
Salate *Partyservice*

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

Petra Wenz, Fritz Seilnacht, Stefan Kalkbrenner, Maxi Kullmann, Christa Seilnacht, Michael Wenz, Konstantin Filsinger, Sebastian Bednarz, Patrick Schoenball und Mathias Thomann

Spaß an der Adria

Das alljährliche, beliebte Trainingslager an der Adria zwischen Ravenna und Rimini war auch dieses Jahr wiederum das Ziel für unsere Gruppe der Mittel- und Langstreckler um Fritz Seilnacht und wieder ein gemeinsames Trainingslager mit den Freunden vom LC Bingen.

Am 27. März traf sich die ABC-Truppe am Raschig-Parkplatz beim Südwest Stadion, wo sie als Letzte in den IC-Bus aus Bingen zustiegen und freudig von der Bingener Gruppe begrüßt wurden und los ging die Fahrt. Fritz Seilnacht hatte kostenbewusst, aufgrund der großen Teilnehmerzahl, auf eine Flugreise verzichtet, wofür jeder vollstes Verständnis aufbrachte. So genoss man auf der Reise mehr den näheren Sichtkontakt zur Natur und erkannte dazu manche Sehenswürdigkeiten rechts und links der Straße. Auch die Unterhaltung mit den Bingener Sportsfreunden kam dabei nie zu kurz. Der Kurs führte zunächst über die Autobahn bis Basel an die Schweizer Grenze und weiter durch den St. Gotthart Tunnel nach Italien, dann an

„Sichtkontakt zur Natur“

Mailand vorbei in südöstliche Richtung an die Adria zwischen Ravenna und Rimini zum Zielort Milano Marittima. Der Ort, wo im Sommer auch viele deutsche Touristen ihren Badeurlaub am breiten weißen Strand bei herrlichem Sonnenschein genießen, ist im Frühjahr noch etwas ruhiger und bestens geeignet zur Vorbereitung auf eine hoffentlich erfolgreiche Wettkampfsaison.

Wie im Vorjahr bezog die Gruppe wiederum Quartier im bewährten, sauberen Hotel Corona in unmittelbarer Strandnähe wo auch das tägliche Training unter Fritz Seilnacht stattfand. Mit von der Partie waren diesmal insgesamt 7 ABC1er: Michael Wenz, Sebastian Bednarz, Mathias Thomann, Stephan Kalkbrenner, Konstantin Filsinger, Maxi Kullmann und Patrick Schoenball, dazu die beiden Frauen der Seniorenklasse Petra Wenz und Christa Seilnacht die ihr eigenes Trainingsprogramm mit Schwerpunkt Langlauf absolvierten.

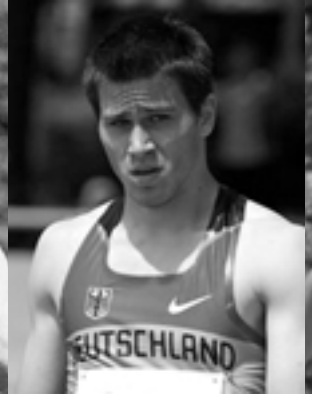
Da in diesem Jahr die Saison sehr lang werden sollte und man sich im Trainingslager nicht zu sehr verausgaben wollte, entschied sich der Trainer für ein spezielles Programm bei dem vor allem die Sprintfähigkeit und die Grundlagenausdauer, ergänzt mit Gymnastik, geschult wurden. Auch wichtige Erholungseffekte wurden dabei berücksichtigt.

Es blieb ausreichend freie Zeit für längere Spaziergänge, Besichtigungen und zum Besuch eines riesigen Freizeitparks in der Nähe von Milano Marittima. Unglücklicherweise wurde Stephan Kalkbrenner schon nach zwei Tagen krank. Er klagte über starke Schmerzen im Lendenbereich, die als Nierenkolik diagnostiziert wurden, sodass er vorsichtshalber die Heimreise antreten musste.

Das Wetter war durchwachsen wie man es im April zumeist hinnehmen muss. Es war sonnig aber es blies immer ein kalter, unangenehmer Wind. Der Aufenthalt und das tolle Training, vorwiegend am Strand an der gesunden Luft, hatte trotz allem viel Spaß gemacht. Es förderte „nach getaner Arbeit” gehörig den Appetit. Besonders bei unseren jungen „Hoffnungsträgern” waren Pizza und Pasta die angesagten Lieblingsgerichte. Die Trainingsleistungen waren zufriedenstellend. Es hatte sich für alle Teilnehmer wieder gelohnt.

Die Zeit in dieser harmonischen, fröhlichen Gruppe gemeinsam mit den Bingener Sportfreunden unter der Leitung von Carlos Verez, der in den Jahren 1996 bis 1998 im ABC ein erfolgreicher Mittelstreckler war, verging für alle viel zu schnell. Die Koffer für die Rückkehr mussten leider wieder gepackt werden. Gut erholt und frohen Mutes traten sie nach zehn Tagen wieder die Heimreise im IC-Bus an. *(ms)*

FOTOS: SEILNACHT



Frank Becker, Werner Schwaab, Andreas Schlindwein, Holger Elfert, Olga Becker, Christoph Kubera und Lisa Münzer

Zeulenroda

Beim Meeting in Zeulenroda am 13. Juni wurde Björn Schildhauer in der MJA im Dreisprung mit 14,87 Meter Zweiter. *(ps)*

Rheinland-Pfalz-meisterschaften

Am 19. Juni fanden in Ingelheim die Landesmeisterschaften statt. Der ABC konnte mit 5 Titel und zahlreichen Platzierungen sehr zufrieden sein. Bei den Frauen siegte Carlotta Buckel über 100 m in 12,28 Sekunden, Pia Dürr im Dreisprung mit 12,66 Meter und bei den Männern Patrick Schoenball über 800 m in 1:51,91 Minuten, Mathias Thomann über 5000 m in 15:32,86 Minuten und Martin Seiler im Dreisprung mit 15,18 Meter. Zweiter wurde Björn Schildhauer mit 15,12 Meter, womit er sich zunächst an die Spitze der DLV-Jugendbestenliste setzte. Dritte wurde Nicole Knapp im Weitsprung mit 5,68 Meter. Auf Rang vier kam Chamaine Gault über 200 m in 26,06, auf Rang fünf über 100-m-Hürden in 15,12 Sekunden und im Weitsprung mit 6,43 Meter auf Rang sechs. Rang vier belegte auch Christian Kiemstedt über 200 m in 22,39 Sekunden. Dominik Süß wurde über 110-m-Hürden in 15,62 Sekunden Fünfter und die noch nicht ganz wieder gesunde Jennifer Klein belegte im Hochsprung mit 1,60 Meter den siebten Platz. Christoph Kubera wurde über 100 m leider wegen eines Fehlstarts disqualifiziert. Bei der WJB holte sich Lisa Münzer über 100 m in 12,66 Sekunden und über 200 m in 26,47 jeweils den zweiten Platz. Maxi Kullmann wurde über 800 m in 2:30,68 Minuten Achte und über 400 m belegte Rebecca Hilgert in 64,52 Platz zehn und Annika Hock in 67,69 Platz dreizehn. *(ps)*

Senioren-DM

Bei der Senioren DM am 26. Juni in Kaiserslautern liefen in der Klasse M40 Holger Elfert und Werner Schwaab in der 4x100-m-Staffel unserer Startgemeinschaft mit der Tschft. Germersheim (Andreas Schlindwein) und LC Schifferstadt (Frank Becker) in 45,42 Sekunden zum Sieg. Bei den W40-Damen liefen Olga Becker und Andrea König-Werner mit Doris Hantz (SV Grün-Weiß Hochspeyer) und Anette Nagel (TV Bad Dürkheim) in 54,70 Sekunden auf Platz fünf. *(ps)*

Platz 2 der DLV-Jugend-bestenliste

Björn Schildhauer sprang 15,12

Junioren-Gala in Mannheim

Björn Schildhauer gewann in Mannheim am 3. Juli mit 14,93 Meter den Dreisprung der U20. Leider waren nur zwei Springer am Start. In den Einlagewettbewerben gab es für den ABC einige positive Überraschungen. Christian Kiemstedt siegte über 100 m der MJA in 11,04, Carlotta Buckel in der WJA in 12,03 und Chamaine Gault bei den Juniorinnen in 12,78 Sekunden. Stark war auch die 4x100-m-Staffel unserer Startgemeinschaft mit dem TV Nußdorf. Christoph Kubera

Christian Kiemstedt sprintet 11,04

Jennifer Klein, Melanie Koser, Annika Hock, Franziska Bauer, Rebecca Hilgert, Nicole Wagner und Inga Zeller

und Christian Kiemstedt liefen zusammen mit Max Schnarr und Stefan Estelmann bei den Junioren in 42,10 Sekunden auf Platz zwei. Lisa Münzer kam über 100 m bei der WJB in 13,30 auf Platz fünf und Christoph Kubera wurde bei den Junioren in 11,08 Fünfter, Dominik Süß in 11,70 Neunter. Unsere B-Schülerin Stella Engbarth siegte in der Klasse W12 über 75 m in 10,40 Sekunden. *(ps)*

Dürr und Knapp in Niedersachsen

Beim nationalen Springermeeting am 26. Juni in Harlingerode im Kreis Goslar in Niedersachsen gewann Pia Dürr den Dreisprung der Frauen mit 13,16 Meter und bei den Juniorinnen belegte Nicole Knapp im Weitsprung mit 5,61 Meter den dritten Platz. *(ps)*

Ludwigshafener Stadtlauf

Am 27. Juni fand der 15. Ludwigshafener Stadtlauf in der City, die zum Stadtteil „Südliche Innenstadt" gehört, statt. Die Organisatoren vom Sportamt und vom Ludwigshafener Sportverband hatten eine 1,2 km lange Runde abgesteckt. Bei den Schülern kam Julian Jakob als Zweiter in 3:52 Minuten über die 1200 m ins Ziel. *(ps)*

„Spiele im Hanauerland"

Bei den Hanauerland Spielen in Rheinau-Freistett am 3. Juli siegte Patrick Schoenball über 800 m in 1:52,74 Minuten. Nicole Knapp sprang im Weitsprung 5,75 Meter und belegte Platz acht. *(ps)*

Melanie in Herxheim

Nach längerer Trainings- und Wettkampfpause startete unsere A-Schülerin Melanie Koser erstmals in diesem Jahr am 8. Juli beim 2. Abendsportfest in Herxheim über 100 m und siegte in 13,31 Sekunden. Im Hochsprung bei den Männern siegte Nick Komarov mit 1,71 Meter. *(ps)*

Patrick in Biberach

Am 9. Juli beim German Meeting in Biberach an der Riss war auch Patrick Schoenball über 800 m am Start, wo er sich mit internationaler Konkurrenz messen konnte. In einem gut besetzten Feld lief er mit 1:50,80 Minuten zwar Saisonbestzeit, musste sich aber am Ende mit Platz sieben zufrieden geben. Sieger wurde in 1:47,97 Minuten der Marokkaner Mohcine El Amine vor dem Berliner Carsten Schlangen und dem Österreicher Raphael Pallitsch. *(ps)*

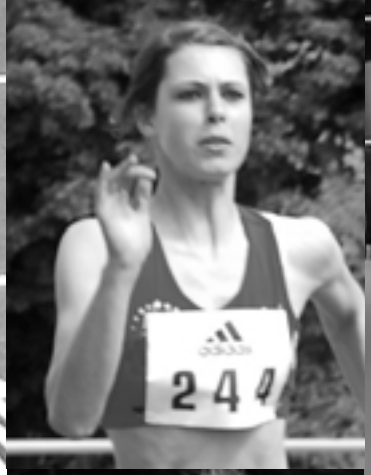
Süddeutsche Junioren- und Schülermeisterschaften

In St. Wendel kämpften am 24. und 25. Juli die Junioren und Schüler um die Süddeutschen Meistertitel. Am ersten Tag sorgte Carlotta Buckel aus Sicht des ABC für das beste Ergebnis. Über 100 m lief sie wie bei der Junioren-Gala in Mannheim 12,03 Sekunden und wurde Zweite. Christian Kiemstedt lief in seinem 100-m-Vorlauf 11,09, konnte sich aber für das Finale nicht qualifizieren. Über 110-m-Hürden lief Dominik Süß in 16,11 Sekunden auf Platz sechs, Nicole Knapp landete im Weitsprung mit 5,56 Meter auf Platz acht und Chamaine Gault mit 5,38 auf Platz elf. Den Einzug ins 800-m-Finale sicherte sich Patrick Schoenball als Zeitschnellster in 1:54,05 Minuten. Bei den A-Schülern kam Konstantin Filsinger über 3000 m in 10:01,8 Minuten als Achter ins Ziel. Über 80-m-Hürden der A-Schülerinnen konnte sich Franziska Bauer in ihrem Vorlauf 13,17 nicht fürs Finale qualifizieren, im Speerwurf kam sie mit 29,76 Meter auf Platz elf und im Weitsprung mit 4,42 Meter auf Platz zehn. Am zweiten Tag siegten dann Patrick im 800- →

„Ich wäre gerne unter 12 gelaufen"

Carlotta Buckel nach ihren 12,03 Sekunden

FOTOS: BUCKEL, MÜNZER, ENDRES, ABC-ARCHIV



FOTOS: BUCKEL, MÜNZER, ENDRES, ABC-ARCHIV

Bronze für Björn

m-Finale in 1:51,07 Minuten und Carlotta Buckel über 200 m in 24,99 Sekunden, wobei sie im Vorlauf sogar in neuer Bestzeit auf 24,95 kam. Christian Kiemstedt lief über 200 m im Vorlauf mit 22,20 Sekunden ebenfalls eine neue Bestzeit und kam im Endlauf in 22,24 auf Platz vier. *(ps)*

Jugend-DM

Vom 6. bis 8. August fanden in Ulm die diesjährigen Deutschen Jugendmeisterschaften statt. Am ersten Tag standen die 100 Meter der A-Jugend auf dem Programm. Carlotta Buckel kam mit 12,11 Sekunden als Erste ihres Vorlaufs direkt in die Zwischenläufe, wo sie sich in 12,12 für das Finale qualifizieren konnte. Dort kam sie mit 12,31 Sekunden auf Platz sieben. Christian Kiemstadt kam in seinem Vorlauf auf 11,18 Sekunden, wobei er über die Zeit ebenfalls weiter gekommen wäre. Doch auf den Zwischenlauf verzichtete er, um seine Kräfte für die 200 m am nächsten Tag zu schonen. Leider brachte das nichts, denn mit 22,41 Sekunden in seinem Vorlauf kam er nicht weiter. Besser machte es Carlotta. Sie lief in ihrem 200-m-Vorlauf in 24,97 Sekunden auf Platz zwei und war sicher im Finale.

Inzwischen hatte der Dreisprung begonnen. Björn Schildhauer startete verhalten mit 13,99 und dann 13,51 Metern. Doch im dritten Versuch landete er bei 14,73 und war nun auf Rang drei. Konnte er sich noch steigern, er hatte ja noch drei Versuche? In Führung lag Manuel Bigelmeier aus Günzburg mit 15,10 Meter vor Lou Buadi vom SCC Berlin, der bisher 14,86 Meter gesprungen war. Björn riskierte viel und hatte nun leider zwei ungültige Sprünge. Alles kam nun auf den letzten Sprung an. Endlich wieder ein gültiger Sprung, doch mit 14,64 blieb Björn auf dem dritten Platz und hatte die Bronzemedaille gewonnen. Für Carlotta ging es um 16.35 Uhr weiter. Sie startete mit der neuntbesten Zeit im 200-m-B-Finale. Und das entschied sie in hervorragenden 24,78 Sekunden für sich. Mit dieser Zeit wäre sie im A-Finale auf Platz fünf gelaufen. *(ps)*

Junioren-DM

Am 14. und 15. August starteten die Deutschen Juniorenmeisterschaften in Regensburg. Mit großen Hoffnungen war die 4x100-m-Staffel unserer Startgemeinschaft mit dem TV Nußdorf angereist. Doch mit einer Zeit von 42,91 Sekunden mussten Christian Kiemstedt und seine drei Nußdorfer Staffelkollegen als Dritte im fünften Vorlauf leider die Segel streichen. Das musste auch Patrick Schönball über 800 m. In seinem Vorlauf kam er in 1:51,56 Minuten ins Ziel, was leider nicht für die Qualifikation zum Endlauf reichte. Carlotta Buckel dagegen kam über 100 m in 12,23 Sekunden ins B-Finale, wo sie in 12,32 auf Platz sechs lief. Sonntags Vormittags waren die Vorläufe über 200 m angesetzt und Christian Kiemstedt wie auch Carlotta Buckel waren dabei. Doch leider scheiterten beide, Christian lief 22,05 und Carlotta konnte sich zwar mit 24,95 Sekunden wieder für das B-Finale qualifizieren, doch sie verzichtete.

Jetzt blieb nur noch der Dreisprung mit Björn Schildhauer für eine Top-Platzierung. Am Ende belegte er mit 14,86 Meter Platz fünf. Er war in Regensburg der Beste vom ABC. *(ps)*

Schüler-DM

Franziska Bauer war die Einzige vom ABC bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften der Schüler am 14. und 15. August in Hannover. Sie startete im Siebenkampf und lag nach dem ersten Tag auf Platz vierzehn. Die 80-m-Hürden bewältigte sie in 13,13 Seunden, im Hochsprung überquerte sie 1,53 Meter, im Kugelstoßen erzielte sie 11,00 Meter und die 100 m sprintete sie in 14,33 Sekunden. Das waren zunächst 2001 Punkte. Sonntags war die erste Disziplin war der Weitsprung. Franziska erzielte 4,87 Meter und beim anschließenden Speerwerfen kam sie auf 50,45 Meter. Leider verletzte sie sich und konnte, obwohl sie sich auf 3000 Punkte verbessert hatte, bei den abschließenden 800 m nicht mehr antreten. *(ps)*

Patrick in Königs Wusterhausen

Beim Stadionfest am 20. August in Königs Wusterhausen blieb Patrick Schoenball beim international besetzten 800-m-Rennen endlich unter 1:50 Minuten. In 1:49,49 Minuten wurde er hinter dem Kanadier Quin Zweiter. *(ps)*

Die Süddeutschen Meisterschaften

Vom ersten Tag, dem 21. August gab es für den ABC in Schwäbisch Gmünd bei den „Süddeutschen“ der Aktiven und B-Jugend wenig zu berichten. Die gemeldete 4x100-m-Staffel der Startgemeinschaft mit dem TV

Nußdorf und unsere beiden Dreispringer waren verletzungsbedingt nicht am Start. Für Lisa Münzer gab es über 100 m der WJB mit 13,25 Sekunden in ihrem Vorlauf leider kein Weiterkommen und die 4x100-m-Staffel der Startgemeinschaft mit dem TV Oppau, mit Inga Zeller, Melanie Koser, Nicole Wagner und Lisa Münzer, hatten ihr Rennen leider aufgegeben. Am zweiten Tag, dem 22. August, versuchte sich Lisa Münzer auch über die 200 m, doch in 27,21 war auch hier an ein Weiterkommen nicht zu denken. Blieb also nur noch Patrick. Zwei Tage nach seinem tollen Lauf in Königs Wusterhausen lief er in 1:50,61 Min. zum Süddeutschen Meistertitel. *(ps)*

Am 28. August war Patrick im belgischen Antwerpen am Start. Dort gewann er zwar die 800 m, doch mit 1:49,51 Minuten packte er die DLV-B-Kader-Norm leider wieder nicht. Nachdem er erst bei den „Deutschen" endlich schmerzfrei laufen konnte – der Physiotherapeut Oskar Steuerwald hatte einen Beckenschiefstand diagnostiziert und behandelt – war die Zeit wohl zu kurz, um noch schnellere Zeiten zu laufen. *(ps)*

Pfalzmeistertitel im Mehrkampf für Ann-Kathrin

Zum Schluss der Saison war Ann-Kathrin Reil als einzige vom ABC bei den pfälzischen Mehrkampfmeisterschaften am 5. September in Neustadt dabei. Sie startete bei den A-Schülerinnen im

Vierkampf der W15 und holte sich mit 1943 Punkten den Titel: Die 100 m lief sie in 13,77 Sekunden, im Weitsprung kam sie auf 4,88 Meter, beim Hochsprung überquerte sie 1,44 Meter und die Kugel stieß sie 9,47 Meter weit. Herzlichen Glückwunsch. *(ps)*

Björn Schildhauer, Lisa Münzer, Christian Kiemstedt, Carlotta Buckel, Ann-Kathrin Reil und Patrick Schoenball

„Lauf, was du kannst, du musst Tempo machen"

Das war die Devise von Trainer Seilnacht beim Vorlauf der DM
(siehe Seite19)

Pfalzmeistertitel für Alt und Jung

Mit den Pfalzmeisterschaften der Senioren und B-Schüler am 29. August in Haßloch war die pfälzische Bahnsaison zu Ende. Bei den Seniorinnen der W40 holte sich Andrea König-Werner über 100 m in 14,27 Sekunden, im Weitsprung mit 4,22 Meter und im Hochsprung mit 1,35 Meter im „Alleingang" die Titel. Im Kugelstoßen wurde sie mit 8,36 Meter Zweite. Im Diskuswerfen der M45 wurde Werner Schwaab mit 26,56 Meter Dritter, Holger Elfert mit 23,59 Vierter und Rainer Süß mit 21,00 Sechster. Bei den Schülern der M13 siegte Patrick Berlejung über 1000 m in 3:04,99 Minuten. Leon Pischem schied über 75 m der M12 mit 11,31 Sekunden im Vorlauf aus. Stella Engbarth lief die 75 m der W13 im Vorlauf in 10,44 Sekunden und wurde im Endlauf mit 10,79 Sekunden leider nur Vierte, das wurde sie auch im Weitsprung mit 4,57 Meter. Die 4x75-m-Staffel der W13 unserer Startgemeinschaft belegte in 44,25 Sekunden mit Jasmin Erhard, Sandra Wagner (beide TB Oppau), Maren Rihm und Katharina Seel Platz zehn.

Über die 800 m der W13 glänzte Katharina Seel in 2:32,61 Min. und gewann den Titel. *(ps)*

FOTOS: REIF, U.A.

Links außen Christian beim „Pokal der Freundschaft", daneben mit Trainingskollegin Bianca Kappler und rechts mit Dwight Phillips, dem Olympiasieger von Athen.

Zu Beginn in langen Hosen

Zum Saisonbeginn startete Christian Reif am 13. Mai beim 51. „Pokal der Freundschaft" in Dillingen, ein Wettkampf der gar nicht auf seinem Programm gestanden hatte. „Dann las ich aber im Internet, dass ich für die Pfalz nominiert war, dann bin ich da auch hin." Bei eisigen Temperaturen von 9 °C siegte er für die Pfalz mit 7,85 Metern. Angesichts der Bedingungen und der Tatsache, dass er schon seit Jahren nicht mehr so früh in der Saison im Weitsprung eingestiegen war, zeigte er sich sehr zufrieden mit diesem Ergebnis.

Am 16. Mai unterzog er sich dann in Pliezhausen im Schönbuchstadion beim 20. Internationalen Läufermeeting der „krummen Strecken" einem ersten Schnelligkeitstest. Über 80 Meter lief er in 8,97 Sekunden zum Sieg. Im Anschluss lief er, nach einem Fehlstart, außer Konkurrenz die 150 Meter in 16,74 Sekunden.

Eine Woche später am 22. Mai konnten die Zuschauer bei der Kurpfalzgala in Weinheim konnten die Zuschauer bei sommerlichen Temperaturen von 25 °C einen überragenden Christian erleben. Es war der Höhepunkt der Veranstaltung. Christian siegte im Weitsprung der Männer mit 8,22 Metern. Bereits im ersten Sprung übertraf er die magischen 8 Meter, die gleichzeitig EM-Norm darstellen. Im vierten Versuch steigerte er sich dann auf 8,15 Meter, bevor er im fünften Versuch noch einmal sieben Zentimeter drauf packte.

„Mit der Serie und auch der Weite hatte ich nicht gerechnet. Als es dann im Wettkampf jedoch gut lief, habe ich schon auch an die 8,20 Meter gedacht. Mit 8,22 Meter liege ich nun in der europäischen Bestenliste mit 10 Zentimeter Vorsprung auf Platz eins. Weltweit gesehen ist es aktuell die sechstbeste Weite. Jetzt nehme ich die 8,30 Meter in Angriff. Und zwar dort wo es drauf ankommt – in Barcelona", meinte Christian Reif nach dem Wettkampf.

Am Wochenende darauf, am 30. Mai, startete Christian Reif beim IAAF-World Challenge Meeting im niederländischen Hengelo. Dort pirschte er sich wieder ein Stück näher an die 8,30 Meter und die Weltspitze heran.

Bei deutlich kühleren Temperaturen wie in Weinheim und Regen hatte er zunächst zwei ungültige Versuche. Im dritten Durchgang sprang er dann vor dem Brett auf 7,86 Meter und auch beim vierte Versuch hatte er noch Probleme. Im fünften Versuch konnte er dann mit 8,07 Meter die zweimal geforderte EM-Norm abhaken, ehe er sich im letzten Durchgang bei optimalem Rückenwind von 1,9 m/s auf 8,27 Meter steigern konnte. Eine Bestleistung hatte bei Christian derzeit nicht lange Bestand.

8,22 m bei der Gala und 8,27 in Hengelo

Besser machte es an diesem Tag nur der dreifache Weltmeister und Olympiasieger von Athen Dwight Phillips aus den USA. Er sprang, allerdings bei zu starkem Rückenwind, auf 8,42 Meter.

Am 5. Juni startete Christian dann zum ersten Mal in Bad Langensalza. Christian war nicht zu bremsen. Dennoch musste er sich mit Platz drei zufrieden geben. Olympiasieger Irving Saladino aus Panama mit 8,30 Meter und der Landesrekord springende Finne Tommi Evilä mit 8,22 Meter lagen vor ihm. Ganz im Stile eines Champions agierte Irving Saladino. Der 27-Jährige sprang mit 8,15 Metern im zweiten Versuch an die Spitze, übertrat anschließend dreimal, fiel auf Rang drei zurück, um dann beim letzten alles entscheidenden Sprung mit 8,30 Metern den Sieg beim 17. Weitsprungmeeting in Bad Langensalza perfekt zu machen. Die Konkurrenz machte es dem Weltmeister von 2007 jedoch alles andere als leicht. Bestens aufgelegt präsentierte sich Tommi Evilä. Der WM-Dritte von 2005 startete mit 7,88 Metern in den Wettbewerb, flog dann dreimal auf 8,04 Meter und stellte im fünften Versuch mit 8,22 Metern seinen eigenen Landesrekord ein.

Nur einen Zentimeter dahinter mit 8,21 landete Christian, der zum dritten Mal in dieser Saison über 8,20 Meter blieb und auch mit seinem zweitbesten Sprung auf 8,16 Meter bei seiner Bad Langensalza-Premiere zu überzeugen wusste.

Beim 3. Nationalen Sprungmeeting am 12. Juni im Dillinger Parkstadion war Christian nicht wie ursprünglich geplant am Start. Nach den Wettkämpfen in den vergangenen Wochen hatte er mus-

Christian bei seinem 8,27-m-Sprung in Hengelo

kuläre Probleme und fühlte sich etwas platt. Da war das Verletzungsrisiko einfach zu hoch. Stattdessen glänzte er in der Rolle des Stadionsprechers, stellte aber fest: „Das ist gar nicht so einfach, wie ich es mir vorgestellt hatte."

Am 19. und 20. Mai fanden im norwegischen Bergen im „Fana Stadium" mit den Mannschaften von Finnland, Norwegen, Spanien, Italien, Russland, Weißrussland, Ukraine, Polen, Frankreich, Deutschland, Großbritannien, und Griechenland die Team-Europameisterschaften statt und da war Christian wieder am Start und vertrat die deutschen Farben.

Als europäischer Saisonbester mit 8,27 Meter schätzte er von seinen elf Weitsprung-Kontrahenten den Russen Pavel Shalin, der eine Woche zuvor mit 8,25 Meter persönliche Bestleistung sprang, den Finnen Tommi Evilä, der in Bad Langensalza nicht nur finnischen Rekord sprang, sondern auch Christian besiegte, und den Briten Chris Tomlinson, der eine Bestweite von 8,29 Meter aufzuweisen hatte und in dieser Saison schon 7,98 Meter gesprungen war, als stärkste Konkurrenten ein. Doch am Ende blieb Christian bei der Team-EM nur der sechste Platz und für ihn enttäuschende 7,80 Meter.

„Jetzt nehme ich die 8,30 Meter in Angriff"

Sein Statement danach war entsprechend:

„Nachdem die letzten vier Wochen mit drei Wettkämpfen über 8,20 Meter fantastisch liefen, musste ich jetzt bei der Team-EM einen Rückschlag hinnehmen. Mit drei Sprüngen standen gerade einmal 7,80 Meter für mich zu Buche. Nach drei Versuchen erhielten die bis zu diesem Zeitpunkt vier besten Springer einen weiteren vierten Versuch. Am Ende fehlten mir 4 Zentimeter, um Vierter zu werden. Wind und Wetter waren sicherlich nicht der Grund für dieses Ergebnis. Schade, dass es mir im Nationaltrikot nicht gelungen war, eine gute Weite zu erzielen. Wenn man mit einer Vorleistung von 8,27 Meter anreist, ist diese Leistung natürlich absolut indiskutabel."

Danach war erst einmal „Funkstille" – auch auf seiner Homepage. Erst bei den Deutschen Meisterschaften am 17. und 18. Juli in Braunschweig griff er wieder in das Wettkampfgeschehen ein. Insgesamt 6 ABC1er waren für die Deutschen Meisterschaften gemeldet. Mehr darüber steht ab Seite 19. *(ps)*

Christians Liebeserklärung an Bad Langensalza:

„Ich könnte jede Woche hier springen"

„Das schönste Meeting, dass ich je erlebt habe."

Abklatschen von Christian nach den 8,21 m in Bad Langensalza

Lisa besticht mit 4,60 Meter

Lisa Ryzih glückte am 30. Mai ein glänzender Saisoneinstieg. Sie verbesserte im polnischen Sopot ihre Freiluft-Bestleistung um zehn Zentimeter auf 4,60 Meter. Bei dem Wettkampf wurde die U23-Europameisterin höhengleich hinter der Weltmeisterin Anna Rogowska aus Polen Zweite. Die 21-Jährige übertraf damit auf Anhieb die zweimal geforderte WM-Norm von 4,50 Metern. Bereits jetzt zeichnete sich der erwartet harte Kampf im Frauen-Stabhochsprung um die EM-Startplätze in Barcelona ab, denn die Leverkusenerin Silke Spiegelburg mit zweimal 4,70 m und die Mainzerin Carolin Hingst mit 4,50 m lagen ebenfalls auf Kurs.

Lisas nächster Wettkampf war am Samstag, den 5. Juni, beim Sparkassen-Meeting in Regensburg. Dort traf sie auf die Mainzerinnen Anna Battke, die in Baunatal zuvor ebenfalls 4,60 Meter übersprungen hatte, und Carolin Hingst. Auf diesem erwarteten Niveau präsentierten sich dann auch die Stabhochspringerinnen. Die EM-Norm von 4,50 Metern war dort längst nur noch Formsache. Carolin Hingst reichten drei Sprünge mit 4,60 Meter zum Sieg . Lisa und Anna Battke teilten sich mit jeweils 4,50 den zweiten Platz.

Für den U23-Länderkampf gegen Polen, der traditionel alle 2 Jahre ausgetragen wird, standen dieses Jahr am 12. Juni in Bydgoszcz Lisa Ryzih und Martin Seiler im deutschen Aufgebot. Das DLV-Team setzte sich mit 207 zu 171 Punkten durch. Dabei gewann Lisa den Stabhochsprung mit 4,30 Meter und Martin wurde im Dreisprung mit 15,65 Zweiter. Starker, drehender Wind verhinderte leider in den technischen Disziplinen die Top-Leistungen. „Es war relativ kalt. der Wind drehte sich durchs ganze Stadion, man musste immer lange warten", meinte Lisa und beklagte das mangelnde Interesse von Zuschauern.

Bei der DLV-Gala in Wattenscheid am 26. Juni sollte es dann ein Aufeinandertreffen aller deutschen Frauenasse im Stabhochsprung kommen. Als einzige Nichtdeutsche komplettierte die Russin Svetlana Feofanova das Starterfeld mit Silke Spiegelburg, Anna Battke, Lisa Ryzih, Carolin Hingst, Kristina Gadschiew und Julia Hütter. Es wurde ein direkter „Schlagabtausch" vor den Deutschen Meisterschaften für die EM-Nominierung. Bei 4,36 war Lisa in den Wettkampf eingestiegen und schaffte diese Höhe im zweiten Versuch. Für die 4,51 benötigte sie ebenfalls zwei Versuche. Alle Springerinnen waren noch dabei. Doch bei 4,61 waren es nur noch drei. Ausgeschieden war Lisa, die leider nur Platz fünf belegte.

Nur vier Tage später am 30. Juni gab es dann einen deutschen Doppelsieg beim Meeting im französischen Reims. Kristina Gadschiew vom LAZ Zweibrücken siegte mit 4,60 vor Lisa die 4,50 übersprang. Am 2. Juli beim World-Challenge-Meeting in Madrid, der spanischen Hauptstadt, wusste Lisa mit 4,51 und Platz zwei zu überzeugen.

Vor den Deutschen Meisterschaften trafen sich die deutschen EM-Kandidatinnen im Stabhochsprung noch einmal am 9. Juli beim German Meeting „Weltklasse in Biberach an der Riss" zur letzten Standortbestimmung. Am Start waren Carolin Hingst vom USC Mainz, Kristina Gadschiew vom LAZ Zweibrücken und Lisa, die alle schon 4,60 Meter übersprungen hatten und Julia Hütter vom LAZ Bruchköbel. Nur Silke Spiegelburg fehlte. Der Wett-

FOTOS: BUCKEL, REIF, RYZIH, ABC-ARCHIV, U.A.

kampf am Freitagabend brachte dann eine faustdicke Überraschung. Carolin Hingst sprang an Europas Spitze. Sie verbesserte mit 4,72 Metern ihre persönliche Freiluft-Bestleistung um sechs Zentimeter und war nun Europas Jahresbeste. Julia Hütter zeigte mit 4,50 aufsteigende Tendenz, konnte aber der herausragenden Carolin Hingst genauso wenig gefährlich werden wie auch Lisa, bei der es am Ende nur 4,40 Meter waren. *(ps)*

Gold, Silber und Blech bei der DM

Als erster vom ABC war am 17. Juli bei den Deutschen Meisterschaften in Braunschweig Patrick Schoenball an der Reihe und zwar um 13.30 Uhr im ersten von drei Vorläufen über 800 m und das war auch der schnellste. Mit 1:51,29 Minuten qualifizierte sich Patrick als Siebter für die letzten Acht am Sonntag im Finale. Um 13.30 begann der Dreisprung der Frauen und wir hofften natürlich für Pia Dürr, dass sie zu mindest das Finale der letzten Acht erreichen und 6 Versuche absolvieren würde. Das Springen begann für alle sehr verhalten. Pia kam im ersten Versuch auf magere 11,64 Meter. Doch dann steigerte sie sich im zweiten Versuch auf 12,80 und lag auf Platz neun. Im dritten Versuch gelangen ihr 12,89 Meter, was aber leider nur für Platz zehn reichte, da sich die Konkurrenz gewaltig gesteigert hatte. Nichts war es also mit dem Endkampf. Für Pia doch etwas enttäuschend, zumal sie ja mit einer Bestleistung von 13,16 Metern angereist war.

Um 17.05 Uhr waren die Weitspringer gefragt. Alle warteten gespannt auf den Zweikampf zwischen Christian und Sebastian Bayer. Gleich zu Beginn legte Christian 8,18 Meter vor, während Sebastian auf 7,71 Meter kam.

Robin Schembera, Patrick Schoenball und Sebastian Keiner; Lisa Ryzih, Pia Dürr und Björn Schildhauer

Und das sollte bis zum Ende so bleiben, wo Christian auch noch prima Werbung für den ABC machte – er warf sein rotes ABC-T-Shirt ins Publikum.

Sonntags ging es dann mit dem Stabhochsprung der Frauen um 12.00 Uhr weiter. Doch bis Lisa in den Wettkampf eintrat dauerte es noch eine Weile, denn die Anfangshöhe war bei 3,80 Meter. Um 12.10 begannen der Dreisprung der Männer. Nach dem Vorkampf mit drei Durchgängen lag Martin Seiler mit 15,52 Metern auf Platz sechs und war im Endkampf der letzten acht dabei. Er durfte noch weitere drei Sprünge machen. Björn Schildhauer kam leider nicht an seine Bestweite heran und landete mit 14,58 Meter wie Pia auf Platz zehn. Trotzdem ein schöner Erfolg für ihn, der ja noch A-Jugendlicher ist. Martin konnte sich im fünften Durchgang auf 15,72 Meter steigern und lag am Ende mit nur sieben Zentimeter Rückstand auf den Zweitplatzierten auf Platz fünf.

Spannend wurde es im Stabhochsprung der Frauen, ging es doch nicht nur um den Sieg, sondern auch darum, welche drei Springerinnen nach Barcelona zur EM fahren würden. Lisa stieg bei 4,25 Meter in den Wettkampf ein und schaffte diese Höhe im ersten Versuch. Die 4,35 ließ sie aus. Die 4,40 übersprangen Sike Spiegelburg und Kristina Gadschiew ohne Problem, Lisa und Anna Battke rissen, Julia Hütter ließ aus. Es waren noch sechs Athletinnen im Wettbewerb. Lisa pockerte hoch. Sie ließ den zweiten und dritten Versuch über 4,40 aus. Doch auch bei 4,45 riss sie wieder im ersten Anlauf wie auch Julia Hütter, während Carolin Hingst die Höhe meisterte. Anna Battke war an 4,40 gescheitert. Und dann war Durchatmen angesagt. Lisa nutzte ihre letzte Möglichkeit im Wettbewerb zu bleiben und flog über 4,45. Die nächste Höhe waren 4,50 und das Pockern ging weiter. Silke Spiegelburg ließ aus. Hingst war drüber und Kristina Gadschiew riss. Schaffte es Lisa? Ja, gleich im ersten Versuch und ebenso auch über 4,55. Hingst hatte ausgelassen und für Kristina

Gadschiew war es leider vorbei. Lisa war die Erste, die 4,60 Meter schaffte, während Hingst einen Fehlversuch mehr hatte. Silke ließ wieder aus.

Das Ticket nach Barcelona war Lisa sicher, doch der Wettkampf war noch nicht zu Ende. Silke Spiegelburg riss genau wie Lisa 4,65 im ersten und auch im zweiten Versuch. Im dritten klappte es für die erleichterte Silke. Lisa hatte ausgelassen und nutzte ihren letzten Versuch bei 4,70 Meter. Doch die Luft war raus und sie lief durch, sie war platt. Bei 4,75 war es dann auch für Silke Spiegelburg zu Ende und nur noch Carolin Hingst, die noch einen Versuch übrig hatte, war im Wettbewerb. Sie versuchte sie sich an 4,80 Meter. Doch das war wirklich noch zu hoch. So blieb es bei Silber für Lisa.

Über 800 m im Männerfinale dachten alle, dass Robin Schembera und Sebastian Keiner noch einmal versuchen würden, die EM-Norm zu knacken. Aber es wurde leider ein Bummelrennen, das mit einer Überraschung endete. Sören Ludolph von der LG Braunschweig siegte in 1:50,54 vor Schembera. Und beinahe hätte Patrick Schoenball den drittplatzierten Sebastian Keiner, der sich mit nur sieben Hundertstel vor Patrick ins Ziel retten konnte, im Schlussspurt abgefangen. Patrick wurde in 1:51,43 Vierter – ein toller Erfolg. *(ps)*

„Ich wusste nicht genau, wo ich nach vierwöchiger Wettkampfpause stehe."

Mit 4,65 EM-Bronze für Lisa

Zwei vom ABC bei der EM in Barcelona. Welcher Verein konnte so etwas schon vorweisen? Wir waren alle sehr stolz auf unsere beiden Asse. Zuerst ging es am 21. Juli zur Vorbereitung nach Kienbaum und für Christian am 24. zusammen mit seiner Trainingskollegin Bianca Kappler, die ebenfalls den Deutschen Meistertitel erringen konnte und seinem Trainer Uli Knapp nach Barcelona.

Bei der Eröffnungsfeier am 26. Juli in Barcelona wurde Christian eine ganz besondere Ehre zu Teil und auf die war er sehr stolz. Er führte am Abend das deutsche Team bei der Sportlerparade auf der Prachtstraße Avenida Maria Cristina als Fahnenträger an. Der letzte Fahnenträger aus den Reihen von PX/ABC war 1957 Erich Bremicker beim Länderkampf gegen Luxemburg gewesen.

Für Lisa stand am 28. Juli die Qualifikation auf dem Programm. Und die meisterte sie problemlos. Lisa war bereits bei 4,35 Metern in den Wettkampf eingestiegen und hatte diese Höhe im zweiten Versuch übersprungen. Da überhaupt nur zwölf Springerinnen die 4,35 Meter meisterten, stand sie wie auch die Leverkusenerin Silke Spiegelburg und Carolin Hingst vom USC Mainz, die die europäische Jahresbestenliste anführte, im Finale.

Und das wurde eine Klasse für sich. Lisa kämpfte sich zunächst nach einem schwierigen Start mit zwei Fehlversuchen über 4,55 Metern in den Endkampf hinein und stellte dann allerdings gleich im ersten Versuch mit 4,65 Metern nicht nur eine neue persönliche Bestleistung auf sondern sicherte sich damit auch sensationell die Bronzemedaille, da alle anderen Springerinnen, die diese Höhe gemeistert hatten, mehr Versuche benötigten. Vielleicht wäre sogar noch mehr möglich gewesen, hätten Lisa im letzten Versuch bei aufgelegten 4,75 Meter die Nerven nicht einen Streich gespielt, als sie den Anlauf abbrach. „Ich konnte keinen Schritt mehr machen. Aber ich wusste, dass ich das kann. Ich bin überglücklich. Das war mein Traum", sagte Lisa danach. „Es war so schwer". *(ps)*

Lisa nach der Qualifikation:

„Ich hatte mir vorgenommen rauszugehen und 4,35 zu springen. Das hat geklappt. Dann war es etwas chaotisch. Wir wussten nicht, ob die Höhe schon reicht. Die Kampfrichter wussten es auch nicht. Die haben gezählt und gerechnet. Sonst sitzen die Trainer mit ihrem Stift und ihrem Block da und schreiben mit. Aber auch die haben diesmal keine Ahnung gehabt."

Auf leichtathletik.de erzählte sie wie sie das Finale erlebt hatte:

Lisa Ryzih, wie fühlt es sich an, Bronze gewonnen zu haben?

Super! Ich bin total glücklich. Ich habe natürlich gewusst, was ich kann. Ich habe gehofft, dass alles klappt, wie ich es mir vorgestellt habe. Aber Traum und Realität ist immer etwas anderes. Ich glaube, das hat keiner von mir erwartet. Ich bin so zufrieden, dass es eine Medaille geworden ist und nicht der vierte Platz.

Können Sie Ihren Tag und den Wettkampf beschreiben?

Es war total schwer. Wir sind schon um halb vier am Nachmittag aus dem Hotel los, jetzt ist es halb zehn. Ich bin fix und fertig. Der Wind war schwierig. Wir haben erwartet, dass es jeden Moment zu regnen anfängt. Es war auch körperlich schwer. Manchmal stand ich da und wusste nicht, was ich hier mache. Dann habe ich mir wieder gedacht: Spring drüber, du kannst es doch.

Wie war ein so guter Wettkampf möglich, wenn Sie sich eigentlich nicht wohl gefühlt haben?

Wenn man einmal drin ist, ist man drin. Ich habe nach den 4,55 Metern für die 4,65 Meter den Stab nicht gewechselt. Bei 4,75 Meter war es dann ein anderer. Da stand ich am Anlauf und habe mir gesagt, du kannst hier Zweite werden. Das wäre Wahnsinn gewesen.

Bei den 4,75 Metern haben Sie lange gezögert und sind letztlich durchgelaufen, was war da los?

Ich stand da, zwei Minuten lang und konnte keinen Schritt machen. Ich habe innen drin keine Welle mehr gespürt. Alles vor mir und die Matte war ganz weit weg.

Sie haben in diesem Augenblick mit sich selbst geredet und sich ans Herz gefasst, warum diese Gesten?

Ich habe meinem Vater gezeigt: Ich kann nicht mehr. Bei uns heißt es immer: Such die Welle und spring mit der Welle. Ich habe gezeigt, das da nichts ist. Ich habe mir Mut zugesprochen und gesagt: Spring jetzt, die gucken dich alle an. Aber ich konnte physisch einfach nicht.

Hatten Sie Angst vor der Höhe?

Nein, überhaupt nicht, auch vor dem neuen Stab nicht. Ich hatte schon etwas in der Hand. Nach den 4,65 Metern habe ich nur noch gewartet, dass die anderen nicht mehr drüber springen. Wenn man dann eine Medaille hat, ist es natürlich schön.

„Spring jetzt, die gucken dich alle an"

FOTOS: RYZIH, U.A.

Dann sind Sie aber doch noch angelaufen...

Ich bin noch einmal vor bis zur Matte gelaufen. Mein Vater hat gesagt, ich soll das so machen, um noch einmal zu winken und Dankeschön zu sagen. Das gehört sich so.

Wie hat die Kommunikation mit Ihrem Vater funktioniert?

Es war schwierig. Die Kampfrichter waren hier total streng. Ich habe schon eine Ermahnung bekommen, weil ich Magnesia auf den Boden gestreut habe. Das mache ich immer, damit ich weiß, wo ich loslaufen muss. Die Kampfrichter sind aber hinter mir gelaufen und haben alles weggewischt. Als ich fertig war, wurden die 200-Meter-Läufe gestartet und ich durfte nicht rüber. Ich habe meinen Vater noch gar nicht umarmt.

Wie war dann die Ehrenrunde?

Es war wunderbar. Ich wollte den Moment auskosten. Ich habe zwar nicht darauf gewartet, aber ich habe es mir erhofft. Ich wollte in der Mixed-Zone Interviews geben und nicht mit Tränen durchlaufen und keiner guckt mich an.

„Ich bin total glücklich“

Die Weitsprungqualifikation für Christian war fast zur gleichen Zeit wie Lisa´s Finale. Und er machte es gehörig spannend, fast stand er vor dem Aus. Er benötigte den dritten Versuch, um die Qualifikation zu überstehen. Dort aber packte er einen Wahnsinnssatz auf 8,27 Meter aus und erlöste seine Fans.

„Ich wollte es nicht so spannend machen. Technisch war der Sprung nicht mal gut." Nach einem ungültigen Sprung und einem zweiten Versuch auf 7,79 Metern bewies Christian Nervenstärke. Er stellte bei einem Rückenwind von 1,6 Metern pro Sekunde seine persönliche Bestleistung, mit der er auch die europäische Jahresbestenliste anführte, exakt ein und zeigte seiner Konkurrenz wie sehr mit ihm im Finale zu rechnen sein würde.

„Ich wusste, ich schaffe das"

Christian Reif war dann im Finale einfach nicht aufzuhalten. Nach zwei Sprüngen war es wie schon in der Qualifikation kritisch. Nur 7,87 Meter hatte er bis dahin auf der Habenseite, denn der erste Sprung war übergetreten. Das vorzeitige Aus nach drei Durchgängen drohte. Dann aber folgte mit einer unfassbaren Nervenstärke der weite Satz auf Platz drei der ewigen deutschen Bestenliste, zur Weltjahresbestleistung und zum EM-Rekord. 8,47 Meter bei 1,6 Metern pro Sekunde Rückenwind, danach kannte der Jubel bei Christian erst einmal keine Grenzen.

Er sah die Weite auf der Tafel, sank auf die Knie, reckte den Kopf zum Himmel und schrie seine Freude schrill durch die Arena. „Mein Ziel war eine Medaille. Aber klar! Nach den guten Weiten zuvor hatte ich natürlich von diesem Gold geträumt." 8,47 Meter im dritten Versuch: Persönliche Bestleistung, Meisterschaftsrekord und Weltjahresbestleistung! Noch nie zuvor war ein Weitspringer bei einer Europameisterschaft weiter gesprungen.

Und es war Genießen angesagt. Die Sprünge vier und fünf ließ er aus, erst zum sechsten Durchgang schritt er im sicheren Gefühl des großen Triumphes wieder zur Anlage. Das Olympiastadion gehörte ihm. Ausgelassen jubelnd jagte er nach exakt 8,00 Metern aus der Grube, um sich dann auf der Ehrenrunde für sein Husarenstück gebührend feiern zu lassen. Nur zwei Springer konnten sich im Endkampf der besten Acht noch verbessern. Kaftien Gomis aus Frankreich flog mit einer neuen Bestleistung von 8,24 Metern mit dem letzten Sprung zu Silber. Dem Briten Chris Tomlinson blieb mit einem Zentimeter weniger die Bronzemedaille. Der Christian hatte gewonnen. *(ps)*

„Wenn man so gut drauf ist wie ich, sollte man sich keine schlechten Gedanken machen. Aber nach den zwei schlechten Sprüngen hatte ich Bedenken. Beim ersten Versuch hat der Anlauf nicht gepasst, beim zweiten habe ich viel verschenkt. Dann habe ich mich aber selbst überrascht. Acht Meter kann ich zwar locker springen, aber nicht nach diesen beiden Sprüngen. Beim dritten habe ich alles riskiert. So ist mir der Verlauf aber lieber als 8,00 Meter im ersten. Der Spanier Cacares ist nun mit Heimvorteil natürlich einer der Mitfavoriten."

Christian trug die deutsche Fahne bei derEröffnungsfeier

Das Interview danach auf leichtathletik.de:

Christian Reif, Glückwunsch! Wasist Ihnen vor dem dritten Versuch durch den Kopf gegangen?

Ich wusste, dass ich weit springen kann, so wie ich es in der Qualifikation auch gemacht habe. So viele Körner mich die Qualifikation auch gekostet hat, sie hat mir noch mehr Selbstvertrauen gegeben. Ich wusste, ich schaffe das. Ich habe das auch vor dem Sprung zu mir gesagt und es hat geklappt.

War Ihnen klar, dass der Spung so weit war?

Dass es 8,47 Meter waren, habe ich erst gemerkt, als es an der Anzeigetafel stand. So genau spüre ich die Weite nicht. Ich wusste aber, dass er weit war. Das habe ich im Absprung schon gemerkt. 8,45 habe ich mir zugetraut. So ist es etwas mehr geworden.

Wie sind Sie so selbstsicher geworden?

Ich musste mit Psychologen zusammen arbeiten. Ich habe die Selbstsicherheit jetzt verinnerlicht, werde aber weiter mit den Psychologen arbeiten. Das hilft immer wieder. Genauso, wie ich auch weiter trainieren muss. Ich höre jetzt nicht auf. Ich hole mir den deutschen Rekord, im nächsten Jahr vielleicht schon.

Warum haben Sie auf den vierten und fünften Sprung verzichtet?

Der Fuß hat ohne Ende weh getan, schon nach dem zweiten Versuch. Den Sechsten habe ich dann für das Publikum gemacht. Ich habe noch meine Eltern angeguckt. Mein Vater hat gesagt: Mach das nicht. Dann habe ich noch eine Anlaufkontrolle gemacht und das Okay bekommen. So war es ein schöner Abschluss. Die Weite im letzten Sprung habe ich gar nicht mitbekommen, weil ich so schnell aus der Grube gesprungen bin.

„Natürlich hatte ich vom Gold geträumt"

Sind Sie jetzt endgültig in der Weltspitze angekommen?

Sicher. Die 8,47 Meter sind Weltjahresbestleistung. Vorher hat sie Dwight Phillips mit 8,46 Metern gehalten. Er hat mir über Facebook geschrieben, dass ich 8,50 Meter springen und Europameister werden soll. Wir sind Freunde und ich glaube, er freut sich über meine Weite. Wir Europäer können die Springer aus aller Welt schlagen.

Wie werden Sie feiern?

Erst einmal gibt es noch eine Pressekonferenz und eine Dopingkontrolle. Deshalb habe ich viel zu Trinken dabei. Dann habe ich noch eine Woche Urlaub in Barcelona. Ich werde also noch ein paar Tage feiern.

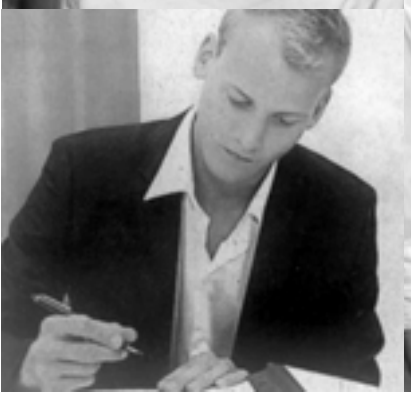
FOTOS: REIF, U.A.

Der Traum vom Sieg wurde wahr

Christian sprang mit 8,47 Metern zum EM-Gold

„Mein Ziel war eine Medaille. Aber klar!“

Die 100-m-Europameisterin Verena Sailer und Christian im ZDF-Sportstudio – Lisa und Christian in der SWR-Sendung „Flutlicht“ – Christian trägt sich ins „Goldene Buch“ seiner Heimatgemeinde ein



Volles Programm danach

„In Zürich dabei zu sein ist Wahnsinn“

Einen Tag früher als geplant beendete Christian seinen Urlaub in Barcelona, um Samstags am 7. August im „aktuellen sportstudio“ des ZDF bei Wolf-Dieter Poschmann zu Gast zu sein. Mit dabei war auch Verena Sailer, die 100-m-Europameisterin von der MTG Mannheim. Beim abschließenden Torwandschießen mussten sich beide allerdings geschlagen geben.

Den nächsten Auftritt hatte Christian mit Lisa am Tag darauf bei Anke Feller, der ehemaligen 400-m-Weltklasseläuferin, in der SWR-Sendung „Flutlicht“.

Montags durfte sich Christan in das Goldene Buch seiner Heimatgemeinde Böhl-Iggelheim eintragen. Dienstags hatte der Landes sportbund von Rheinland-Pfalz, die Sparkasse Vorderpfalz und der ABC zum großen Empfang ins Ludwigshafener Europahotel eingeladen. Werner Schröter, der LSB-Vizepräsident, lobte unsere beiden Asse. Erfolgreiche Sportler seien wie Diamanten. „Sie strahlen erst, wenn sie den richtigen Schliff bekommen”, sagte Werner Schröter. Im Falle von Christian Reif und Lisa Ryzih stimmten eben die Rahmenbedingungen: „Aber erst das Zusammenwirken bringt den Erfolg.” Dass gleich zwei Athleten vom ABC mit Medaillen aus Spanien nach Hause kamen, freute unseren Vorsitzenden Karl-Georg Egenberger ganz besonders. „Das gab es so in unserer Klubgeschichte noch nie.” Und Roger Lewentz, der Staatssekretär aus dem Ministerium für Inneres und Sport von Rheinland-Pfalz, war sich sicher, „dass wir an beiden Sportlern noch lange, lange Freude haben werden”. *(ps)*

Lisa in Stockholm

Nach der EM war Lisa am 6. August beim Diamond-League-Meeting in Stockholm gestartet. Dort gelang ihr aber mit 4,41 Metern nur ein neunter Platz. Der Sieg ging an die Europameisterin Svetlana Feofanova mit 4,71 vor Silke Spiegelburg, die 4,61 übersprang. *(ps)*

Lisa und Christian im Letzigrund

Beim Diamond-League-Meeting am 19. August im Letzigrund-Stadion in Zürich gab es den direkten Vergleich mit der Weltelite. Im Vorfeld der Veranstaltung sah sich Christian zu einer ähnlichen Weite wie in Barcelona allerdings nicht in der Lage. „Ich denke, dass ich 8,20 oder 8,30 Meter springen kann, aber mehr nicht. Die EM war einfach der Höhepunkt, doch nichts ist unmöglich”. Er musste sich dann aber mit 8,11 Meter seinem Freund Dwight Phillips geschlagen geben, der mit 8,20 Meter siegte und auch den Diamanten ann. „Es ist keine Schande gegen den Weltmeister zu verlieren“, meinte Christian danach. Nach dem Wettkampf gab er sich sehr zufrieden. Schließlich hatte ihn am Ende die ein oder andere Widrigkeit nicht davon abgehalten, seinen nächsten Acht-Meter-Wettkampf zu zeigen. Den Belang empfand er nicht unbedingt als schnell und obendrein plagten Christian immer noch Fußprobleme. An der Einstellung nach dem EM-Triumph mit vielen Folgeterminen lag es nicht, dass er nur schwer in den Wettkampf fand. „Ich war schon sehr motiviert”, sagte Christian. Der Wettkampfverlauf drückte dann aber doch auf die Spaßbremse. Retten konnte er sich trotzdem, gerade das kristallisierte sich als seine große Stärke heraus. Dennoch mochte er eigentlich gar nicht mehr zittern: „Irgendwann geht es nämlich mal schief und das will ich nicht.” Mit Blick auf sei- →

LSB-Präsidentin Karin Augustin, unser Vorsitzender Karl-Georg Egenberger, Lisa, Christian und der rheinland-pfälzische Staatssekretär Roger Lewentz

FOTOS: ENDRES, REIF, RYZIH, U.A.

nen nächsten Start drei Tage später beim ISTAF verband Christian am Ende seines Arbeitstages in der Schweiz deshalb auch noch ein Versprechen: „In Berlin mach' ich es besser." Das Stadion Letzigrund verließ er aber auf jeden Fall schon mit einem guten Gefühl. „In Zürich dabei zu sein ist Wahnsinn. Es gibt mir Selbstvertrauen, dass es nach der EM jetzt auch hier geklappt hat." Lisa war ebenfalls dabei und übersprang 4,51 Meter. Sie wurde hinter der höhengleichen Lacy Janson Fünfte. Es siegte die Brasilianerin Fabiana Murer mit 4,81 m vor der Europameisterin Svetlana Feofanova (4,71 m). *(ps)*

FOTOS: REIF, RYZIH, U.A.

Christian siegte beim ISTAF

Beim traditionellen ISTAF, dem Internationalen Stadionfest in Berlin am 22. August, hatte man wegen Christian nachträglich den Weitsprung ins Programm aufgenommen und so kam es zu einem direkten Vergleich mit Sebastian Bayer vom Hamburger SV. Für einen kurzen Moment lag Sebastian vor Christian. Im letzten Sprung hatte er seine Saisonbestleitung auf 7,98 Meter gesteigert und Christan überholt. Der konterte dann aber und holte sich mit 8,06 Metern im letzten Versuch den Sieg. Schwere Beine und Müdigkeit – Christian fühlte sich in Berlin alles andere als gut. Entsprechend waren auch die ersten Sprünge. Eigentlich hatte er versprochen, es in Berlin besser wie in Zürich zu machen, doch daraus wurde nichts. Er pendelte sich bei Weiten um ein und machte es wieder bis zum Schluss zu einer Zitterpartie. „Den letzten Sprung habe ich mir dann ein bisschen rausgequält", erklärte Christian. Er wollte den Zuschauern einen ordendlichen Sprung bieten. Überstrahlt wurde die Veranstaltung aber von einem wahnsinns Weltrekord über 800 m. Der Kenianer David Rudisha verbesserte die 13 Jahre alte Bestmarke des Dänen Wilson Kipketer, der eigentlich auch ein Kenianer war, um 3 Hundertstel Sekunden auf sagenhafte 1:41,09 Minuten (1 Woche später in Rieti sogar auf 1:41,01). *(ps)*

Kein Risiko in Beckum

Am 29. August beim Stabhochsprung-Meeting in Beckum ging Lisa bei starkem Regen auf Sicherheit und ging kein Verletzungsrisiko ein. Sie überquerte mit lediglich acht Schritten Anlauf als Fünfte. „Mit dieser Leistung war ich bei diesen Bedingungen zufrieden, denn mein Rekord mit acht Schritten Anlauf steht bei 4,35 Metern – erzielt aber bei wesentlich besserem Wetter". *(ps)*

Lisa und Christian in Split

Die Auswahlmannschaften von Afrika, Amerika, Asien/Ozeanien und Europa trafen sich am 4. und 5. September im kroatischen Split zum Continental-Cup. In jeder Disziplin traten zwei Athleten bzw. Athletinnen für die jeweilige Erdteilmannschaft gegeneinander an, wobei in jeder Disziplin nur ein Athlet bzw. Athletin pro Nation nominiert werden durfte. Für das beste deutsche Ergebnis sorgte am ersten Tag vor 15.000 Zuschauern Lisa Ryzih als Zweite. Sie blieb bis einschließlich 4,50 ohne Fehlversuch und nahm 4,60 Meter dann im zweiten Anlauf. Erst der Satz von Svetlana Feofanova aus Russland im dritten Durchgang über 4,70 kostete sie noch den Sieg. Es war ein sehr schwieriger Wettkampf. Es war der Wind, der im nahe der Adriaküste gelegenen und in den Kurven abgesenkten Poljud-Stadion die Athletinnen am Anfang vor eine tückische Aufgabe stellte. Die Trainer der Europäerinnen Feofanova und Lisa forderten daraufhin ihre Athletinnen auf, zunächst gar nicht zu springen. Die Anfangszeit wurde geringfügig verschoben. „Doch was sollte das bringen? Wir haben erst einmal boykottiert. Wir haben gesagt: Der Wind ist gefährlich, wir springen hier nicht, wir machen hier gar nichts", berichtete Lisa, die nach dem Wettkampf noch sichtlich angefressen war. Immer wieder musste der Wettkampf unterbrochen werden, teilweise sogar 20 Minuten oder länger. „Bei den Pfalz-Meisterschaften wäre so etwas nicht passiert. Wir werden uns ganz sicher beschweren," sagte Lisa danach.

Verena Sailer (MTG Mannheim), Lisa und Christian mit dem Siegerpokal des Continental-Cup

„Wir werden uns ganz sicher beschweren"

Ein Steigerungsspringen bot Christian im Weitsprung. Er kam von 7,27 über 7,68 und 7,90 Metern zu 7,99 Metern und kletterte so noch auf Platz drei hinter dem Weltmeister Dwight Phillips, der bei seinem einzigen gültigen Versuch mit 8,34 gemessen wurde, und dem Franzosen Kafetien Gomes mit 8,10 m. Christian war angeschlagen in den Wettkampf gegangen. „Ich bin seit Donnerstag richtig erkältet, bin also schon krank hierher gekommen. Dafür ist das Ergebnis gut. Vom Kopf her habe ich mich nicht so gut gefühlt, die Beine waren dafür umso besser." *(ps)*

Im Interview erzählte Lisa auf leichtathletik.de wie sie den Wettkampf beim Continental-Cup in Split erlebt hatte:

Lisa Ryzih, Glückwunsch zum zweiten Platz. Das war ein denkwürdiger Wettkampf in ganz spezieller Hinsicht, oder?

Das war ganz schlimm. Wir werden uns ganz sicher beschweren, auch wenn ich 4,60 Meter gesprungen bin. Wir waren um vier Uhr im Stadion, haben dann gesagt, dass sie wegen des gefährlichen Windes die Matte umstellen sollen. Da wäre nichts dabei gewesen. Das haben sie aber nicht gemacht. Daraufhin haben wir alle boykottiert. Der Wettkampf wurde um zwanzig Minuten verschoben, aber was sollte das bringen? Manche haben dann doch angefangen. Dann war der Ständer kaputt. Danach war der Ständer noch einmal kaputt, dann sind die Afrikanerinnen gesprungen. So kam es zu mehreren Pausen.

Sie sind bereits bei 3,80 Metern eingestiegen…

Das war eher noch einmal ein Einspringen. Ich wollte nicht 4,40 hinstellen, einen auf ganz toll machen und dann nicht drüber kommen. Ich bin die 3,80 Meter aus acht Schritten gesprungen. Ich bin letzte Woche in Beckum 4,25 Meter auch aus acht Schritten gesprungen, deshalb wusste ich, wie das geht. Danach ging es auch wieder mit dem Wind, da war es windstill und ich habe wieder bei 4,20 Meter angefangen.

Hätten Sie vorher gedacht, dass Sie in Split als Zweite mit 4,60 Metern aus dem Stadion gehen?

Ich hatte gewusst, dass ich Dritte werden muss. Es war ähnlich wie bei der EM: Man weiß ja, dass man es kann. Wie es am Ende ausgeht, ist eine andere Sache. Jetzt bin ich Zweite geworden. Ich hatte es allerdings in der Hand zu gewinnen. Ich bin dann aber zweimal bei 4,70 m durchgelaufen.

War das ähnlich wie bei der EM in Barcelona?

Ich bin noch nicht soweit. In Barcelona war es eher das Emotio-

nale, als ich schon eine Medaille hatte. In Split war es der vorletzte Wettkampf, ich springe nur noch nächste Woche in Elstal. Da wird es schon schwierig. Ich habe nicht mehr so eine brutale Motivation. Ich habe es nicht gepackt.

Ist das Respekt vor der Höhe?

Eigentlich nicht. Diesmal lag es eher am Stab. So habe ich 15.000 Dollar genommen und einfach weggeworfen (Anm. Preisgeld).

Trotzdem ist noch einiges auf der Habenseite…

Ja, aber wenn man Zweite wird, ist man mehr enttäuscht als bei einem dritten Platz. Ich ärgere mich aber weniger über das Geld, sondern mehr darüber, dass ich es in der Hand hatte und es wieder nicht gemacht habe. Für mich war es trotzdem ein super Wettkampf. Ich bin fast alles im ersten Versuch gesprungen.

Sie gehen jetzt mit EM-Bronze und Platz zwei beim Continental-Cup aus dem Sommer. Wie würden Sie die Saison einschätzen?

Wir hatten schon super trainiert. Wenn ich dann bei 4,40 rumgegurkt wäre, wäre ich Schuld daran gewesen. Das hätte nicht sein dürfen. Jetzt ist es so gelaufen, wie wir es uns eigentlich gewünscht haben. Ich war in der Jugend immer vorne, jetzt habe ich mit 21 Jahren auch bei den Erwachsenen einen Schritt nach vorne gemacht. Ich konnte mich ja nicht darauf ausruhen, dass ich mal eine U18-WM gewonnen habe.

Wie werden Sie sich jetzt nach der Saison belohnen?

Ich springe noch in Elstal und von dort fliege ich direkt nach Spanien in den Urlaub. Danach geht es nach Portugal in den „Club der Besten" der Sporthilfe. Da bin ich mit meiner Schwester dabei.

Die Deutsche Sporthilfe hatte vom 22. bis 29. September nach Portugal in den Robinson Club Quinta da Ria geladenen. Neben Lisa und Nastja waren unter anderem auch Verena Sailer, Linda Stahl, Betty Heidler und Christian Reif dabei (siehe Seite 32). *(ps)*

Die DKB-Duelle

Die DKB, der Sponsor von Christian, brach bei den DKB-Duellen am 12. September mit

den Grundregel der Leichtathletik: Im Weitsprung zum Beispiel gewann nicht mehr der Athlet mit der größten Weite, sondern der Athlet, der im direkten Duell mit nur einem Gegner in der Mehrzahl der Versuche besser abschnitt. Der Sieger wurde mit 3.000 Euro belohnt. Die DKB-Athleten traten im Historischen Olympischen Dorf von Elstal vor den Toren Berlins als Mannschaft

gegen ein nach der EM aufgestelltes Challenge-Team an.

Begonnen hatte der sonnige Nachmittag bei Temperaturen von 25 Grad mit den Duellen in der Weitsprunggrube. Christian dominierte den Zweikampf mit dem australischen Acht-Meter-Springer Chris Noffke souverän. Dreimal sprang er weiter als sein Konkurrent, das hieß 3:0 und Sieg.

Nicht ganz glücklich waren die Stabhochspringerinnen mit dem Modus. Festgelegt war, dass diejenige gewinnt, die drei Punkte in den Duellen holt. Siegerin Lisa wollte es anfangs gar nicht wahrhaben, dass ihre Sprünge über 3,85, 4,00 und 4,10 Meter schon reichten, um ein 3:1 gegen die Australierin Liz Parnov zu erspringen, denn diese hatte zwar die 3,85 bewältigt, aber die nächsten beiden Höhen nicht. *(ps)*

Impressum

ABC-NEWS Leichtathletik-Vereinszeitschrift für den ABC Ludwigshafen

Herausgeber
Freundeskreis Leichtathletik
ABC Ludwigshafen e.V.
Friedensstr. 42, 67067 Ludwigshafen
Tel. 0621 542103, Fax 0621 5494072
h.u.kh.ries@t-online.de

Redaktion
Peter Schlohmann
Hauptstraße 12, 76857 Eußerthal
Telefon 06345 949533
schlohmann@schlohmann.de

Manfred Schober
Torwiesenstr. 19, 68163 Mannheim
Telefon/Telefax 0621 818961
ManfredSchober@gmx.de

Internet
Daniel Schlohmann
Ellenbogengasse 2, 65183 Wiesbaden
webdesign@schlomania.com
Telefon 0611 9749025

Mitarbeiter
Egenberger, Kesa, Kuhn, Münzer, Ries, K. u. V. Schlohmann, Seilnacht, Tscherer

Fotos
Buckel, Egenberger, Endres, Münzer, Panzner, Schillinger, Seilnacht, Serr u.a.

Kürzel
(um) = Uwe Münzer
(khr) = Karl Heinz Ries
(ms) = Manfred Schober
(ps) = Peter Schlohmann

ABC Ludwigshafen
Athletik- und Ballspielclub e.V.
Erich-Reimann-Straße 38
67061 Ludwigshafen am Rhein
www.abc-ludwigshafen.de

Vorsitzender
Karl-Georg Egenberger
Telefon 06236 48005

Sportwart, Stellv. Vorsitzender
Hans Kuhn
Telefon 0621 533185
hans.kuhn@abc-ludwigshafen.de

Schülerwartin
Beate Bauer
Telefon 0621 5297712

Senioren-Freizeit-Fußball
Gerhardt Blum
Telefon 0621 577940

Senioren-Gymnastik und Spiele
Rudi Drescher, Telefon 0621 555594

Herzgruppen
Ärztliche Betreuung durch die Med. Klinik B, Chefarzt Prof. Dr. Ralf Zahn, Klinikum Lu-Herzzentrum
Übungsleiter mit Sonderlizens:
Herbert Schneider
Telefon 06232 32754
Andrea Spies, Telefon 0621 5043317
Tatjana Schneider-Pischem
Saskia Walter

Wirbelsäulengymnastik
Zertifizierte Übungsleiter für Funktions- und Rückenschulungsgymnastik:
Rudi Jacob (Frauen)
Telefon 0621 567376
Georg Simon (Männer)
Telefon 06234 1864

Unsere Ehrenvorsitzenden
Otto Weber
gestorben am 18. August 2009
Karl Heinz Ries
Friedensstraße 42, 67067 Ludwigshafen
Telefon 0621 542103

Unsere Ehrenmitglieder
Erich Bremicker
Rubensstraße 25, 67061 Ludwigshafen
Telefon 0621 569217
Helmut Hockenberger
Robert-Koch-Straße 19
67240 Bobenheim-Roxheim
Telefon 06239 2384
Heinz Hoff - gestorben am 10. Jan. 2001
Kaarel Kesa
Roteichenring 34, 68167 Mannheim
Telefon 0621 303984
Eberhard Mappes
gestorben am 9. September 2008
Ernst Ruppert
Fleckensteinstr. 9, 67065 Ludwigshafen
Herbert Schneider
Rüdigerstraße 19, 67166 Otterstadt
Telefon 06232 32754

Runde Geburtstage: Wir gratulieren herzlich!

50 Jahre
Stephan Sommer - 23. Juni
Andrea Spies - 28. Juni

55Jahre
Vladimir Ryzih - 16. September

60 Jahre
Gerd Hammel - 24. Juni
Norbert Hildebrand - 28. Juni
Leonhard Rohe - 25. August
Günter Hedderich - 26. Oktober

65 Jahre
Ernst Schneider - 3. Juli

70 Jahre
Wolfgang Ziegler - 25. Juli
Hartmut Weber - 19. September
Ute Drescher - 18. November
Kurt Joder - 18. November

75 Jahre
Hans Appel - 28. Juni
Dieter Schultheiß - 6. Oktober
Emil Tülp - 15. Oktober
Gerhard Wolf - 9. November
Karl Heinz Ries - 22. Dezember
Ruth Rischert - 23. Dezember

80 Jahre
Rudolf Schumacher - 14. August
Ruth Spies - 14. Dezember
Wilma König - 21. Dezember

85 Jahre
Heinz Kuhn - 16. Oktober

Die ABC-Bestenliste mit Meisterschaftsplatzierungen, Ehrungen und Berufungen gibt es bei Hans Kuhn: Telefon 0621 533185

Kfz-Sachverständigen-Büro

Hedderich

Anerkannter Kfz-Sachverständiger durch den BVSK

68169 Mannheim
Untermühlaustraße 71a
Telefon 0621/311413

67105 Schifferstadt
Preußenstraße 38
Telefon 06235/82211

Kfz-Schäden
und
Kfz-Bewertung

BVSK

MSL Mike Scheiner

Autolackierung mit Unfallinstandsetzung

Beschriftungen

Termingerechte, fachgerechte Ausführung

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

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

„Hurra, ich hab´ den Superpott!“

Die Hütte im neuen Glanz!

Bei den notwendig gewordenen Außenrenovierung des Toiletten- und Lagercontainers neben der ABC-Hütte sowie einiger Ausbesserungen im Hüttenbereich konnte auch ein neuer Zaun vor dem Eingang angebracht werden, der durch eine großzügige Spende unserer Wirbelsäulen-Gymnastikgruppe mitfinanziert wurde. Die

Initiative dazu kam von Hans Appel und Gerhard Mayer. Für diese großartige Geste gibt es ein ganz besonderes Dankeschön. Mit unermüdlichem Einsatz hatte Manfred Schober, der auch die Planung für die Renovierung machte, mit Hilfe von Horst Panzner den Container für die nächsten Jahre renoviert und wetterfest gemacht. Gleichzeitig wurde die Hüttenfassade farblich erneuert. Der Vorplatz wurde so erweitert, dass rund um die Tische ein großzügiger Bewegungsfreiraum entstand. *(ms)*

„Falscher“ Fuß

Unsere Hochspringerin Jennifer Klein kam mit großen Erwartungen anfang des Jahres zum ABC und hoffte, die Verletzung an ihrem Sprungfuß schnell auszukurieren, um an ihre tollen Leistungen aus dem Vorjahr anzuknüpfen. Doch leider gestaltete sich die Genesung langwieriger als gedacht. Sie versuchte alles – sogar mit dem „falschen“ Fuß (nicht ihr Sprungfuß) ist sie gesprungen, wobei sie aber nur 1,60 Meter überquerte. Wir drücken ihr fest die Daumen, dass sie es wieder packt. *(ps)*

Der Meistermacher

Seit nunmehr 15 Jahren ist Juri Tscherer im ABC und hat in dieser Zeit wie kein anderer unseren Verein geprägt. Mit seinen Athletinnen und Athleten hat er viele Deutsche Meistertitel errungen und als Stützpunkttrainer mittlerweile auch große nationale Anerkennung für seine professionelle und erfolgreiche Trainingsarbeit erfahren. Wir freuen uns sehr, dass unser Verein für ihn längst Heimat geworden ist und wünschen ihm noch viele talentierte und erfolgreiche Leichtathleten. *(ps)*

Martin Seiler wird von Juri Tscherer nicht nur trainiert sondern, wenn nötig, auch verarztet.

Pech im Trainingslager

Unsere Schüler waren auch dieses Jahr zusammen mit der MTG Mannheim im Trainingslager in Erfurt. Pech hatte dabei Nina Gaisbauer, die sich beim Aufwärmen einen Bänderriss im linken Sprunggelenk zuzog. Wir wünschen ihr eine erfolgreiche Hallensaison. *(ps)*

Auszeichnung für Karl Heinz Ries

Beim Verbandstag des Sportbundes Pfalz, am 29. Mai erhielt Karl Heinz Ries eine hohe Auszeichnung. Für seine 25-jährige, erfolgreiche Tätigkeit als Vorsitzender des Ludwigshafener Sportverbandes wurde er zum Ehrenmitglied des Sportbundes Pfalz ernannt. Aus den Händen des Sportbund-Pfalz-Präsidenten Dieter Noppenberger wurde ihm nach einer würdigen Laudatio die Urkunde und Ehrennadel überreicht. *(ms)*

Gerd Hammel wurde 60 Jahre!

Seit 25 Jahren ist Gerd Hammel beim ABC und feierte am 24. Juni seinen 60. Geburtstag. In den Achtzigern lieferte er sich viele spannende Duelle auf den Langstrecken – unter anderem auch mit Andreas Baranski. *(ps)*

Im ABC gibt´s nicht nur Leichtathletik:

Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer

Das Training der Frauen, die sich von 17.00 bis 19.00 Uhr jeden Donnerstag in der Turnhalle der Wittelsbachschule treffen, leitet Rudi Jacob, der zertifizierter Übungsleiter für Funktions- und Rückenschulungsgymnastik ist. Georg Simon leitet das Training der Männer, das anschließend von 19.00 bis 20.30 Uhr stattfindet. Er ist ebenfalls zertifizierter Übungsleiter für Funktions- und Rückenschulungsgymnastik und hat die „DOSB-Übungsleiter-B-Lizenz Sport in der Prävention“ für das Profil „Haltungs- und Bewegungssystem“. Nach dem Training geht es in die ABC-Vereinshütte am Südweststadion zur gemeinsamen Stärkung und zum „Erfrischen“.

Rudi Jacob

Georg Simon

Herzgruppen

Ärztliche Betreuung durch die Med. Klinik B, Chefarzt Prof. Dr. Ralf Zahn, Klinikum Lu-Herzzentrum: Übungsleiter mit Sonderlizens sind Herbert Schneider, Andrea Spies, Tatjana Schneider-Pischem und Saskia Walter. Auskunft und Anmeldung bei Herbert Schneider, Telefon 06232 32754

Herbert Schneider

Senioren-Freizeitfußball & Gymnastik

Die Freizeitsportler treffen sich unter der Leitung von Gerhardt Blum immer Montags von 20.00 bis 22.00 Uhr in der Gymnastikhalle des Albert-Schweizer-Gymnasiums und Freitags von 18.30 bis 20.00 Uhr in der Sporthalle des Schulzentrums Mundenheim. Auskunft und Anmeldung bei Gerhardt Blum, Telefon 0621 577940 *(ps)*

Gerhardt Blum

Wie geht´s Julia Andrée?

Zu Beginn des Jahres kam sie mit einigen Anderen zu uns, um unter Juri Tscherer wieder ihre alte Sprintstärke zu finden. Doch leider haben wir sie in der ganzen Saison nur im Training erleben können. Julia war vom Pech verfolgt. Eigentlich hatte sie im Sommer Wettkämpfe geplant, doch Ende Mai hatte sie sich im Training einen Muskelfaserriss im linken Beuger zugezogen. Auf dem Weg zur Besserung hatte sie sich aber bei ihrer Sporteingangsprüfung im Juli auch noch ihr rechtes Kreuzband angerissen und das Außenband im Knie überdehnt. Da hieß es erst einmal Stabilisationstraining und langsam machen. Sie hofft aber, dass sie zur Wintersaison endlich im ABC-Trikot starten kann. Wir drücken ihr für einen erfolgreichen Start fest die Daumen. *(ms)*

Alexander Zipp fiel leider aus!

Bei der Kurpfalzgala in Weinheim glänzte Alex noch und eine Woche später hatte es ihn erwischt: Entzündung der Patellasehne und Ermüdungsbruch im Fußgelenk war die Diagnose. *(ps)*

Die unten stehenden Songs hat Christian auf seinem iPod, weil sie ihm zur optimalen Wettkampfspannung verhelfen und ihn in Fahrt bringen.

Taio Cruz: Dynamite

Flo Rida: Club Can´t Handle Me (feat. David Guetta)

Jay Z: On To The Next One (feat. Swizz Beatz)

Micheal Jackson: Billie Jean

Fort Minor: Remember The Name

FOTOS: BUCKEL, GAISBAUER, EGENBERGER, ENDRES, PANZNER, SCHNEIDER, SIMON, JAKOB, ABC-ARCHIV

Nachträge:

Die ABC-Sportler des Jahres 2009

Leider hatten wir über die Ehrungen der ABC-Sportler im Jahr 2009 in der letzten Ausgabe nicht vollständig berichtet – wir bitten das zu entschuldigen. Hier der Nachtrag: Chamaine Gault wurde zur ABC-Jugendsportlerin des Jahres 2009 gewählt und Christoph Kubera wurde ABC-Jugendsportler. *(ps)*

Die Erfolgreichsten von Ludwigshafen

Bei der Sportlerehrung der Stadt Ludwigshafen im Frühjahr wurden die erfolgreichsten Ludwigshafener Sportler der Saison 2009 eingeladen. Vom ABC wurden durch unsere Oberbürgermeisterin Eva Lohse, dem Sportdezernenten Wolfgang van Vliet und Winfried Ringwald, dem LSV-Vorsitzenden, die Athletinnen und Athleten Olga Becker, Holger Elfert, Dieter Tisch, Lisa Ryzih, Patrick Schoenball, Christian Reif und Alexander Zipp mit der Ehrenmedaille ausgezeichnet. *(ms)*

Die Alten sind die Neuen

Die satzungsgemäße Mitgliederversammlung des Freundeskreises Leichtathletik ABC Ludwigshafen e.V. fand am 17. Mai in der ABC-Hütte statt. Als gemeinnütziger Verein hat sich der Freundeskreis zur Aufgabe gemacht, für die Beschaffung von finanziellen Mitteln zugunsten der ABC-Leichtathletik zu sorgen. Wegen der allgemeinen wirtschaftlichen Lage wird dies allerdings immer schwieriger – eine gewisse Planungssicherheit ist jedoch gegeben. Besonderer Dank dabei geht an Erich Bremicker. Der Vorsitzende Karl Heinz Ries wies ausdrücklich darauf hin, dass die beiden hauptamtlichen ABC-Trainer und die Förderung der Spitzenathleten des ABC nicht aus den Mitgliedsbeiträgen der ABC-Mitglieder, sondern allein durch Spenden, Sponsoring und Verbandszahlungen finanziert werden. Kassenwart Erich Bremicker präsentierte die Vereinsbilanzen. Die Kassenprüfer Hans Appel und Werner Böttcher beantragten Entlastung, was ohne Gegenstimme erteilt wurde. Bei den Neuwahlen des Vorstandes stellten sich alle derzeitigen Amtsinhaber zur Wiederwahl und wurden ohne Gegenstimmen in ihren Funktionen bestätigt: Vorsitzender Karl Heinz Ries, stellvertretender Vorsitzender Prof. Dr. Dieter Sailer, Kassenwart Erich Bremicker, Beisitzer Peter Schlohmann und Siegfried Strittmatter. Die Rechnungsprüfer sind wieder Hans Appel und Werner Böttcher. Die Mitgliederzahl hatte sich auf 78 erhöht – unter anderem durch Jörg Bauer und den Sohn unseres verstorbenen ABC-Ehrenvorsitzenden, Dr. Klaus Weber. *(ms)*

FREUNDESKREIS LEICHTATHLETIK ABC LUDWIGSHAFEN E.V.

Das „Urgestein" unter den Leichtathletiktrainern

Fritz Seilnacht ist eine anerkannte Kapazität bei den Läufern und ein Garant für Erfolg. Mit 70 Jahren wollte er eigentlich aufhören. Doch er machte weiter. „Ich möchte sehen, wie weit ich Patrick bringen kann", begründet er seine freiwillige „Verlängerung".

Christa Seilnacht, Petra Wenz, Alexandra Schnettler, Fritz Seilnacht, Konstantin Filsinger, Alexander Bastian,Michael Wenz und Patrick Schoenball

Trainingsgruppen mit Trainingszeiten in der Hallensaison

Übungsleiter	Disziplin	Altersklasse	Alter	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
J. Biedermann		SE SB	4-7 13-15	 18.00-19.30			16.30-17.30 17.30-18.45		
K. Ryzih		SD/C SC/B	8-10 11-13		16.00-17.00 17.00-18.30			16.00-17.00 17.00-18.30	
G. Otto	Sprint/ Hürden	SB	11-13		18.00-20.00				
O. Becker		SA/JB	14-17	18.00-19.30		17.00-18.30		16.00-17.30	
H. Siener	Hochsprung	SA/JB	14-17		18.30-20.00				
F. Seilnacht	Mittel- strecken	SB/A J/Akt.	13-15 16 +	 17.30-19.30	 17.30-19.30	17.00-18.30	 17.30-19.30	 17.30-19.30	
J. Tscherer	Sprint Sprung	JB/A Aktive	17-19 20 +	16.00-18.00 18.00-20.00	16.00-18.00 18.00-20.00	16.00-18.00 18.00-20.00	16.00-18.00 18.00-20.00	16.00-18.00 18.00-20.00	 10.00-12.00
V. Ryzih	Stabhoch	Aktive	20 +	n. Vereinb.	n. Vereinb.	n. Vereinb.	n. Vereinb.	n. Vereinb.	n. Vereinb.
H. Endres	Sprint	J/Sen	18 +	18.00-20.00			18.00-20.00		
Gerhardt Blum – **Senioren-Freizeit-Fußball**				20.00-22.00	*< Albert-Schweizer-Schule/Gymnastikhalle Schulzentrum Mundenheim/Sporthalle >*			18.30-20.00	
Rudi Drescher – **Senioren-Gymnastik und Spiele**					17.00-19.30	*< BBS Wirtschaft/Turnhalle*			
Rudi Jacob – **Wirbelsäulengymnastik für Frauen ***							19.00-20.30	*< Wittelsbachschule/Turnhalle*	
Georg Simon – **Wirbelsäulengymnastik für Männer ***							17.00-19.00	*< Wittelsbachschule/Turnhalle*	

** Beide Übungsleiter sind „Zertifizierte Übungsleiter für Funktions- und Rückenschulungsgymnastik"*

Herzgruppe: Auskunft: Herbert Schneider, Telefon 06232 32754

Herbert Schneider, Andrea Spies, Tatjana Schneider-Pischem, Saskia Walter **

*** Alle vier Herzgruppen-Übungsleiter sind „Übungsleiter mit Sonderlizens" – Ärztliche Betreuung durch die Med. Klinik B, Chefarzt Prof. Dr. Ralf Zahn, Klinikum Lu-Herzzentrum*

FOTOS: PATRICK SCHÖNBALL

Auf dem Hockenheimring

Die wohl andere Trainingseinheit

Schlittenhunderennen, vielleicht der Beginn der Laufkarriere ...

Abi gut, Training gut, Alles gut

Patrick Schoenball kam 2007 über den LC Bad Dürkheim zum ABC Ludwigshafen und überraschte uns alle mit seinem sofortigen erfolgreichen Einstieg besonders als Läufer über 400, 800 und 1500 Meter. In kürzester Zeit avancierte er zum regionalen Vorzeigeathlet auf den Mittelstrecken und errang bisher wahlweise die Pfalzmeistertitel seiner Spezialdisziplinen. Besonders über 800 Meter verbesserte und stabilisierte er ständig seine Bestleistungen.

Patrick ist am 26. Juni 1989 in Bad Dürkheim geboren und wuchs in Wachenheim auf, wo er zunächst die Grundschule besuchte. Über die Carl-Orff-Realschule wechselte er zunächst zum Werner-Heisenberg-Gymnasium in Bad Dürkheim ehe er schließlich am Paul-von-Denis-Gymnasium in Schifferstadt sein gutes Zweier-Abitur ablegte.

Schon als Kind war er früh dem Sport zugetan. Fußball war seine besondere Leidenschaft. Da seine Eltern mit ihren 10 eigenen Sibirien-Huskies an Schlittenhunderennen teilnahmen war er schon von klein auf in den entsprechenden Bergregionen Europas viel unterwegs. Speziell das Laufen begann ihn deshalb schon sehr früh zu faszinieren. In der Schülerklasse lief er oftmals bei der Disziplin „Einzelrennen mit einem Schlittenhund" mit und empfand hierbei viel Spaß. Später entdeckte er sein Interesse auch am Kickboxen und Taekwando. Nebenher wurde regelmäßig im Gelände der Umgebung gejoggt, um bei Volksläufen und Bergrennen teilnehmen zu können. Das Laufen lies ihn nicht mehr los. Es folgte deshalb 2005 der Beitritt zum LC Bad Dürkheim und zunächst die ersten Starts besonders auf den Mittelstrecken. Bereits bei den Hallen-Pfalzmeisterschaften 2006 in der Halle am Südwest Stadion lies er mit guten Leistungen aufhorchen.

Urlaub in Lissabon

Unterwegs mit Freunden

Als er einmal in der gleichen Halle sein Training ganz alleine absolvieren musste und er hierbei den geordneten ABC-Trainingsbetrieb beobachtete sprach er den dortigen Lauftrainer Fritz Seilnacht an, mit der Bitte sich an deren Training anschließen zu dürfen. Patrick wurde sofort ohne Vorbehalt von Fritz Seilnacht aufgenommen, integriert und kompetent beraten. Dies gab Patrick den entscheidenden Tick zur Entscheidung dem ABC umgehend beizutreten.

„Mein erster Eindruck von Fritz Seilnacht hat sich voll bestätigt. Er ist ein Klasse-Trainer. Durch seine besonnene, herzliche Art macht das Training bei ihm sehr viel Spaß. Er kann viel sportliches und allgemeines Wissen vermitteln, ist vertrauenswürdig und man kann auch wegen nichtsportlicher Probleme jederzeit mit ihm reden."

Sehr früh ist Patrick Schönball nun zu einem anerkannten, wichtigen Vorzeigeathlet im ABC-Laufleistungssport herangewachsen und wird im Verein von allen, auch wegen seiner menschlichen Vorzüge, sehr geschätzt. Sein Trainingsfleiß und seine Zielstrebigkeit wird von Fritz Seilnacht sehr gelobt. Die entsprechenden Erfolge stellten sich deshalb zwangsläufig ein.

Seine bisherigen Bestzeiten können sich sehen lassen: 100 m in 11,93, 200 m in 23,60, 400 m in 48,73 Sek., 800 m in 1:48,92, 1000 m in 2:25,00, 1500 m in 3:52,97, Meile in 4:18,0 und 10 km in 33:34 Minuten. Seine größten Erfolge 2008 waren der dritte Platz bei der Jugend Hallen-DM und bei der Jugend-DM über 800 m. 2009 wurde er Süddeutscher Juniorenmeister, Zweiter bei der Junioren-DM und Erster beim Junioren-Länderkampf zwischen Deutschland, Italien und Frankreich über 800 m. Dazu sammelte Patrick bisher eine ganze Reihe von Pfalz- und Rheinland-Pfalzmeistertitel in der Halle und im Freien von 400 Meter bis zur Langstrecke. Eine Einzelaufzählung aller weiterer Höhepunkte würde den verfügbaren Rahmen sprengen.

Das Leben besteht aber nicht nur aus Leistungssport. Für einige Hobbies bleibt ihm immer noch genügend Zeit. Gerne trifft er sich mit guten Freunden zum Beachvolleyball, Schwimmbadbesuch zu Partys und Konzerten. Er ist, so wie im Sport, gerne unterwegs und absolut kein „Stubenhocker". Seine bevorzugten Urlaubsziele sind und waren bisher die USA, Portugal und Irland. Seine charmante Freundin Caro ist ebenfalls sportlich (wettkampfmäßiges Tanzen), teilt mit ihm die gleichen Interessen und gibt ihm in jeder Hinsicht im Sport und privat volle Unterstützung.

Nach seinem ABI versucht Patrick nun anstelle der militärischen Grundausbildung im Zivildienst in einer sozialen Einrichtung eine für ihn sinnvollere Beschäftigung zu finden. Danach will er ein Studium für „Internationales Management" angehen, in jedem Fall nebenher seinen Leistungssport so intensiv wie möglich weiter ausüben, um nach wie vor an Wettkämpfen teilzunehmen. Patrick wohnt inzwischen in Mannheim-Lindenhof, gegenüber dem Rheinufer der Ludwigshafener Parkinsel. Schon wenige Meter neben seiner Wohnung beginnt der Waldpark, wo er hervorragende Bedingungen für seine zusätzlichen „einsamen" langen Trainingsläufe vorfindet und mit viel Freude nutzt. *(ms)*

Wir danken Patrick für seine ausführlichen Informationen und wünschen ihm weiterhin viel Erfolg und reichlich Vergnügen bei all seinen privaten, sportlichen und beruflichen Zukunftsplänen.

Helmut Hockenberger, die Trainerlegende

Helmut 2003 bei der Meisterschaftsfeier, an seinem 85sten Geburtstag, 2005 beim Treffen der Ehemaligen und 2006 auf dem ABC-Sommernachtsfest

Unser ABC-Mitbegründer, Ehrenmitglied und allseits immer noch sehr beliebter Jugendtrainer der Jahre zwischen 1950 und 1994 blickt inzwischen auf eine stolze Vereinszugehörigkeit von über 60 Jahre zurück. Viele, später erfolgreiche Sportler, durchliefen einst seine kompetente, umfassende Ausbildung als wichtige Grundlage für eine dann nachfolgende Spezialisierung im Junioren- und Aktivenalter. Es war ihm immer ein besonderes Anliegen, seinen jungen Anvertrauten die körperlichen Voraussetzungen für ein späteres, professionelles Training im Hochleistungssport mit auf den Weg zu geben. Zeitweise betreute Helmut Hockenberger gleichzeitig bis zu 30 Jugendliche aus denen einige Deutsche Jugendmeister und unzählige Pfalzmeister hervorgegangen sind. Als Beispiel für viele seien vor allem Rolf Appel über 110-m-Hürden, Richard Doll und Peter Otto im Stabhochsprung sowie Albert Grawitz im Sprint genannt. Es gibt wenige in der langen Reihe „seiner Zunft", sowohl im Vorgängerverein Phönix als auch im ABC, der eine ähnlich starke und langjährige Beliebtheit gepaart mit vielen Erfolgen im Nachwuchsbereich aufweisen kann. Sein Name ist heute noch ein Qualitätsbegriff. Noch immer schwärmen die Ehemaligen von einst von seiner tollen Trainingsarbeit, dem guten Einfühlungsvermögen auch bei nichtsportlichen Problemen und freuen sich stets auf das Wiedersehen bei feierlichen ABC-Anlässen, die er bisher noch gerne und regelmäßig besucht hat. Auch als Mitarbeiter, Trainer und Betreuer bei Länderkämpfen im Leichtathletik Verband Pfalz war er zur Stelle und bleibt in bester Erinnerung. Der Hockeyspieler und Zehnkämpfer, mit besonderer Liebe zum Diskuswurf, kam im Jahr 1950 vom VFR Frankenthal zum SV Phönix und übernahm als Trainer die komplette Jugendabteilung.

Helmut freute sich 1993 mit Bettina Lotsch, Stefanie Knob, Silke Eichmann und Melanie Fries über den Rheinland-Pfalzmeistertitel über 4x100 m.

Der einstige Elektromeister der BASF wohnt nach längerer Zeit als Witwer inzwischen mit seiner charmanten Lebensgefährtin Marga in Bobenheim-Roxheim und geniest mit nunmehr 89 Jahren die verdiente Ruhe und vertraute Zweisamkeit im eigenen Haus. Er liebt die Natur seiner Pfälzer Heimat, die herrlichen Spazierwege und die gastfreundlichen Lokalitäten in unmittelbarer Umgebung.

Die vielen Freunde im ABC bedanken sich einmal mehr für die einst großartig geleistete Arbeit insbesondere mit der Jugend in unserem Verein. Wir wünschen Helmut für die weitere Zukunft alles Gute, vor allem aber bestmögliche Gesundheit. Wir freuen uns auf ein baldiges Wiedersehen. *(ms)*

Helmut mit der SV Phönix-Mannschaft 1950 unterwegs, 1953 als Jugendtrainer und mit Richard Doll, dem Deutschen Juniorenmeister im Stabhochsprung von 1952; Helmut warf den Diskus auf 32,96 Meter.

FOTOS: ABC-ARCHIV

Ehre wem Ehre gebührt

Juri Tscherer, Fritz Seilnacht, Manfred Schober und Gottfried Spieß wurden von Hans Kuhn, unserem stellvertretenden Vorsitzenden mit der Silbernen ABC-Ehrennadel ausgezeichnet.

B-Trainerschein für Christian

Am 18. Oktober startete in Kienbaum die B-Trainerausbildung des Deutschen Leichtathletik-Verbandes. Mit dabei war auch Christian Reif. Langeweile kam dabei nicht auf, denn fünf Tage waren vollgepackt mit Inhalten. Egal ob Trainingslehre, Wettkampflehre, Trainings-auswertung, Leistungsdiagnostik, Trainingssteuerung, Rumpfkräftigung, Technik- oder Koordinationstraining – die B-Trainer-Anwärter mussten bis zum 23. Oktober über alle referierten Themen Bescheid wissen. Von 8.30 bis 12.00 Uhr fand dann die abschließenden mündlichen Prüfungen statt und Christian konnte Kienbaum als B-Trainer verlassen. *(ps)*

Sportler des Monats

Im August gewann Christian die Wahl zum „Sportler des Monats", die jeden Monat von der Deutschen Sporthilfe durchgeführt wird. 46 Prozent der rund 3.800 von der Sporthilfe geförderten Athleten honorierten diese „reife" Leistung mit der Wahl zu ihrem „Sportler des Monats August", nachdem er bei den Europameisterschaften in Barcelona zu Gold gesprungen war. *(ps)*

Tolle Fotoserie von Michael Serr:
Chamaine Gault, unsere Jugendsportlerin aus 2009, bewies auch in dieser Saison wieder ihre Vielseitigkeit im Sprint und Sprung und war über 100 m, 200 m, 100-m-Hürden und im Weitsprung erfolgreich unterwegs.

Ass des Monats

Auch die leichtathletik.de-User wählten Christian zu ihrem „Ass des Monats" – mit rund 64 Prozent aller abgegebenen Stimmen. Es war für ihn der zweite Sieg bei dieser Wahl seit dem September 2009. *(ps)*

Gastredner

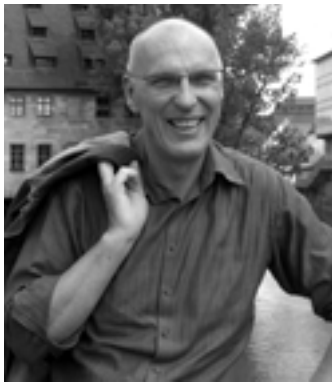
Bei der DLV-Trainertagung im September in Kienbaum war Christian als Gastredner dabei. Er hielt einen Vortrag mit dem Titel „Mein Weg nach Barcelona". *(ps)*

Weitsprung im Ballsaal

Christian Reif wurde am 30. Oktober beim 36. Landessportball in der Mainzer Rheingoldhalle eine besondere Aufmerksamkeit zuteil. Er sprang mitten im Ballsaal in eine speziell für ihn installierte Weitsprunggrube. *(ps)*

Wir freuen uns mit Prof. Dr. Wolfgang Schrott

Dr. Wolfgang Schrott kam 1984 als promovierter Diplomchemiker zur BASF und 1985 zum ABC. Er wurde 2mal Deutscher Seniorenmeister im Dreisprung und engagierte sich als



Trainer, Veranstalter von Internationalen Abendsportfesten und im Vorstand. Durch beruflichen Wechsel nach Frankfurt musste er 2000 seine Vereinsaktivitäten leider aufgeben, blieb dem Verein aber eng verbunden.

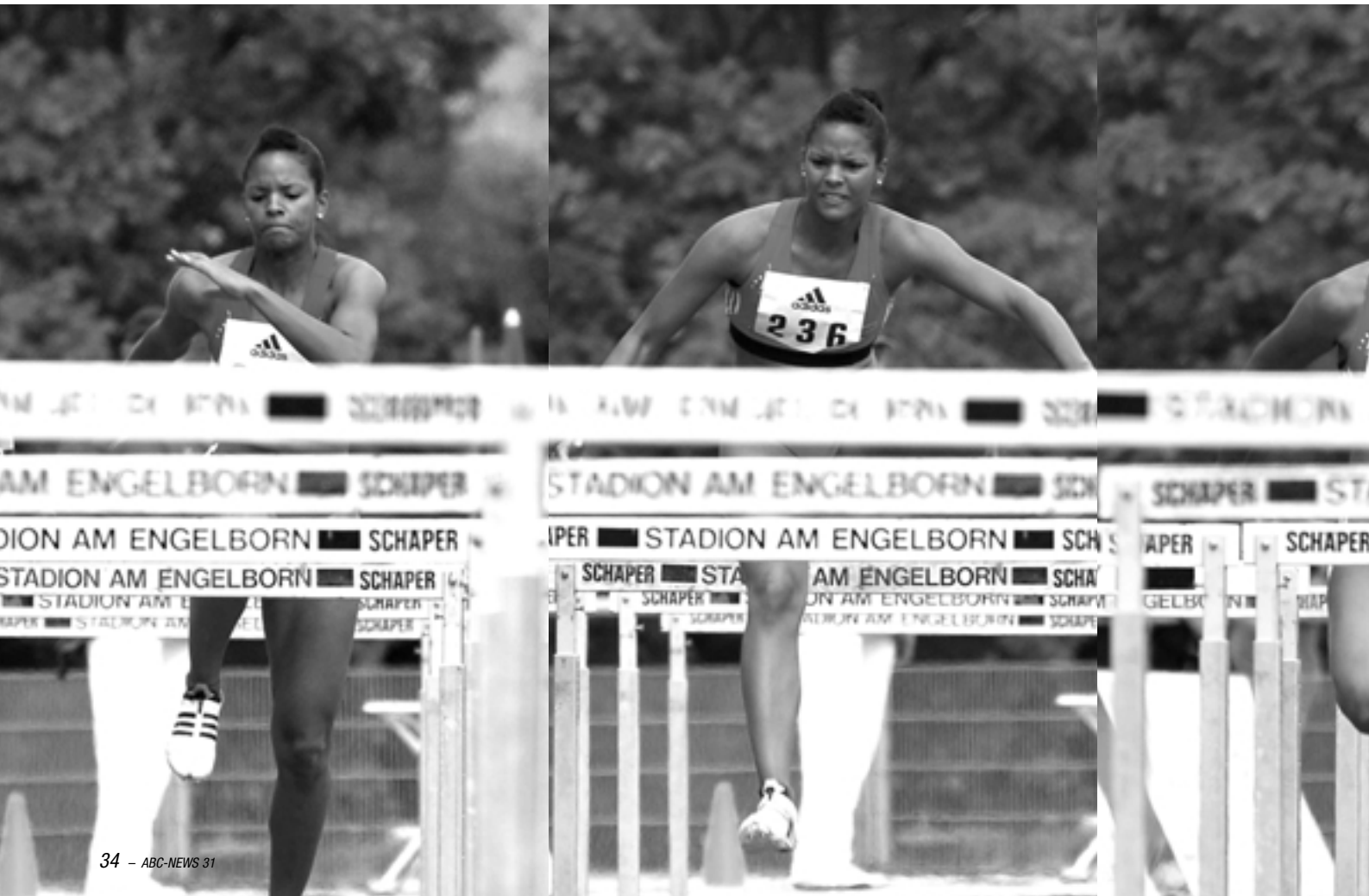
Seit dem 1. Oktober hat er eine Professur für Textilchemie und Umwelttechnologie an der Fachhochschule in Hof, wo er in den nächsten zwei Jahren den Aufbau der Umwelttechnologie als neuen Ingenieur-Studiengang und die Internationalisierung des Studiengangs voranbringen soll. Und nach nun 25jähriger Vereinszugehörigkeit hat er wieder die Zeit, den ABC-Vorstand im Spitzensportbereich zu unterstützen. Für beides wünchen wir im viel Erfolg. *(ps)*

In eigener Sache

Dank an Manfred Schober. Was wären die ABC-NEWS ohne die spaßigen Cartoons von Manfred, ohne seine aufwendigen Recherchen über unsere Athleten und Ehemaligen. Er führt Interviews, schreibt über Ehrungen und Vereinsfeste und er macht sogar Fotos. Ich bin sehr froh über seine redaktionelle Unterstützung, denn ohne ihn wären die ABC-NEWS nur halbe „NEWS". Übrigens sanierte er 2003 nebenbei auch die ABC-Hütte und mit dem verstorbenen Heribert Schill und mit Lothar Hery erstellte er die Hammerwurf- und Kugelstoßanlage.

Manfred Schober

Eine kleine Anregung habe ich übrigens auch noch. Toll wäre es, wenn aus den „Besserwissern" – die gibt es leider immer wieder – „Bessermacher" würden. Dann könnten wir das bessere Wissen auch nutzen. Herzlichst Peter Schlohmann



Das Pferd für die Beste und ein Läufer für den Besten

Am 7. Oktober fand in und außerhalb der neu gestylten ABC-Hütte am Südwest-Stadion die alljährliche Ehrung unserer Schüler-Sportler statt. Im Rahmen eines fröhlichen Beisammenseins mit Grillfest ehrte unser Vorsitzender Karl-Georg Egenberger die vom Vorstand und den Verantwortlichen der Schülerabteilung auserwählten Preisträger. Die Gewinner des Vorjahres Franziska Bauer und Patrick Berlejung übergaben hierbei persönlich die traditionellen Wanderpreise mit Namensgravur, die jeweils immer nur einmalig an einen Sportler vergeben werden, an ihre Nachfolger weiter. Unter dem Beifall der zahlreich erschienenen, engagierten Eltern und erwartungsvollen Gästen wurde zunächst die Schülerin des Jahres gekürt.

Die Wahl fiel in diesem Jahr auf Ann-Kathrin Reil, die eine sehr erfolgreiche Saison hinter sich gebracht hatte und dabei gute sportliche Zukunftsperspektiven andeutete. Der Wanderpreis „das Zugpferd“ wurde 1997 von unserem verstorbenen Leichtathletikfreund aus Zürich, Fritz Alchenberger, gestiftet. Nun steht das Pferd für ein Jahr bei Ann-Kathrin zu Hause. Sie wurde Pfalzmeisterin im 4-Kampf und Dritte im Blockmehrkampf-Sprint. Ihre Trainerin Katja Ryzih lobte vor allem ihren Trainingsfleiß und ihre freundliche und umgängliche Art.

Zum Schüler des Jahres wurde der Mittelstreckler Julian Jakob auserwählt. Er war mit konstant guten Leistungen aufgefallen. Er nahm zu recht mit Stolz den Wanderpreis „Der Läufer” entgegen. Auch er ist ein Sportler mit guten Perspektiven sofern seine Entwicklung weiterhin so positiv verläuft. Julian wurde ebenfalls wegen seines Trainingsfleißes und seiner Willensstärke, die ein Mittelstreckler mitbringen muss, was von seinem Trainer Fritz Seilnacht sehr geschätzt wird, ebenfalls gelobt. Julian wurde mit der 3x1000-m-Staffel Pfalzmeister und zeigt eine aufsteigende Leistungstendenz auf den Mittelstrecken. →

Würstchen für alle

Auch diesmal geht ein großes Dankeschön an das Grillteam um Hans Appel, das auch die gesamte Vorbereitung zu dieser Veranstaltung mit Bravour meisterte und dabei wiederum, wie im Vorjahr, zur Hochform auflief. *(ms)*

DLV-Bestenliste und Rekorde 2010

Weitsprung / Männer
1. Christian Reif 8,47 m
Rheinland-Pfalzrekord

Dreisprung / Männer
5. Martin Seiler 15,88 m
Pfalzrekord
15. Björn Schildhauer 15,12 m

800 m / Männer
16. Patrick Schoenball 1:49,49 Min.

1000 m / Männer
6. Patrick Schoenball 2:23,01 Min.

Stabhochsprung / Frauen
3. Lisa Ryzih 4,65 m
Pfalzrekord

Dreisprung / Frauen
10. Pia Dürr 13,16 m
Pfalzrekord

Dreisprung / MJA
2. Björn Schildhauer 15,12 m
Jugend-Vereinsrekord

100 m / WJA
18. Carlotta Buckel 12,03 Sek.

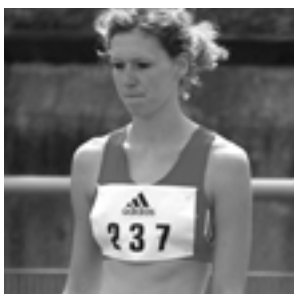
200 m / WJA
20. Carlotta Buckel 24,78 Sek.

Unsere DLV-Kader-Athleten in 2011

A-Kader / Weitsprung Männer
Christian Reif

A-Kader / Stabhochsprung Frauen
Lisa Ryzih

B-Kader / Hochsprung Frauen
Jennifer Klein



B-Kader / Dreisprung Männer
Martin Seiler

Herzlich willkommen im ABC! Nicht nur Juri freut sich über Anja Schulz

Weil die Fellbacherin Anja Schulz in Mannheim Betriebswirtschaftslehre studiert, wird sie künftig für unseren ABC starten und nicht mehr für den TSV Schmiden.

Die 20-jährige Weitspringerin ist eine der größten Nachwuchsbegabungen in Deutschland und springt mittlcrweile 6,32 Meter weit.

Nach dem Abitur am Schmidener Gustav-Stresemann-Gymnasium mit der Note 1,3 hat sie eine neue Wirkungsstätte gesucht, an der sie Studium und Sport bestrnöglich verbinden kann. „Leichtathletik kann man fast überall machen, aber ich brauchte jemanden der Ahnung hat" sagte Anja Schulz und studiert jetzt in Mannheim Betriebswirtschaftslehre und trainiert nebenan und unter der Obhut von Juri Tscherer in Ludwigshafen, wo sie auch wohnt. „Bisher gefällt es mir gut", sagte Anja Schulz nach den ersten Tagen im neuen Umfeld und in der neuen ABC-Trainingsgruppe. *(ps)*

ROSEN-APOTHEKE

AM RUTHENPLATZ

KARL-GEORG EGENBERGER

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

EUROPA HOTEL

In völlig ruhiger Lage im Zentrum von Ludwigshafen liegt das EUROPA HOTEL mit 110 Zimmern.

Neben 25 „Superior" Zimmern stehen 83 Zimmer „Europa" mit modernstem Komfort zur Verfügung.

Für den Geschäftsreisenden sind Bad, Dusche, WC, Bidet, Fön, Selbstwahltelefon,

Radio, Farb-TV mit Kabelanschluß, Modem-Anschluß, Klimaanlage sowie Mini-Bar vorhanden.

Ein privat geführtes Haus mit allen Annehmlichkeiten.

Erleben Sie das EUROPA Hotel mitten in Ludwigshafen!

Kulinarisch werden Sie in unserem Restaurant Windrose verwöhnt.

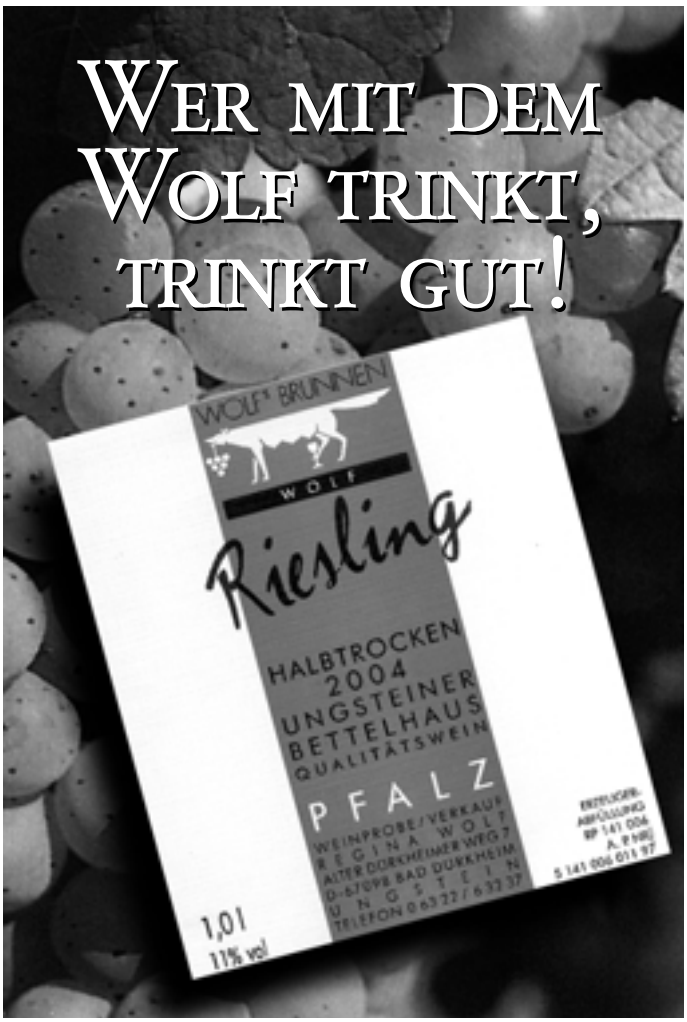
Ein Drink im Euro-Pub ist stets ein krönender Abschluss eines gelungenen Abends.

Tagungen und Festlichkeiten für bis zu 250 Personen können ausgerichtet werden. Die Tagungsräume haben alle Tageslicht und sind voll klimatisiert.

Wir freuen uns auf unsere Gäste

EUROPA HOTEL

Am Ludwigsplatz 5-6 · D-67059 Ludwigshafen am Rhein
Telefon (06 21) 59 87-0 · Telefax (06 21) 59 87-122
http://www.europa-hotel.com · e-mail: info@europa-hotel.com



Was macht eigentlich Dr. Birgit Schillinger?

Birgit Schillinger kam 1976 zum ABC Ludwigshafen und war zunächst im Sprint, Hürden und Sprung aktiv, bis sie schließlich über die Mittelstrecken ihre eigentliche Zuneigung zum Langstreckenlauf und Triathlon entdeckte. Über 20 Jahre, von 1980 bis 2000, begleitete sie neben ihrem Leistungssport noch den aufwendigen Job als ABC-Pressewartin. 1993 gründete und betreute sie die ABC-Triathlongruppe und nahm mit Begeisterung an den Einzel- und Mannschaftswettbewerben teil. Diese Gruppe schaffte es, in Startgemeinschaft mit dem TV Mußbach, immerhin bis zur zweiten Frauen-Bundesliga. Birgit hat sich aufgrund ihrer jahrelangen, durchweg ehrenamtlichen Tätigkeiten für den Verein sehr verdient gemacht und von Anfang an viele Freunde gewonnen. Ihre bescheidene, kameradschaftliche Zurückhaltung und Offenheit kam überall gut an. Noch heute steht sie mit vielen ehemaligen Mitstreitern sowie mit ihren Trainern in regelmäßiger, freundschaftlicher Verbindung.

Birgit Schillinger 2004 beim Interview mit Andreina Kero (früher Byrd), 1995 beim Triathlon und 1982 beim Crosslauf

FOTOS: SCHILLINGER, ABC-ARCHIV

Auf der Suche nach einem geeigneten Sportverein entdeckte sie ihr besonderes Interesse an der Leichtathletik und trat mit 13 Jahren in den ABC Ludwigshafen ein. Birgit, geboren 1963, in Ludwigshafen aufgewachsen, legte 1982 das Abitur am Theodor-Heuß-Gymnasium ab. Darauf folgte an der Uni Mannheim das Studium in Mathematik und Deutsch sowohl im Diplomstudiengang als auch für das Lehramt. Nach einem Studienaufenthalt in den USA erwarb sie 1993 die Promotion im Fachgebiet Germanistik – über den recht unbekannten Schriftsteller Hans Henny Jahnn.

Auch der sportliche Werdegang verlief recht abwechslungsreich. Ihr Jugendtrainer Walter Bauer, ein ehemals erfolgreicher Hürdenläufer im erweiterten Regionalbereich, nahm sie die ersten Jahre unter seine Fittiche und gab ihr einen kompetenten Einblick auf die Sprint – und kurzen Hürdenstrecken. Da sie in der Schule an der Aktion „Jugend trainiert für Olympia“ teilnahm und die 800 m laufen musste, hatte sie diese Strecke für sich entdeckt und stieg um auf die Mittelstrecke. *„Ich war weder sprintschnell noch sonderlich ausdauernd – da kann man über die Mittelstrecke mit Fleiß das Meiste aus seinem Körper herausholen”*, argumentierte sie und begab sich in die Sportgruppe der ABC-Mittel- und Langstreckler – zunächst unter Fritz Emig und dann zu Fritz Seilnacht, dem sie – wie sie heute betont – *„unendlich viel”* verdankt. „Fritz“ coachte nicht nur mit Kompetenz und Einfühlungsvermögen, er hatte auch jederzeit ein offenes Ohr für die privaten Probleme seiner Schützlinge. Diese neue Trainingsgruppe war eine tolle Gemeinschaft. Noch heute schwärmt Birgit vom gemeinsamen fast täglichen Training, den gemeinsam gefeierten Geburtstagen und obligatorischen Faschingsfeiern. Hier fühlte sie sich bestens aufgehoben. Mit ihrer immer engagierten und sympathischen Trainingspartnerin Christa Seilnacht hat sie viele intensive Stunden gemeinsam verbracht: beim Joggen, Intervallebolzen … oder auch nach dem Training beim Quatschen.

Birgit Schillinger mit ihren Kindern Maybritt und Hendrik

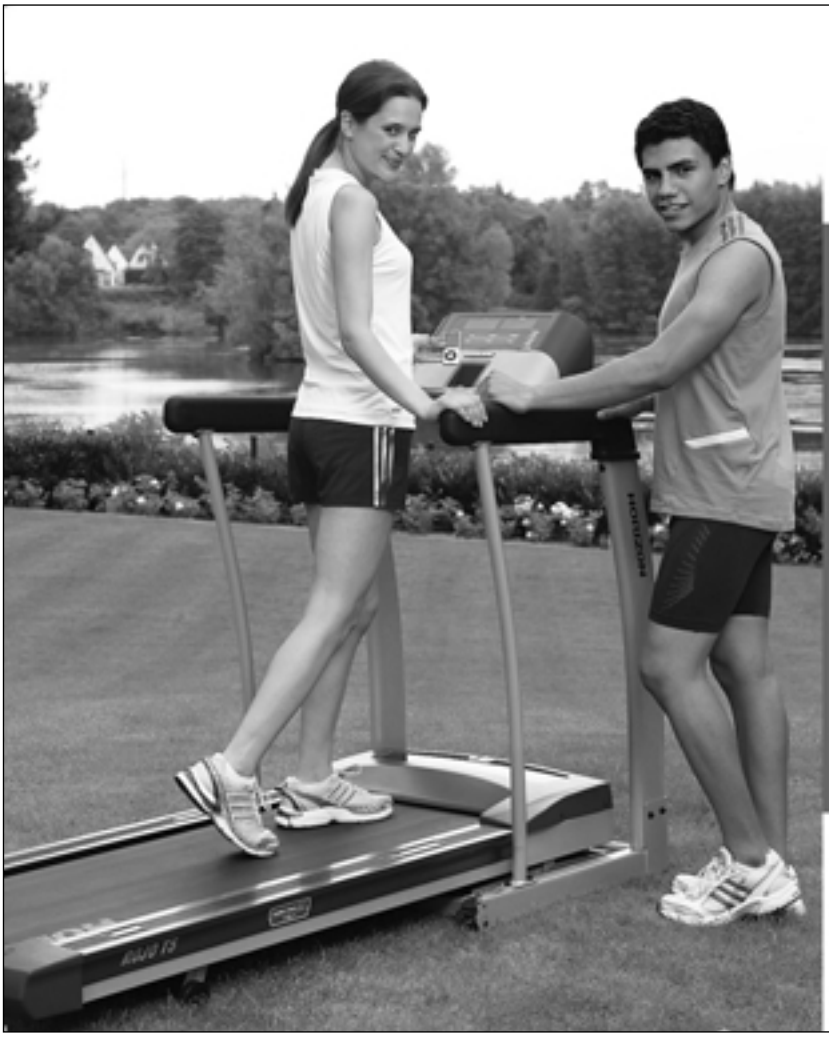
Ihre Erfolge auf der Mittelstrecke gaben ihr recht, auch wenn es dabei leider nicht ganz zu Meisterehren gereicht hat. Ihre persönliche 800-m-Bestzeit von 2:18,9 konnte sich für ihre Ansprüche zunächst sehen lassen. Bald erwachte die Neugier auch zu den Langstrecken. Die Freude an der Bewegung gehörte zum Leben. Auch während des Studiums fand Birgit immer noch eine Zeitnische für ihren geliebten, täglichen Sport. Viele interessante Veranstaltungen auf den langen Strecken boten sich an. Es folgten Teilnahmen an langen Waldläufen, an Straßen- und Crossveranstaltungen, meist gemeinsam mit ihren Kameraden aus der ABC-Trainingsgruppe. Immer mehr wurde sie nun zur Langstrecklerin und steigerte kontinuierlich ihre Bestzeiten über 5000 m auf 18:48 und über 10 000 m auf 39:36 Minuten.

Eine ständig wiederkehrende Achillessehnenentzündung zwang sie jedoch im Jahr 1994 endgültig zum Umstieg auf den Triathlon. Es gab eine ganze Reihe Wettbewerbe mit ihrem ABC- Triathlonteam (fast immer Kurzdistanz mit 1500-m-Schwimmen, 40-km-Radfahren, 10-km-Laufen). Ihre wichtigsten Mitstreiterinnen waren Anne Janz und Yvonne Binder.

Die Startgemeinschaft mit dem TV-Mußbach schaffte es immerhin bis zur Leistungsklasse zweite Bundesliga. Damit war Birgit auch ohne diverse Meistertitel voll zufrieden. In ihrem inzwischen 35sten Wettkampfjahr nimmt sie nun seit 20 Jahren erfolgreich an Triathlon- und Lauf-Wettbewerben teil und landet hierbei zumeist in ihrer Altersklasse auf dem angepeilten Treppchen. *„Ich war nie besonders erfolgreich, aber dies ist vielleicht der Grund, dass ich auch nach so langer Zeit mich immer noch 5 bis 6 mal in der Woche zum Training motivieren kann”*. Nicht nur das Laufen, sondern auch das Radfahren und Schwimmen gehören bekanntlich zu ihrem notwendigen Repertoire.

Birgit ist verheiratet und hat zwei liebe, sportliche Kinder, die bereits schon jetzt ihrer Mutter und ihrem sportlichen Vater nacheifern. Ihr Ehemann, Klaus Freyburger, ist Professor für Wirtschaftsinformatik an der FH Ludwigshafen und Extremradsportler. Die 13-jährige Tochter Maybritt hat in diesem Jahr, zu ihrer großen Freude, über 3000 m (beim Staffellauf im Maudacher Bruch) erstmals ihre Mutter bezwungen. Sohn Hendrik ist 11 Jahre alt und noch nicht ganz so weit, aber auf dem bestem Weg. Die sportliche Familie wohnt in Schwetzingen, wo Birgit am Hebel-Gymnasium als Lehrerin Deutsch und Mathematik unterrichtet.

In ihrer neuen Heimat Schwetzigen hat sie vor zehn Jahren einen Lauftreff gegründet und war in diesem Jahr auch Mitbegründerin eines neuen Triathlonteams. *(ms)*



HORIZON FITNESS

Diamante Rojo T5:
Wecken Sie Ihre Laufleidenschaft

Außergewöhnliches Design kombiniert mit einem Höchstmaß an Innovation beschreibt dieses Laufband für Ihr anspruchsvolles Heimtraining. Mit besonderen Features wie personalisierter Tastenwahl, Speicherung von Trainingsprofilen und iPod Dock* hebt sich dieses Laufbandmodell hervor. Wecken Sie Ihre Laufleidenschaft jederzeit Zuhause mit einer Bandstärke für einen besonders gelenkschonenden Lauf.

Erhältlich im Sportfachhandel. Weitere Informationen und Händlernachweis erhalten Sie unter: Style Fitness GmbH, Europaallee 51, 50226 Frechen, Telefon: 02234 - 9997-100, Fax: 0234 - 9997-200, E-Mail: info@horizonfitness.de, www.horizonfitness.de

* Der iPod in der Abbildung gehört nicht zum Lieferumfang

RheinNeckar-Ticket

Bahn frei für Ihre Karriere!

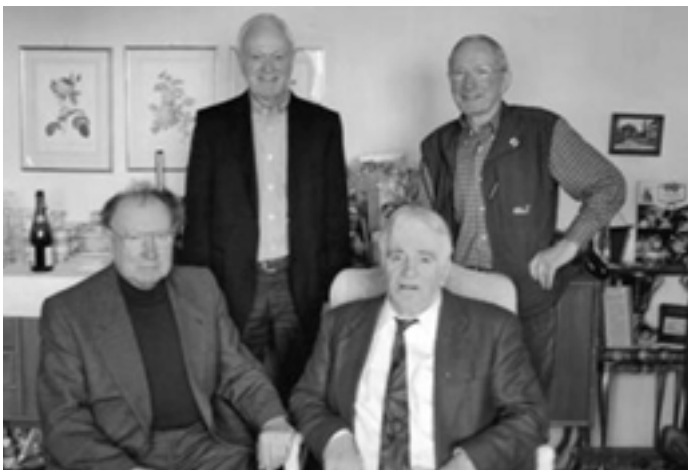
Wer heute noch im Stau steht, ist selbst schuld: Mit dem RheinNeckar-Ticket kommen Sie für nur 71 Euro im Monat zur Arbeit und zurück. Ganz entspannt, pünktlich und spritsparend. Busse und Bahnen sorgen auf allen Linien zuverlässig für Ihr berufliches Weiterkommen!
Infos unter www.vrn.de oder unter 01805.8764 636

(14 Cent/Minute aus dem Festnetz, max. 42 Cent/Minute aus Mobilfunknetzen)

Tarif 1/2011

Einfach ankommen.

VRN
VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR



Richard Zintel beim 80. Geburtstag von Hans Hiss.
Von links: Karlheinz Monreal, Klaus Schick, Hans Hiss, Richard Zintel

Richard Zintel †

Am 20. August 2010 wollte er seinen 80. Geburtstag feiern. Dazu hatten sich seine Sportfreunde Hans Hiss, Karlheinz Monreal und Klaus Schick angesagt. Mit ihnen wurde er 1951 in Wetzlar deutscher Juniorenmeister über 4 x 100 m: Richard Zintel, einst erfolgreiche Sprinter im Dress des SV Phönix. Vier Tage vor seinem 80. setzte er seinem Leben selbst ein Ende, verzweifelt, keinen Ausweg mehr sehend.

Am 10. März dieses Jahres hatte das erfolgreiche Sprintquartett in Frankenthal noch den 80. Geburtstag von Hans Hiss gefeiert, bei bester Laune und in Vorfreude auf die nächste Geburtstagsfeier in Ludwigshafen bei Richard Zintel. Daraus wurde nichts mehr.

Die Nachricht vom Freitod Richard Zintels hat seine alten Sportfreunde tief erschüttert. Fassungslos nahmen sie die schreckliche Nachricht zur Kenntnis. Richard Zintel, im Beruf als Selbständiger für Großküchen-einrichtungen ebenso erfolgreich wie zuvor als Sportler, erfreute sich wegen seines ruhigen, abgeklärten Wesens großer Beliebtheit. Dem SV Phönix und dem ABC hat er über Jahrzehnte hinweg immer wieder mit unzähligen Hilfen tatkräftig unter die Arme gegriffen. Auch nachdem er sich zur Ruhe gesetzt hatte, riss seine Verbundenheit zur Leichtathletik und dem ABC nie ab. Immer wieder stellte er seine Hilfsbereitschaft unter Beweis.

Wir werden Richard Zintel als untadeligen Sportler und Mensch in bleibender Erinnerung behalten. *(khr)*

1949:
Richard Zintel
(Zweiter von links vorne)
im Kreise der ersten
Leichtathleten vom SV Phönix

1951:
Richard Zintel,
Karlheinz Monreal,
Hans Hiss,
Klaus Schick
und Trainer Karl Appel

1962:
Jürgen Profé in der
3x1000-m-Staffel von Phönix
im Südweststadion

Jürgen Profé
an seinem 75. Geburtstag

Jürgen Profé †

Ende der 50er Jahre stieß Jürgen Profé, beruflich bedingt in die Pfalz wechselnd, vom Hamburger SV kommend, zum SV Phönix. Der hagere, zähe Mittelstreckler, der in der ewigen Pfalzbestenliste auf den Distanzen von 800 bis 5000 m noch immer vertreten ist, war am stärksten über die 1500 m, wo er mit seinen 3:49,8 Minuten noch heute Rang 20 der besten Pfälzer aller Zeiten einnimmt.

Später, nach Ende seiner sportlichen Karriere verschlug es den wortkargen Hanseaten mit seiner Frau Marlene zu den Schwaben, wo er zuletzt in Bobingen wohnte. Den Kontakt zum ABC hat er nie abreißen lassen. Seine Verbundenheit mit den Sportkameraden in Ludwigshafen stellte er immer wieder unter Beweis, nicht zuletzt durch Spenden, mit denen er unsere Leichtathletik unterstützte.

Am 9. Juni 2010 feierte er noch seinen 75. Geburtstag, schon ahnend, dass ihn eine schlimme ärztliche Diagnose erwarten würde. Dies wurde schnell zur Wahrheit. Am 6. August 2010, nur knapp 2 Monate später, verstarb er in einer Lungenspezialklinik in München-Gauding nach kurzer schwerer Krankheit.

Wir wollen unserem untadeligen Sportsfreund Jürgen Profé ein ehrendes Andenken bewahren. *(khr)*

Ein Unternehmen übernimmt Verantwortung für das Gemeinwohl

Lotto Rheinland-Pfalz hat sein soziales, kulturelles und sportliches Engagement und sein über Jahrzehnte aufgebautes gesellschaftliches Netzwerk auf eigene, breite Füße gestellt. Das Koblenzer Glücksspielunternehmen hat Ende 2007 eine Stiftung gegründet: Die Lotto-Stiftung Rheinland-Pfalz. Diese wirkt seitdem noch effektiver und öffentlichkeitswirksamer für den guten Zweck. Lotto Rheinland-Pfalz unterstreicht mit dieser Stiftung, wie nachhaltig das Unternehmen seiner Verantwortung für das Gemeinwohl nachkommt. Die Lotto-Stiftung hat sich dem Leitsatz verschrieben, schnell und unbürokratisch vielen Menschen im Brennpunkt der Not zu helfen.

Nach dem Vorbild anderer Bundesländer wird die Stiftung zudem vor allem durch die systematische Erschließung und Weitergabe finanzieller Mittel ein verantwortungsbewusster, verlässlicher und starker Partner vieler gesellschaftlicher Initiativen in Rheinland-Pfalz sein.

Für was genau werden die Gelder eingesetzt?

Die Stiftung wird alles fördern, was dem Gemeinwohl in unserem Bundesland wirksam und zielführend dient. Förderziele sind nicht nur soziale Zwecke, sondern unter anderem auch Wissenschaft, Forschung, Kunst und Kultur, Völkerverständigung, Sport und Brauchtum.

Kennen Sie bedürftige Menschen oder gemeinnützige Institutionen?

Dann schicken Sie Ihren Antrag an:

Lotto-Stiftung Rheinland-Pfalz
c/o Lotto Rheinland-Pfalz
Ferdinand-Sauerbruch-Straße 2
56073 Koblenz

Telefon 0261 9438-5666
Telefax 0261 9438-617
e-mail: stiftung@lotto-rlp.de

Konto:
Dresdner Bank AG
Kto-Nr. 01 032 008 00
BLZ 500 800 00

Anzeige

Ein starker Partner des Sports

Wir übernehmen Verantwortung für das Gemeinwohl.

LOTTO STIFTUNG
RHEINLAND-PFALZ

Lotto Rheinland-Pfalz - Stiftung · Ferdinand-Sauerbruch-Straße 2 · 56073 Koblenz · Dresdner Bank AG · Konto: 01 032 008 00 · BLZ: 500 800 00

Technische Werke Ludwigshafen AG · Industriestr. 3/3a · 67063 Ludwigshafen · TWL Kundenzentrum: Kostenlose Ruf-Nr. 0800-11 22 7 00