

SPORT

Informationen über den TSV Friedberg Fauerbach 1885 e.V.

Nr. 19 / 1-2018



SAISONRÜCKBLICK SENIOREN Seite 13



JAHRESHAUPT-VERSAMMLUNG Seite 3



ADVENTSNACHMITTAG Seite 32



NEUES VOM BREITENSPORT Seite 24



ZIRKUSFREIZEIT BEIM TSV Seite 30



SAISONRÜCKBLICK NACHWUCHS Seite 10



SAISONRÜCKBLICK AKTIVE Seite 5

Inhalt

Seite

Martins Trainingstagebuch	2
Jahreshauptversammlung	3
Sportabzeichen	4
Saisonrückblick Aktive	5
Saisonrückblick Nachwuchs	10
Saisonrückblick Senioren	13
Hallenbelegung	15
Erfolge 2017/2018 des TSV und der LG ovag	16
TSV/LG Veranstaltungen 2018	17
Hallenbestenliste 2017/2018 der LG ovag	18
Hallenbestenliste 2017/2018 des TSV	19
Trainingstermine Leichtathletik	20
ovag	21
Trainingslager in Spanien	22
Trainingslager in Saarbrücken	22
Trainingslager in der TSV-Turnhalle	23
Ausflug der Jugendabteilung	23
Kurs-Vorstellung Breitensport	24
Neues von den Kampfrichtern	29
Zirkusfreizeit	30
Adventsnachmittag	32
Skifreizeit	34
Stellenausschreibung	35

Impressum

Herausgeber:

TSV Friedberg-Fauerbach 1885 e.V.
 Am Runden Garten 17 • 61169 Friedberg
 Telefon: 0 60 31 / 62300 • Fax: 0 60 31 / 67 27 60 3
 tsvff@gmx.de • www.tsv-friedberg-fauerbach.net

Redaktion:

Haimo Emminger, Julia Nestle, Michael Wiener.
 Fotos: Hans Moder und Holger Beims.

Redaktionelle Beiträge an:

julia.nestle@gmx.de

Sponsoring:

Wetterauer Druckerei
 Am Kindergarten 1 • 61169 Friedberg-Fauerbach
 info@wdfb.de

Print kompensiert
 Die Sprint ist klimaneutral produziert
Id-Nr. 1000073
 www.bdm-online.de

>> Martins Trainingstagebuch



Schon gewusst? Sport ist in Hessen Staatsziel!

Stadt und Kreis haben nun eine neue politische Spitze. Aus vereinsportlicher Sicht wird man abwarten müssen, ob sich für die Sportvereine nennenswerte Veränderungen ergeben. Aus anderen Städten wie Frankfurt ist zu hören, dass Sportvereine mangels ausreichender Sportanlagen und Hallenkapazitäten Aufnahmestopps verfügt haben. Man habe zwar genügend Freiwillige, aber es fehle an Platz, so heißt es. Aus der Wetterau und Friedberg ist dies noch nicht zu hören. Eine Forderung an die politische Spitze in Stadt und Kreis wäre aber, dass es zu einer solchen Situation hier erst gar nicht kommen darf. Eine weitere Forderung wäre, die Verfügbarkeit der kreiseigenen Anlagen endlich auch über die Ferien und an den Wochenenden allen Vereinen zu gewähren und auch die Verfügbarkeit von Sportgeräten sicherzustellen, zumal laut hessischer Verfassung der Sport den Schutz und die Pflege des Staates, der Gemeinden und der Gemeindeverbände genießt.

Größere Hallenkapazitäten oder einen Ausbau von Sportanlagen würden auch dem TSV zugutekommen. Die Innovationskraft und das Engagement des Vereins sind gerade in diesem Frühjahr mit der 3. Zirkusfreizeit, dem 5. Ostertrainingslager für Jugendliche und dem jährlich stattfindenden Trainingslager der Aktiven wieder eindrucksvoll unter Beweis gestellt worden. Es werden viele Ideen diskutiert, für einige würde es auch weiterer Hallenkapazitäten bedürfen.

Eine große Herausforderung besteht für uns darin, für alle diejenigen Kinder und Jugendlichen des Vereins, die etwa zur Leichtathletik kommen, dort aber nicht bleiben, attraktive andere Sportangebote zu schaffen. Dies können andere Leistungssportangebote oder aber Breitensportangebote sein. Hier hat der Verein noch Potential und Ideen, welche wir in Zukunft auf jeden Fall noch nutzen wollen. Daran knüpfen nahtlos die Themen an, über die wir in der Jahreshauptversammlung referiert haben: Zukunftskonzepte der Vorstandsarbeit und die Notwendigkeit, jüngeren Übungsleiternachwuchs zu gewinnen.

Eine angenehme Lektüre der vielfältigen Aktivitäten des vergangenen Halbjahrs in dieser wieder von der Wetterauer Druckerei hervorragend erstellten Ausgabe wünscht allen Lesern der Sprint,

Martin Göller

Vorstandssprecher

TSV 1885 Friedberg-Fauerbach e.V.

>> Die Zukunft im Blick

Als Vorstand Verwaltung übernahm HaJo Müller bei der Jahreshauptversammlung des TSV Friedberg-Fauerbach in unserer Turnhalle jüngst nicht nur den Part von Vorstandssprecher Martin Göller, sondern trug auch die Berichte der ebenfalls verhinderten Vorstände Christian Böhm (Veranstaltungen) sowie Julia Nestle (Öffentlichkeitsarbeit) vor.

menhängend eine verbesserte Nutzung der Sporthalle – sie existiert seit 61 Jahren –, sowie Gespräche mit politischen Amtsträgern bei Stadt und Kreis. Im Rahmen der Professionalisierung der Vereinsführung ist ein Konzept zur Erfüllung der ab 25. Mai geltenden neuen Vorschriften zum Datenschutz erstellt worden.

Um den Breiten- und Gesundheitssport kümmert sich Hans Moder mit insgesamt 25 Übungsleitern für Fitness, REHA und Breitensport. Er dankte Bianca Hofmann und Sandra Beims für die tolle Betreuung der rund 100 Kids, die nach Ostern bei der Ferienzirkuswoche als Aktive mitgemacht haben und ihre Angehörigen im Zelt des Zirkus Rondel bei der Galaveranstaltung begeisterten.



Blick in den Saal auf die Mitglieder und Teilnehmer der Jahreshauptversammlung

Die zahlreich erschienen Vereinsmitglieder, darunter Ehrenmitglieder und aktive Sportler, wurden über die Vorjahresereignisse informiert, im Fokus standen aber die sportliche und wirtschaftliche Zukunft des mit rund 900 Mitgliedern größten Leichtathletikvereins der Region. Damit befasst sich der Vorstand in Klausurtagungen, auch gemeinsam mit dem Leichtathletikkreis Wetterau. Ein Konzept für die Nachfolge des Vorstands Leistungssport wird intensiv verfolgt, denn der umtriebige Volker Weber möchte nach vielen stressigen wie erfolgreichen Jahren Aufgaben abgeben. Einmal mehr konnte er über zahlreiche Spitzenleistungen „seiner“ Athleten berichten: „In der Vereinsrangliste des Deutschen Leichtathletikverbandes steht der TSV auf dem fünften Rang, stellt er doch einen Europameister, elf Deutsche, sieben Süddeutsche und 65 Hessische Meister“, so Weber.

Auch zu anderen Vorstandspositionen werden Überlegungen zur Verjüngung angestellt. Weitere Vorstandsaktivitäten sind die behutsame Weiterentwicklung des Breitensports und damit zusam-

menhängend eine verbesserte Nutzung der Sporthalle – sie existiert seit 61 Jahren –, sowie Gespräche mit politischen Amtsträgern bei Stadt und Kreis. Im Rahmen der Professionalisierung der Vereinsführung ist ein Konzept zur Erfüllung der ab 25. Mai geltenden neuen Vorschriften zum Datenschutz erstellt worden.

Ergänzend zu den sportlichen Erfolgen der Vereinsmitglieder informierte Volker Weber über die vom TSV auszurichtenden Kreismeisterschaften, den Altstadtlauf sowie den OVAG Sprint- und Energie Cup. Auf dem Burgfeld ist ein neuer Container für die Ausstattung der Stabhochsprunganlage beantragt. In diesem Jahr fand bereits ein Trainingslager in Spanien statt und es wird wieder vier Tagungen mit den 17 Leichtathletik-Übungsleitern geben. „Ich möchte zum Ende der Saison einiges abgeben und daher die Saison 2019 selbst nicht mehr planen“, sagte der erfolgreiche Vorstand Leistungssport, deshalb werde die Suche nach seinem Nachfolger dringend.

Lebenslänglich für 26 Jahre

Zahlreiche Sportler wurden mit der DLV-Bestennadel in Gold, Silber und Bronze ausgezeichnet, allen voran die „goldenen Leistungssportler“ Steven Müller, Lars Hieronymi, Gordon Porsch und Gesa Kratzsch.

Der Vorstand schlug der Mitgliederversammlung vor, Karin Loos als besonders um den TSV verdientes Mitglied mit der Ehrenmitgliedschaft auf Lebenszeit auszuzeichnen. Die vielfache deutsche und Hessische Meisterin ist 26 Jahre als Übungsleiterin aktiv und muss nun verletzungs- und krankheitsbedingt kürzer treten. Die Versammlung reagierte auf den Vorschlag begeistert und votierte einstimmig dafür. Aus den Händen von



Karin Loos wird als TSV-Ehrenmitglied auf Lebenszeit ausgezeichnet

HaJo Müller und Hans Moder erhielt sie die Ehrenurkunde und ein Präsent. „Nicht mehr weitermachen zu können, das habe ich nicht gewollt“, sagte eine gerührte Karin den Gratulanten. (Fotos) Geehrt wurden zudem Mitglieder, die dem Verein 60, 50, 40 und 25 Jahre angehören.

Zum Thema Veranstaltungen 2018 wurde die erfolgreiche März-Skiwoche der Brettl-Fans in Wagrain angesprochen, der für September geplante Ausflug der Funktionsträger des Vereins und die jährlichen Saisonabschluss- und Nikolausfeiern.

Nach Christian Weber, Vorstand Gebäudemanagement, trug die Photovoltaik-Anlage auf dem Hallendach positiv zum Finanzergebnis bei. Im Kraftraum ist eine Heizung eingebaut und an der Bühne ein Prallschutz angebracht worden. Das Dach im Anbau ist noch zu sanieren und feuchte Kellerräume erfordern ebenfalls weitere Maßnahmen. Auch eine Erneuerung der Hausanschlüsse – die Halle besteht 61 Jahre – steht an.

Julia Nestle, Vorstand Öffentlichkeitsarbeit, wegen eines DLV-Workshops zur EM in Berlin, verwies in ihrem verlesenen Bericht auf die neue Homepage und bat um Beiträge, „die alle Seiten des Vereinslebens widerspiegeln. Eine Website ist nur so gut wie sie aktuell ist“. Eine Facebookseite wurde eingerichtet, damit Athleten schon am Sportplatz ihre Eindrücke schildern können. News zum Verein und Sportergebnisse gehen an 13 regionale Zeitungen. Dankenswerterweise übernimmt die Wetterauer Druckerei die jährlich zwei Ausgaben von „Sprint“, wofür ebenfalls Beiträge erbeten werden.

Der Vorstand Finanzen, Torsten Ilge, zeigte zusammenfassend die solide Einnahmen- und Ausgabenentwicklung 2017 auf, die im Vorjahr mit einem leichten Überschuss abschloss. Für die Kassenprüfer bestätigte Marc Gutenberg eine ordentliche Verbuchung der Belege und eine erfolgreiche Prüfung. Einstimmig wurden satzungsgemäß als neue Kassenprüfer Ernst Witzani und Dirk Leiacker gewählt, die Marc Gutenberg in 2018 unterstützen sollen.

59 Gewinner – so viele Sportabzeichen wie noch nie beim TSV!

Hans Moder, im TSV-Vorstand zuständig für den Gesundheit- und Breitensport, hat Anfang Februar den kleinen und großen Sportlern im TSV ihre Sportabzeichen-Urkunden überreicht. Die Urkundenvergabe im Gymnastikraum der TSV-Turnhalle begann mit einer kleinen Ansprache von Hans. Er erzählte etwas über die tollen Teilnehmerzahlen im Jahr 2017, die mit 59 bei unserem Verein noch nie zuvor so hoch waren. Moder sprach die Hoffnung an die zahlreich erschienen Eltern der kleinen Sportler aus, sich im Jahr 2018 doch auch mal an die Herausforderung des Erwerbs des Sportabzeichens zu wagen, um ihren Sprösslingen zu zeigen, wie fit sie selbst sind. Von Anfang Mai bis Ende September findet freitags von 18 bis 19.30 Uhr unter Anleitung von Hans Moder auf dem Burgfeld das Training für die verschiedenen Disziplinen zum Erwerb statt. Die Teilnahme ist für jeden offen und ohne Vereinsmitgliedschaft möglich. Das Abzeichen kann in allen Altersstufen erworben werden.

Anschließend überreichte Moder gemeinsam mit den Trainern die Urkunden samt Anstecker, entsprechend der erreichten Leistung in Bronze, Silber und Gold an 44 Kinder und Jugendliche sowie an 15 Erwachsene. 41 Mal gab es die höchste Auszeichnung in Gold, 17 Mal Silber und ein Mal in Bronze. Drei Sportler erhielten eine besondere Ehrennadel: Christina Paulencu und Markus Jost haben die Auszeichnung bereits zum fünften Mal errungen, Eva Kratzsch zum 15. Mal! Zum Vergleich: 2016 hatte es 24 kleine und 23 große Sieger gegeben.



Die LG-Topathleten Steven Müller, Lars Hieronymi, Gordon Porsch und Gesa Kratzsch, eingrahmt von HaJo Müller und Volker Weber



Ein Blick auf die vielen Sportabzeichen-Teilnehmer

>> Saisonrückblick Aktive

Unsere aktiven Sportler haben die (bisher) erfolgreichste Hallensaison in der Geschichte des Vereins abgeliefert. Wer auf einem der Meetings oder sogar bei den Deutschen Hallenmeisterschaften in Dortmund zuschauen und anfeuern war, konnte begeisternden Sport von unseren Athleten miterleben. Garanten für die absoluten Top-Ergebnisse waren Steven Müller und Gordon Porsch, aber sicherlich auch Lars Hieronymi, der zwar nicht mit Medaillen, wohl aber mit Spitzenzeiten überzeugen konnte.

Nachfolgend lest ihr die größten Erfolge unserer Aktiven-, Nachwuchs- und Senioren-Sportler aus der Hallensaison 2018, zusätzlich gibt es ein kleines Interview mit unseren Topathleten. Die gesamte Ergebnis- und Bestenliste folgt wie gewohnt etwas weiter hinten in der SPRINT.

Der Triumph von Dortmund

Die Saison war schon vor den Titelkämpfen in Dortmund richtig gut aus LG-Sicht. Doch dann galt es, die gute Form, die starken Vorleistungen auf die

Bahn bzw über die Latte zu bringen. Unsere Athleten hielten dem sicher nicht geringen Druck aufgrund eben dieser Vorleistungen stand und krönten eine tolle Hallensaison mit dem Titel für Steven Müller über 200 Meter sowie der Silbermedaille für Stabhochspringer Gordon Porsch.

Gerade Steven hatte in den vergangenen Jahren oft Pech mit Platz vier, jetzt konnte er als Vorlaufschleuniger das Ergebnis auch im Finale erreichen. Völlig überwältigt stand der Sprinter vor der Anzeigetafel, wo eine neue Bestzeit von 21,05 Sekunden und Rang eins aufleuchteten. In der deutschen Bestenliste belegt Steven Müller mit dieser Zeit am Ende der Saison übrigens Platz eins - schneller war im Winter 2017/2018 keiner. Auch über 60 Meter überzeugte er in der Hallensaison mit neuer Bestzeit von 6,81 Sekunden, gelaufen ebenfalls in Dortmund, allerdings bei einem Meeting und nicht bei den Deutschen.

Gordon Porsch sorgte in der diesjährigen Hallensaison für einige Jubler, konnte er doch in mehreren Wettkämpfen seine Bestmarke steigern. So auch kurz vor den Deutschen, als er mit 5,61 Metern in Sindelfingen direkt in den Kreis der Medaillenkandidaten hinein sprang. Auch Gordon konnte

dem großen Druck standhalten. Er meisterte 5,58 Meter als erster Teilnehmer (im zweiten Versuch). Bei 5,68 Metern war für ihn dann Schluss. Als nur Ex-Weltmeister Raphael Holzdeppe diese Höhe überquerte war klar: Gordon Porsch gewinnt die Silbermedaille bei seinen ersten Deutschen Hallenmeisterschaften. Den Vizetitel und den Platz auf dem Siegerpodest teilte er sich höhengleich mit Karsten Dilla aus Leverkusen. „Ich war super aufgeregt bei meinen ersten Sprüngen, kam dann aber gut in den Wettkampf rein“, analysiert Porsch. „Dass ich mein Niveau so souverän bestätigen konnte, hat mich selbst überrascht und macht mich einfach nur glücklich.“ Wie auch Teamkollege Steven Müller, war der 22-Jährige total begeistert von der Stimmung in Dortmund. „Ein tolles Wochenende für unseren Verein“, freute sich auch unser Leistungssportchef Volker Weber. Wie oben schon erwähnt, konnte auch Lars Hieronymi überzeugen. Der Sprinter wurde in 22,09 Sekunden toller Fünfter über 200 Meter. Im Zeitvorlauf ging es sogar noch etwas schneller: 21,93 Sekunden. Über die 60 Meter finishte Lars in seinem Vorlauf gegen starke Konkurrenz in 7,04 Sekunden.



Da ist die Medaille! Steven Müller feiert seinen ersten deutschen Meistertitel über 200m.



Erfolgreiches Duo: Gordon mit Vater und Trainer Dietmar Porsch nach der Bestmarke von 5,61m in Sindelfingen.

Zwei Hochschul-Titel für die LG

Die Deutschen Hallenmeisterschaften der Studenten, die ja seit Jahren in Frankfurt-Kalbach ausgetragen werden, sind jedes Jahr für die LG ovag ein guter Formcheck kurz vor den Titelkämpfen auf nationaler Ebene. Und in diesem Jahr wurde es ein besonders erfolgreicher Formcheck.

Steven Müller und Gordon Porsch feierten jeweils die Goldmedaille in ihren Disziplinen. Steven holte sich nach dem Freiluft-Titel vergangenen Sommer nun auch den Hallenmeistertitel bei den Hochschulmeisterschaften. Der mittlerweile fertig gewordene Lehramtsstudent der Uni Kassel gewann in 21,40 Sekunden über 200 Meter. Direkt hinter ihm sorgte Lars Hieronymi für einen Fauerbacher Doppelerfolg. Im Trikot der TU Darmstadt sprintete Hieronymi 21,86 Sekunden. Knapp an einer Medaille vorbei schrammte Steven Müller dann über 60 Meter. Im Sprintfinale stoppte die Zeit für ihn bei 6,86 Sekunden - Platz vier. Teamkollege Lars Hieronymi kam auf 6,97 Sekunden und Platz sieben.

Etwas angeschlagen von einem Infekt ging Gordon Porsch, der an der Frankfurter Goethe-Uni studiert, in die Meisterschaften rein. Der Stabhochspringer stieg bei 5,20 Meter in den Wettkampf ein - und überquerte die Höhe direkt im ersten Versuch. Nach ausgelassen 5,25 Meter scheiterte Gordon dann zwar drei Mal an der Höhe von 5,30 Meter, stand

zu diesem Zeitpunkt aber eh schon als neuer deutscher Hochschulmeister fest, sodass er andere Stäbe testen und ein bisschen „ausprobieren“ konnte. Bei den Frauen hatten wir dieses Jahr mit Sophie Burkhardt nur eine Athletin am Start. Die 3.000 Meter finishte die Studentin der Uni Frankfurt in 10:10,13 Minuten - Rang fünf.

Magische 5,61m: der Höhenflug von Porsch bei den Süddeutschen

5,61 Meter. Das musste Gordon Porsch erstmal sacken lassen. Endlich haben sich all die Mühen, die Quälerei im Training, das nervige Pausieren und Warten nach Verletzungen gelohnt. Wieder konnte der LG-Athlet beweisen, wie gut er drauf ist. Seine Bestmarke hatte er erst wenige Zeit vor den Süddeutschen Hallenmeisterschaften auf 5,40 Meter schrauben können. Jetzt also der erneute Triumph, die erneute Steigerung im Glaspalast von Sindelfingen.

Nach 5,20 und 5,40 Metern erzielte der 22-Jährige zunächst mit 5,51 Metern eine neue Bestmarke. Im zweiten Versuch über 5,61 Meter war Gordon Porsch drüber über die magische Höhe. Das war damit nicht nur neue persönliche Bestleistung und neuer Kreisrekord - sondern eben auch der Sprung mitten rein in die deutsche Stabhochsprung-Spitze. Höher als Gordon Porsch kam in Hessen übrigens bislang nur ein einziger Athlet: Der ehemalige Weltklasse-Stab-

hochspringer Tim Lobinger, der mit 5,80 Metern immer noch den hessischen Hallenrekord hält. Aufgrund seiner Leistungen wurde Gordon übrigens auch zu



Alexander Decher, Robin Flach, Lars Hieronymi und Manuel Christof liefen über 4x200m zum Hessentitel.

prestigeträchtigen Meetings wie dem Zeltspringen in Merzig oder dem internationalen Wettkampf in Zoetemeer/Niederlande eingeladen.

Neben Gordon Porsch wusste aber auch Steven Müller wieder zu überzeugen. Er gewann den süddeutschen Meistertitel über 200 Meter in 21,35 Sekunden. Im Zeitvorlauf war er exakt dieselbe Zeit gesprintet. Nach dem deutschen Hochschulmeistertitel war es für Steven Müller die zweite wichtige Goldmedaille innerhalb weniger Tage. Teamkollege Lars Hieronymi überzeugte in seinem Zeitvorlauf mit neuer Saisonbestmarke von 21,75 Sekunden. Im Finale holte er dann in 21,89 Sekunden Bronze. Über die 60 Meter-Sprintstrecke verpasste Lars das Finale um winzige zwei Hundertstel, finishte im Zwischenlauf in 6,97 Sekunden. Eine weitere Medaille gab es für die Kreisstädter wie erhofft mit der Staffel über 4x200 Meter. Steven Müller, Lars Hieronymi und die beiden Jugendlichen Manuel Christof und Alexander Decher sprinteten in 1:29,94 Minuten hinter der LG Rhein-Wied als Zweite ins Ziel und wurden somit „Vize“.

Zehn Medaillen bei den Hessischen

Fast ein Meter Vorsprung vor der Konkurrenz. Was klingt wie der Zieleinlauf



Steven Müller, Gordon Porsch und Lars Hieronymi schnappten sich bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften in der Kalbacher Halle die Medaillen.

bei einem Sprintduell, war das Ergebnis von Stabhochspringer Gordon Porsch bei den Hessischen Hallenmeisterschaften. Mit 5,30 Meter und Rang eins ließ der Athlet erwartungsgemäß nichts anbrennen in Kalbach. Knapp an einer Medaille vorbei sprang sein Team- und Trainingskollege Teetje Thomas mit ordentlichen 4,20 Meter auf Rang vier. Einen weiteren Titel sicherte sich die 4x200 Meter-Staffel in der Besetzung Lars Hieronymi, Robin Flach, Manuel Christof und Alexander Decher in 1:31,64 Minuten. Staffelsieger Lars Hieronymi wurde zudem über alle weiteren Sprint-Distanzen hessischer Vizemeister. Über 60 Meter finishte er im Finale in 6,87 Sekunden auf Rang zwei. Die Hallenrunde absolvierte er in 21,91 Sekunden und die doppelte Strecke in 49,90 Sekunden. Hier wurde Manuel Christof Fünfter in 51,13 Sekunden.

Medaillentechnisch überragend lief es aus unserer Sicht für die LG-Frauen. Das 4x200 Meter-Quartett mit Abike Tabel, Anna Hülsmann, Annika Lena Lietz und Selina Weber kam in 1:43,41 Minuten ins Ziel und feierte die hessische Meisterschaft. Staffelläuferin Anna Hülsmann schnappte sich ihre zweite Gold-



Waren in der Halle wieder eine Macht: die Aktiven der LG ovag Friedberg-Fauerbach mit den Trainern Volker und Michael Weber sowie Dietmar Porsch.

medaille dann über 400 Meter in 58,94 Sekunden. Bronze gab es auch noch, für Anna's Rennen über 200 Meter in 25,73 Sekunden. Hier wurde Abike Tabel Fünfte in 26,14 Sekunden. Im 60 Meter-Finale lief Alina Schneider schneller als im vergangenen Jahr, kam in 7,81 Sekunden auf Platz vier. Elena Kleinpaß kam über die doppelte Stadionrunde

auf 61,82 Sekunden und Rang acht. Richtig gut liefen die Hessischen für die Mittelstrecklerin Sophie Burkhardt. Über 1.500 Meter lief die Kreisstädterin allen auf und davon, wurde in 4:44,31 Minuten hessische Meisterin. Die 800 Meter absolvierte sie in 2:16,37 Minuten – Bronze.

Erste Freiluftergebnisse hessischer Meisterschaften:

Es gehört zum Los der hessischen Langstreckler, früh in der Saison zum Start antreten zu müssen. Was sonst bei eher kalten Temperaturen vonstatten geht, geschah diesjährig bei recht sommerlichen Temperaturen von 30 Grad. Lauf-talent Linus Doufrain wagte sich auf die sieben-einhalb Runden des 3000m Laufes bei den Hessischen Meisterschaften in Bergen-Enkheim und schloss als 9. mit einer Zeit von 11:12,05 Minuten.

Fast so schnell – aber mit Hindernissen – war etwas später Sophie Burkhardt bei den Hessischen Hindernis-Meisterschaften in Pfungstadt. In ihrem ersten Hindernisrennen überhaupt kam sie in 11:28,25 Minuten auf Rang 4. Bei der gleichen Veranstaltung belegten Degen Ayele und Karim El-Malki bei den Männern die Plätze 4 und 7 (9:52,62 und 11:24,90).



Linus und sein Trainer Timo Slota.

>> 3 Fragen - 3 Antworten...

... an unsere Topathleten Steven Müller, Gordon Porsch und Lars Hieronymi

Steven Müller, deutscher Meister über 200m

1 Wie groß war die Erleichterung, dass es jetzt endlich mit einer Medaille über 200m geklappt hat? „Es ist keine „Erleichterung“, sondern pure Freude, dass sich die Arbeit der letzten Jahre ausgezahlt hat. Dass es letztendlich damit zum Meistertitel gereicht hat, ist umso schöner.“

2 Was hat dich in dieser Hallensaison besser gemacht als in den Jahren zuvor? „Das kann ich so nicht direkt beantworten, was mich besser gemacht hat. Auch in den letzten Jahren habe ich konzentriert an mir gearbeitet und war auf meine Aufgaben fokussiert. Ich denke, ich habe mittlerweile einfach mehr Erfahrung in Wettkampfsituationen und war an der Reihe.“

3 Was erwartest du von der Sommersaison 2018? „Wenn man Deutscher Meister geworden ist, liegt auf der Hand, dass man mehr will. Deshalb möchte ich mich einerseits in der deutschen Spitze etablieren und andererseits schiele ich nach Europa.“

Gordon Porsch, deutscher Vizemeister im Stabhochsprung

1 Wie erklärst du dir deinen plötzlichen Durchbruch in die deutsche Spitze? „Ich musste nach meinem Trainingsunfall im Winter 2017, der mich fast das Leben gekostet hätte, eine wichtige Entscheidung treffen. Möchtest du mit Stabhochsprung weiter machen? Mein Vater hätte es mir nicht übel genommen, wenn ich aufgehört hätte. Aber ich wusste in dem Moment, als ich aus dem Krankenhaus entlassen wurde und wieder in Kalbach stand, dass das Feuer für den Stabhochsprung nicht erloschen war und ich alles daran setzen wollte, wieder an die alte Form anzuknüpfen. Die Sommersaison wurde letztes Jahr gekrönt mit dem Aachener Domspringen. Als ich dort im Anlauf stand vor 6.000 jubelnden Zuschauern wurde mir eins schlagartig klar: Hier will ich dazu gehören - und zwar dauerhaft. Das war für mich ein Schlüsselmoment, in dem ich mir vorgenommen habe, den weiteren Weg deutlich professioneller zu gestalten. Ich habe

mein Krafttraining in die Hände von Dirk Lösel Therapie und Training gegeben und profitiere von der Zusammenarbeit enorm. Ich habe mein mentales Training in Zusammenarbeit mit Suzanna Maric deutlich stärker in den Fokus gerückt. Außerdem habe ich meine Ernährung bewusster gestaltet und mein Studium nach dem Leistungssport ausgerichtet. Ich habe alle Faktoren dem Ziel entgegen gerichtet. Und: Oftmals war weniger einfach mehr. Darauf zu hören, wenn der Körper sagt ich kann nicht mehr und in der nächsten Einheit wieder Vollgas zu geben. Das habe ich früher nicht gemacht und immer versucht, mit meinem Ehrgeiz meinen Körper zu unterwerfen. Grundsätzlich haben im Winter 2018 einfach alle Faktoren zusammengepasst.“

2 Welche Gedanken gingen dir durch den Kopf, als du die Medaille sicher hattest? „Ich konnte erstmal gar nicht glauben, was in Dortmund abging. Da werde ich deutscher Vizemeister und 20 Minuten später schnappt sich Steven die Goldmedaille. Der Hammer!!! Ich hatte schon ein paar Tränen in den Augen, als mir dann definitiv klar war, dass ich meine erste Einzelmedaille gewonnen habe. Zumal hinter diesem Erfolg eine kleine Geschichte steht. Am 17.2.18 fanden die Deutschen Meisterschaften statt. Genau ein Jahr zuvor ist meine Großmutter verstorben, deshalb hatte ich mir fest vorgenommen eine Medaille für sie zu gewinnen. Dass ich das für sie geschafft habe, hat mich glücklich und stolz gemacht. Zudem ist es einfach schön zu merken, dass sich die ganze harte Arbeit ausgezahlt hat und noch so viel mehr Potenzial dagewesen wäre. Um ehrlich zu sein habe ich mich sogar ein bisschen geärgert, dass ich nicht noch höher gesprungen bin. Tja aber so bin ich halt, eben sehr ehrgeizig.“

3 Was hast du dir für die Freiluftsaison vorgenommen? „Ich will die erfolgreiche Arbeit mit meiner Trainingsgruppe fortsetzen und weiterhin viel Spaß am Sport haben. Der auf mir lastende Druck ist natürlich größer geworden, weil jetzt erwartet wird, dass ich mich für die EM in Berlin qualifiziere. Grundsätzlich mache ich mir darüber aber nicht allzu viel Gedanken. Ich merke, dass noch viel



Die LG-Topathleten Steven Müller, Gordon Porsch und Lars Hieronymi im Interview mit SPRINT-Redakteurin Julia.

Potenzial in mir steckt und wenn ich das ausspielen kann, müssen sich einige definitiv warm anziehen. In der deutschen Spitze angekommen zu sein, ist schon mal ganz nett, allerdings ist Raphael Holzdeppe noch 30cm entfernt, deswegen möchte ich erstmal meine Leistung aus dem Winter bestätigen und den Anschluss an die absolute deutsche Spitze verkleinern, um auch international konkurrenzfähig zu werden. Es wird definitiv spannend und ich freue mich auf den Fight um die Startplätze für Berlin. Die Vorbereitung läuft super und ich bin wieder verletzungsfrei durchgekommen. Ich bin heiß, fit und bereit mein Bestes zu geben, um mir einen lang ersehnten Kindheitstraum zu erfüllen. Doch von nichts kommt nichts und deswegen muss ich noch ein paar anstrengende Einheiten absolvieren und hart für mein Ziel arbeiten.

Lars Hieronymi, Silber bei Deutschen Hochschulmeisterschaften

1 Wie fällt dein Hallenfazit aus? „Ich kann positiv auf meine Hallensaison zurückblicken. Ich bin etwas schwer rein gekommen, hatte Probleme, meinen Lauf zu finden. Am Ende dann aber mit einem fünften Platz bei den Deutschen Hallenmeisterschaften und einem zweiten Platz und somit Silber bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften in der Halle dazu stehen, macht mich super happy.“

2 Woran arbeitest du aktuell besonders und wie sieht dein Trainingsalltag derzeit aus? „Aktuell haben wir vor dem Start in die Freiluftsaison viele längere Läufe gemacht, die mir für die Strecken über 200 Meter und 400 Meter zu Gute

kommen sollen. Auch im Bereich Körperstabilität ist noch einiges nachzuarbeiten. Die Woche besteht durchschnittlich aus fünf Trainingseinheiten und zusätzlich wird zu Hause noch viel gedehnt und einiges an Stabi gemacht.“

3 Was für eine Überschrift würdest du über dich gerne in der nächsten SPRINT-Ausgabe lesen? „Lars Hieronymi knüpft an erfolgreiche Saison 2017 an“.

>> Ein Stabhochsprung-Ass in Friedberg: Carolin Hingst neu bei uns

Unzählige Wettkämpfe, vier deutsche Meistertitel, Teilnahmen bei Welt- und Europameisterschaften sowie den Olympischen Spielen in Athen und Peking. Ja, man kann mit Fug und Recht behaupten: Carolin Hingst hat den Frauen-Stabhochsprung in Deutschland über Jahre hinweg geprägt und weitergebracht, wie kaum eine andere. Mit einer Bestleistung von 4,72 Meter wird sie für immer im Kreise der besten Deutschen dabei sein. Zwischen 2001 und 2014 hat die gebürtige Donauwörtherin zudem weiteres Historisches geschafft: sie ist die einzige Athletin weltweit, die 14 Jahre in Folge eine Jahresbestleistung von mindestens 4,50 Meter erzielen konnte. Alles in allem also eine große Karriere, die künftig mit Friedberger Unterstützung in die nächste Runde geht. Wir haben mit Carolin Hingst über ihre Beweggründe und Ziele gesprochen.

SPRINT: Carolin, willkommen in unserem Verein! Wie kam es denn zum Wechsel in die Trainingsgruppe von Dietmar Porsch?

Carolin Hingst: Es war per Zufall. In den letzten 3 Jahren bin ich immer wieder mal nach Leverkusen zu Jörn Elberding zum Techniktraining gefahren. Nach Leverkusen sind es für mich einfache Fahrt 200km. Dieses Pensum im Auto kann man natürlich nicht täglich und auch nicht wöchentlich absolvieren, deshalb war ich in den letzten Jahren immer auf der Suche nach einer Stabhochsprung-Trainingsgruppe, die nicht ganz so weit von Mainz entfernt ist. Jörn Elberding sagte mir mal, dass es Gordon Porsch und seinen Vater Dietmar in der Nähe von Frankfurt gibt. Das war für mich ein Glückgriff. Ich rief bei Dietmar an und fragte, ob ich mal zum Training vorbeikommen kann. Das war letztes Jahr im Juli. Ab August legten wir dann mit dem zielgerichteten Training los.

SPRINT: Wie müssen wir uns deinen Trainingsalltag vorstellen?

Carolin: Ich trainiere jeden Tag ein bis zwei Mal und so oft es geht auch mit Dietmar, Gordon, Karolin, Teetje und Severin zur gleichen Zeit. Da mein Wohnort in Mainz ist, absolviere ich auch dort Einheiten, die ich selbstständig machen kann. Zwei bis drei Mal pro Woche sehen wir uns persönlich, machen Stabhochsprung, spezielle Kraftübungen und gehen auch gemeinsam Turnen. Und in den Osterferien, zum Beispiel, haben wir in Kalbach zwei Wochen lang jeden Tag zusammen sehr hart trainiert. Die Halle ist perfekt für ein leistungsorientiertes Training.

SPRINT: Welche Vorteile kannst du aus der Zusammenarbeit mit der Trainingsgruppe ziehen und was schätzt du an der Arbeit beim und mit dem TSV?

Carolin: Für mich war es in den letzten Jahren sehr anstrengend, alles immer alleine „durchziehen“ zu müssen. Mit einer Trainingsgruppe macht es einfach viel mehr Spaß und man kann sich auch gegenseitig pushen, aufbauen und korrigieren. Wir sind eine sehr heterogene Gruppe, aber alle haben wir das gleiche Ziel: unsere Stabhochsprungstechnik von Woche zu Woche zu verbessern und unsere Bestmarke zu toppen. Ich bin Dietmar sehr dankbar, dass ich in seiner Trainingsgruppe so herzlich aufgenommen worden bin und mittrainieren darf! Dietmar ist unglaublich motiviert und engagiert und überlegt sich immer wieder neue Elemente, was er mit uns trainieren kann. Man muss bedenken, dass Dietmar diesen wöchentlichen Aufwand in seiner Freizeit macht und umso schöner ist es, wenn von unterschiedlichen Organisationen noch eine Unterstützung kommt. Nur so kann Leistungssport funktionieren, wenn alle zusammen anpacken und das gleiche Denken haben!

SPRINT: Wie sehen deine Ziele für die anstehende Freiluftsaison aus?

Carolin: Ich liebe den Stabhochsprung und möchte mich immer weiterentwi-

ckeln. Dietmar und ich arbeiten daran, alte Muster bzw. Automatismen in einen neuen Bewegungsablauf umzuwandeln. Wenn mit das gelingt, was Dietmar mir lehrt, dann kann ich noch viel flüssiger und mit mehr Energie am Stab springen. Deshalb freue ich mich auf die kommenden Wettkämpfe!

SPRINT: Was machst du eigentlich neben dem Stabhochsprung?

Carolin: Seit über 4 Jahren bin ich in Mainz und Umgebung und auch deutschlandweit als Personal Trainerin unterwegs und mache mit Klienten ein 1:1 Training, gebe Kurse im Fitnessbereich und halte Vorträge oder Workshops in Unternehmen über Ernährung, Motivation und richtiges Training. Mit macht das sehr viel Spaß und Freude, es ist genau mein Ding, das weiterzugeben, wo ich das meiste Wissen und die meisten Erfahrungen gesammelt habe und mein Herz dafür brennt.



Glückliche erfolgreiche Gesichter: Carolin Hingst mit ihrem neuen Stabhochsprung-Coach Dietmar Porsch.

>> Saisonrückblick Nachwuchs

Egal ob Freiluft- oder Hallensaison: die Nachwuchsatleten des TSV qualifizieren sich regelmäßig für das jeweilige Saisonhighlight: die deutschen Jugendmeisterschaften. In diesem Jahr fanden sie in Halle an der Saale statt. Die 4x200 Meter-Staffel mit Fabienne Fliedner, Anne Schröder, Wiebke Linek und Lilli Thomalla lieferte eine gute Vorstellung ab, finishte in 1:45,01 Minuten. Aus insgesamt elf Vorläufen kamen nur die acht schnellsten Staffeln ins A- bzw. B-Finale. Dafür hätte das Quartett fast zwei Sekunden schneller laufen müssen. „In der Staffel war nicht mehr möglich, auch wenn die ersten beiden Wechsel hätten besser sein können“, lautete das Fazit von Coach Michael Weber. Im Einzel über 60 Meter gingen Anne Schröder und Fabienne Fliedner an den Start. Anne war stark erkältet, sonst wäre sicherlich noch mehr drin gewesen als die 8,00 Sekunden im Vorlauf. Fabienne qualifizierte sich in ihrem Vorlauf nach 7,81 Sekunden für die nächste Runde und lief damit dicht an ihre Bestzeit heran. Im Halbfinale kam sie dann nach einem kleinen Strauchler auf 7,85 Sekunden und schied aus.



Schnelle Mädels: Sayana Wilhelm, Laura Schien, Lucy Peter und Paula Schröder gewannen über 4x100 Meter bei den Hessischen.

Goldene Mädels bei den Süddeutschen

Fabienne Fliedner, Anne Schröder, Wiebke Linek und Sayana Wilhelm hatten bei den Süddeutschen in Sindelfingen richtig Grund zum Feiern. In 1:45,01 Minuten - übrigens exakt dieselbe Zeit, die die Mädels bei den Deutschen auf die Bahn trommelten - kam das Quartett ins Ziel und gewann überzeugend den Meistertitel und damit die Goldme-

daille. Eine kleine Enttäuschung erlebte Nachwuchstalent Fabienne Fliedner, die übrigens Mitte März beim 1. DLV-Talent-Camp mit anderen Athleten aus dem deutschen Nachwuchskader nach Kienbaum eingeladen worden war. Im Einzel über 60 Meter verpasste sie in 7,96 Sekunden nur hauchdünn das Finale. Anne Schröder 8,08 Sekunden im Zwischenlauf, Wiebke Linek kam auf 8,30 Sekunden (Vorlauf). Nach 200 Hallenmetern kam Fabienne auf Platz sechs in neuer Bestzeit von 26,27 Sekunden. Pech hatte Karolin Leiacker im Stabhochsprung. Sie überquerte 3,30 Meter und wurde damit Vierte. Mit ihrer Bestleistung von 3,50 Meter hätte sie Bronze oder sogar Silber sicher gehabt. Ein gutes Ergebnis erzielte Lilli Thomalla über 60 Meter Hürden. Nach neuer persönlicher Bestzeit von 9,23 Sekunden im Vorlauf bestätigte sie die Zeit im B-Finale noch einmal und wurde Sechste.

Viele Medaillen bei den Landesmeisterschaften

Einen Titel feierte zum Beispiel Rhea Happel bei den Hessischen Winterwurfmeisterschaften in Frankfurt. In der Altersklasse W15 feuerte sie den Speer auf 35,02 Meter. Damit hatte Rhea fast drei Meter Vorsprung auf den Rest der Konkurrenz. Ihr Teamkollege Benedict Michel sicherte sich die Vizemeisterschaft mit einem Silberwurf im Diskus der M14 auf 37,29 Meter.

Auch bei den Hessischen Meisterschaften im Blockspezifischen Mehrkampf in Kalbach waren unsere U14-Athleten stark dabei. Drei Mal Gold und ein Mal Silber gewannen die Nachwuchstalente. Erfolgreich waren Lilly Peter mit dem Titel in der W12 im Block Sprung, Anna Happel sowie Ben Gerlach im Block Sprint bzw. Sprung der Altersklasse 12. Noah Bornmann feierte in der M13 im Block Sprung die Vizemeisterschaft, Alina Adam musste den Blockwettkampf Lauf der W13 leider nach drei Disziplinen abbrechen.

Bei den Hessischen der U20 bzw. U16 in Hanau gab es insgesamt fünf Landesmeister und viele Medaillen. Am erfolgreichsten aus Kreisstädter Sicht waren die Mädels in der U16. Die 4x100 Meter



Trainer Holger Beims mit seinen Schützlingen der MJU16-Staffel

Staffel mit Laura Schien, Sayana Wilhelm, Lucy Peter und Paula Schröder verteidigte ihren Titel in 52,32 Sekunden. Dazu sicherte sich Amrei Thomas den hessischen Vizemeistertitel im Stabhochsprung mit 2,60 Meter. Staffelläuferin Sayana Wilhelm feierte die Silbermedaille über 300 Meter in neuer persönlicher Bestzeit von 42,74 Sekunden. Dazu kam Bronze im Kugelstoßen. Mit 11,13 Metern stieß Wilhelm in Hanau so weit wie noch nie. Im Weitsprung landete die TSV-lerin bei 5,01 Metern und Rang vier. Die Medaille knapp verpasst hat sie auch im Hochsprung. Mit übersprungenen 1,45 Meter wurde Sayana genauso Vierte wie Teamkollegin Laura Schien, die mit der Höhe ihre Bestmarke einstellte. Bei den Schülerinnen W14 feierte Lucy Peter neben dem Staffel-Gold mit den älteren Kolleginnen auch den Titel über 60 Meter Hürden. Nach 9,46 Sekunden steigerte sich Peter im Finale auf sehr schnelle 9,35 Sekunden. Im Mehrfachsprung landete sie bei 15,64 Metern und Silber. Auch im Weitsprung wurde Lucy hessische Vizemeisterin mit exakt fünf Metern.



Auch in dieser Hallensaison waren unsere Nachwuchsatleten wieder sehr erfolgreich.



Warten auf die Siegerehrung.

Fabienne Fliedner konnte ebenfalls überzeugen. Das Nachwuchstalent konnte in der U20 die Silbermedaille über 60 Meter gewinnen. Im Vorlauf hatte sie zwischenzeitlich mit 7,79 Sekunden und der zweitschnellsten Zeit des gesamten Feldes eine neue Bestmarke aufgestellt und sich damit von 7,95 Sekunden beachtlich gesteigert. Im engen Finale wurde sie dann in 7,82 Sekunden Zweite. Einen großen Erfolg feierte die 4x200 Meter Staffel der LG. Die Mädels konnten ihren Titel verteidigen. Wiebke Linek, Anne Schröder, Selina Weber und Fabienne Fliedner kamen in 1:45,41 Minuten knapp vor



Stolz halten die TSV-Kids ihre Urkunden in die Kamera.

Frankfurt und dem TV Goß-Gerau ins Ziel. Sechster wurde das zweite Team der LG mit Eva Harr, Alexandra Göller, Elena Kleinpaß und Elena Rieschel (1:50,98 min). Zwei Silbermedaillen gingen in der weiblichen U20 noch an die Kreisstadt. Karolin Leiacker übersprang im Stabhochsprung 3,20 Meter und wurde genauso Zweite wie Elena Klein-



Für jeden erfolgreichen Teilnehmer gab es in Rodheim Urkunden.

paß. Die holte in 62,66 Sekunden Silber über 400 Meter.

Bei den Jungs in der U20 gab es einen weiteren großen Erfolg: Teetje Thomas flog im Stabhochsprung zu Gold! Er überquerte als einziger 4,20 Meter. Manuel Christof holte Silber über 400 Meter in 51,15 Sekunden. Hier wurde Tim Dillemath Zehnter (55,41 sec.). Mit der Staffel hatten die beiden kein Glück. Gemeinsam mit Alexander Decher und David Michel wurde das Quartett disqualifiziert. Im Einzel über 60 Meter kam Alexander Decher insgesamt auf Rang acht. Über die Hallenrunde kam Manuel Christof auf Rang fünf (23,79 sec.), Dirk Leiacker wurde Siebter (25,20 sec.).

Die letzte Medaille aus Kreisstädter Sicht feierte Julian Markof in der M15. Das Nachwuchstalent wurde hessischer Jugendmeister über 60 Meter. Nach 7,59 Sekunden im Vorlauf steigerte er sich im Finale auf 7,50 Meter - ein toller Erfolg. Die 4x100 Meter Staffel mit Jonas Smolka, Esko Rieck, Finn Müller und Kaleil Sledge kam auf 51,13 Sekunden und Platz fünf. Teamkollege Esko Rieck wurde Siebter im Hochsprung mit überquerten 1,50 Meter. In der männlichen U18 kam der frischgebackene 60 Meter-Schülermeister Julian Markof gegen die ältere Konkurrenz in der U18 auf 7,66 Sekunden im Vorlauf. Teamkollege Tim Dillemath sprintete die 400 Meter in 54,33 Sekunden und wurde Vierter. Wie stark die Staffeln der LG ovag Friedberg-Fauerbach Jahr für Jahr sind, zeigte sich auch wieder in der weiblichen U18. Fabienne Fliedner, Anne Schröder, Wiebke Linek und Sayana Wilhelm kamen in 1:44,71 Minuten deutlich vor den Staffeln aus Gelnhausen und Frankfurt ins Ziel und wurden erneut hessische Jugendmeisterinnen. Im Einzel erzielte Karolin Leiacker die beste Platzierung, schnappte sich Silber im Stabhochsprung mit 3,30 Meter. Amrei Rieke Thomas kam auf 2,70 Meter und Rang sechs. Eva Harr konnte über 400 Meter gegen die ältere Konkurrenz auf Rang fünf laufen, finishte in 63,57 Sekunden. Einen tollen Erfolg feierte Fabienne Fliedner neben ihrem Staffeltitel: im Einzel über 60 Meter schaffte es das Nachwuchstalent ins Finale, wurde dort Fünfte. Sprint-Ass Fabienne Fliedner überzeugte zum Abschluss auch noch über 60 Meter Hürden. Nach 9,31

Sekunden im Vorlauf kam sie im Finale auf 9,43 Sekunden und Rang acht.

Spaß an der Leichtathletik: die TSV-Kids

Unsere ganz jungen Athleten waren beim Kinderleichtathletik-Teamevent in der Halle in Rodheim wieder sehr erfolgreich. Die U-12 konnte den Sieg für sich verzeichnen. In der U10 starteten wir gleich mit zwei Mannschaften und erzielten im riesigen Teilnehmer-



Bei so vielen jungen Sportlern war es nicht leicht, bei der Siegerehrung den Überblick zu behalten.

feld einmal den fünften und einmal den neunten Platz. Die Mannschaft der Altersklasse U8 komplettierte den gro-



Trainer Daniel Schwarz mit seinen Schützlingen.

Ben Mannschaftserfolg mit einem tollen dritten Platz! Unsere Teams hatten wieder viel Spaß beim Wettkampf, wie unsere kleine Bilderstrecke zeigt.

Hallenkreismeisterschaften: TSV sehr erfolgreich

(mw) Unser Nachwuchs hat bei den Kreismeisterschaften in der Kalbacher Halle wie gewohnt abgeräumt. Bei der zweitägigen Mammutveranstaltung in Kooperation mit den Kreisen Main- und Hochtaunus landeten die Athleten aus der Kreisstadt im Einzel 28 Mal auf dem ersten Platz – einsame Spitze. Dazu kamen elf Siege bei den Senioren, die auch kürzlich bis hin zu den Deutschen Meisterschaften gute Ergebnisse erzielt hatten. Zwölf Titel wurden in den Mehr-

kämpfen der U12 und U14 vergeben, hier ging die Hälfte an den TSV Friedberg-Fauerbach.

Insgesamt waren über 500 Athleten aus den drei Kreisen am Start.

Fleißigste Fauerbacher Titelsammler waren Lucy Peter (W14), Sayana Wilhelm (W15) und Jonas Smolka (M14), die einen Viererpack schnürten. Für die wertvollsten Leistungen sorgten überwiegend unsere Athleten. Fabienne Fliedner sprintete in der U18 in 7,86 Sekunden über 60 Meter zum Sieg. Manuel Christof, eigentlich hessenweit erfolgreicher Langsprinter und „Kurz-Mittelstreckler“, testete über 200 Meter in 23,54 Sekunden. In den Mehrkämpfen verteidigten fünf Athleten ihre Titel aus dem Vorjahr. Noah Bornmann und Ben Gerlach waren bei den Jungs erneut eine Klasse für sich. Bens Bruder Luke verpasste nach seinem Wechsel von der



Schnellste mU14-Staffel: der TSV mit (v.l.) Marco König, Ray Kabuya, Ben Gerlach, Myles Howell.

TG Melbach nach Fauerbach in der M10 den Titel nur um zehn Punkte. Im Vorjahr war Ray Kabuya (Friedberg-Fauerbach) im Dreikampf der M12 das Maß aller Dinge, im Dreikampf der M13 musste er nun um siebten Punkte seinem Vereinskollegen Myles Howell den Vortritt lassen. Bei den Mädchen rückten die W11- und W12-Gewinnerinnen aus 2016 eine Altersklasse hoch und waren erneut nicht zu schlagen. Dies waren Helena Schneeberger (W13) und Lilly Peter (W12 Vierkampf).

Unsere Sieger und Kreismeister:

W12

60 m Hürden: 1. Lilly Peter (LGFF) 10,71 sec.

W14

60 m: 1. Paula Schröder (TSVFF) 8,69 sec.

300 m: 1. Klara Beims (TSVFF) 45,21 sec.

800 m: 1. Henriette Auel (TSVFF) 2:48,92 min.

60 m Hürden: 1. Lucy Peter (TSVFF) 9,37 sec.

Hoch: 1. Peter 1,49 m.

Weit: 1. Peter 4,97 m.

Kugel: 1. Leonie Kurz (TSVFF) 8,57 m.

W15

60 m: 1. Annalena Krüger (TSVFF) 8,38 sec.

800 m: 1. Sarah Schulz (TSVFF) 2:42,17 min.

60 m Hürden: 1. Sayana Wilhelm (TSVFF) 9,72 sec.

Weit: 1. Wilhelm 4,92 m.

Hoch: 1. Laura Schien (TSVFF) 1,44 m.

Kugel: 1. Wilhelm 10,54 m.

wU18

60 m: 1. Fabienne Fliedner (LGFF) 7,86 sec.

200 m: 1. Anne Schröder (LGFF) 26,26 sec.

60 m Hürden: 1. Lilli Thomalla (LGFF) 9,35 sec.

M14

60 m: 1. Jonas Smolka (TSVFF) 8,00 sec.

60 m Hürden: 1. Smolka 9,55 sec.

Hoch: 1. Smolka 1,61 m.

Kugel: 1. Benedict Michel (TSVFF) 9,12 m.

M15

300 m: 1. Finn Müller (TSVFF) 43,74 sec.

mU18

400 m: 1. Tim Dillemath (LGFF) 55,09 sec.

Staffeln

mU12, 4x50 m: 1. TSV Friedberg-Fauerbach (Fynn Wiertelorz, Luke Gerlach, Noah Jordan, Peer Michel Hagen) 30,13 sec.

wU12, 4x50 m: 1. TSV Friedberg-Fauerbach (Greta Major, Alina Schramm, Melina Kautz, Kyla Mankel) 31,52 sec.

mU14, 4x100 m: 1. TSV Friedberg-Fauerbach (Ben Gerlach, Ray Kabuya, Myles Howell, Marco König) 55,64 sec.

wU14, 4x100 m: 1. TSV Friedberg-Fauerbach (Helena Schneeberger, Anna Happel, Lilly Peter, Greta Beims) 55,64 sec.

mU16, 4x100 m: 1. TSV Friedberg-Fauerbach (Jonas Smolka, Kaleil Sledge, Finn Müller, Oleg Schramm) 51,42 sec.

wU16, 4x100 m: 1. TSV Friedberg-Fauerbach (Sayana Wilhelm, Lucy Peter, Laura Schien, Klara Beims) 51,70 sec.

mU20, 4x200 m: 1. LG Ovag Friedberg-Fauerbach (Manuel Christof, Alexander Decher, Dirk Leiacker, Tim Dillemath) 1:36,91 min.



Schnellste wU12-Staffel: der TSV mit stehend: Melina Kautz, Kyla Mankel; sitzend Alina Schramm, Greta Major.

wU20, 4x200 m: 1. LG Ovag Friedberg-Fauerbach (Abike Tabel, Anna Hülsmann, Anne Schröder, Lilli Thomalla) 1:44,18 min.

Mehrkampf

M13, Vierkampf: 1. Noah Bornmann (TSVFF) 1759.

M13, Dreikampf: 1. Myles Howell (TSVFF) 1122.

M12, Vierkampf: 1. Ben Gerlach (TSVFF) 1505.



Schnellste wU14-Staffel: der TSV mit stehend: Greta Beims, Lilly Peter; sitzend: Anna Happel, Helena Schneeberger.

W13, Vierkampf: 1. Helena Schneeberger (TSVFF) 1769.

W12, Vierkampf: 1. Lilly Peter (TSVFF) 1665.

W12, Dreikampf: 1. Anna Happel (TSVFF) 1173.



Siegerehrung im Weitsprung der W14, bei dem der TSV die ersten fünf Plätze belegt: 1. Lucy Peter, 3. Paula Schröder. Rechts die Kreisvorsitzende Karin Scheunemann.

>> Saisonrückblick Senioren

Monika Rieschel hat für internationalen Glanz in der Hallensaison der Senioren gesorgt. Bei den 12. European Masters in Madrid, den Hallen-Europameisterschaften, sicherte sie sich mit der Silbermedaille den bislang größten Erfolg ihrer Karriere. Im Gallur Municipal Sports Centre wurde Monika mit der Nationalstaffel der W45 Zweite über 4x200 Meter hinter Spanien und vor Italien. Als Startläuferin konnte die LG-Athletin einen Top-Start ins Rennen hinglegen und überholte direkt einige Konkurrentinnen. „Das war ein tolles Gefühl. Und dann dafür noch mit der Silbermedaille belohnt zu werden, war perfekt. Somit hat sich das halbe Jahr intensives Training und die Unterstützung meiner Familie, die immer hinter mir stand, gelohnt“, sagte Monika Rieschel hinterher. Bemerkenswert ist ihre Leistung auch deshalb, wenn man bedenkt, dass sie erst seit dem Sommer 2015 mit dem Training angefangen hat. „Da kann ich echt zufrieden sein und bin auch ein bisschen stolz auf mich.“ Insgesamt war das European Masters eine aufregende Erfahrung, den ganzen Winter über hat sich Monika darauf vorbereitet. Im Einzel über 60 Meter erwischte sie einen perfekten Start im Vorlauf, erzielte in 8,29 Sekunden eine neue Bestzeit. Das Halbfinale war dann nicht ganz optimal und die LG-lerin verpasste das Finale um eine Hundertstel als Neunte hauchdünn. Die Enttäuschung war groß, doch über 200 Meter legte Monika dann nach, lief in 27,45 Sekunden im Vorlauf erneut Bestzeit, bevor im Halbfinale dann mit 27,87 Sekunden Schluss war.

Senioren bei den „Deutschen“ erwartungsgemäß stark

Fünf mal Gold - dazu vier neue Hessenrekorde. Unsere Senioren haben es bei den Deutschen Hallenmeisterschaften in Erfurt wieder krachen lassen. Ein mega Wochenende legte Bernd Lachmann hin. Der Senioren-Weltmeister war schnellster deutscher M50-Athlet über 60 Meter. In 7,50 Sekunden sprintete er so schnell, wie seit Jahren nicht mehr. Die Hallenrunde finishte er in 24,02 Sekunden und holte Silber. Doch nicht nur das: mit dieser Zeit stellte Bernd



Die erfolgreichen Fauerbacher Seniorinnen Petra Brzezniak, Jutta Stopka, Dana Prada und Monika Rieschel.

Lachmann zudem einen neuen Hessischen Hallenrekord über die 200 Meter auf. Die zweite Vizemeisterschaft feierte er dann über 400 Meter. Auch hier lief er so schnell wie nie zuvor, pulverisierte seinen kurz zuvor erst aufgestellten Landesrekord und finishte in 53,89 Sekunden erstmals in der Halle unter 54 Sekunden. Gold im Team gab es für Bernd zusammen mit Rainer Ringel, Bernd Schauwecker und Gunnar Habl über 4x200 Meter der M40. Das LG-Quartett lag in 1:37,69 Minuten am Ende mehr als zwei Sekunden vor der Konkurrenz.

Im Sog von Bernd Lachmann in der M50 erkämpfte sich Lars Klingenberg Silber über 60 Meter in 7,54 Sekunden. Über die 200 Meter lief er mit Saisonbestzeit von 24,95 Sekunden auf den Bronzerang. Eine weitere Goldmedaille holten die Männer aus der Kreisstadt durch Gunnar Habl in der M40. Er finishte die 400 Meter in 53,97 Sekunden und war damit unschlagbar.

Bei den Frauen war unser Verein erfreulicherweise genauso erfolgreich. Das schnelle Staffelquartett mit Monika Rieschel, Dana Prada, Petra Brzezniak und Jutta Stopka wurde in 1:54,78 Minuten Erster in der W35. Gleich zwei Medaillen sicherte sich dazu noch Jutta Stopka im Einzel. Nach Silber über 60 Meter mit

neuem Hessenrekord von 8,55 Sekunden (den hatte sie anfangs dieser Saison schon das erste Mal aufgestellt), feierte die LG-Athletin über 200 Meter die Deutsche Hallenmeisterschaft in der W55. In 28,30 Sekunden lief Stopka so schnell wie nie zuvor und verbesserte damit auch wie erhofft den hessischen Rekord in dieser Altersklasse. Teamkollegin Monika Rieschel verpasste eine Medaille hingegen denkbar knapp. Um vier Hundertstel geschlagen kam sie in 8,39 Sekunden über 60 Meter der W45 auf Rang vier. Die 200 Meter finishte Rieschel in 27,69 Sekunden als Fünfte.

In der W60 konnte sich Ulrike Steinhaus nach 9,59 Sekunden im Vorlauf über 60 Meter im Finale nochmal steigern: 9,49 Sekunden bedeuteten am Ende Rang vier. Über 200 Meter gab es für sie dann die erhoffte Medaille mit Bronze in 32,48 Sekunden. Über 400 Meter lief Ulrike ihre dritte Saisonbestzeit in Erfurt, wurde in 78,26 Sekunden Fünfte.

Erfolge auch auf Landesebene

Wie oben schon erwähnt, liefen Jutta Stopka und Bernd Lachmann nicht nur beim Saisonhighlight in Erfurt einen neuen Hessenrekord, sondern auch schon früh in der Saison, zum Beispiel bei den Hessischen Hallenmeisterschaften



Bernd Lachmann, Jutta Stopka und Gunnar Hahl mit Ex-Weitsprungstar Heike Drechsler, die als Kampfrichterin unterwegs war.

ten. In Stadtallendorf korrigierte Jutta ihre kurz zuvor erst aufgestellte Bestmarke nochmal leicht nach unten, finishte in 8,57 Sekunden. Gold gab es zudem über 200 Meter in 29,57 Sekunden. Doppelgold im Einzel sicherte sich Bernd Lachmann mit ersten Plätzen über 200 Meter (24,41 sec.) und 400 Meter in 54,48 Sekunden - neuer Hallenrekord. Hessischer Hallenmeister 2018 wurde auch Lars Klingenberg. Über 60 Meter lag er im Ziel in 7,77 Sekunden vor Teamkollege Gunter Bernhard. Zu Gold kam für Lars auch noch Silber hinzu, mit 25,27 Sekunden über 200 Meter. Wer im Einzel so stark ist, kann auch in der Staffel auf normalem Weg nicht geschlagen werden. Entsprechend ging der Sieg über die 4x1 Runde-Staffel nur über Lars Klingenberg, Bernd Lachmann, Gunter Bernhard und Rupert Klopsch. Ihre Zeit: 1:43,87 Minuten.

Auch die Männer- und Frauenstaffel in der Altersklasse 30 brachte Gold mit nach Hause: Bernd Dillemath, Rainer Ringel, Andreas Diegel-Thomas und Werner Waschbüsch bzw. Petra Brzezniak, Dana Prada, Monika Rieschel und Jutta Stopka bei den Frauen. In derselben Altersklasse sprang Jasmin Stowasser im Stabhochsprung über 2,90 Meter. Die nächste Goldmedaille sicherte der LG ovag Rainer Ringel mit seinem Gold-Lauf über 400 Meter in der M45. In 60,88 Sekunden lag er mehr als drei Sekunden vor der Konkurrenz. Andreas Diegel-Thomas sicherte sich den Stabhochsprung-Meistertitel mit 3,10 Meter

und Hans-Jürgen Schremmer holte Platz zwei über 3.000 Meter in 11.51,53 Minuten. Im Sprint kam Bernd Dillemath über 60 Meter auf 8.59 und über 200 Meter auf 28,58 Sekunden (Rang vier). Auch die W45-Frauen aus der Kreisstadt sammelten Medaillen bei den Hessi-



Jutta Stopka und Bernd Lachmann haben in der Halle mit neuen Hessenrekorden brilliert. Jutta verbesserte die Bestmarke über 60 Meter auf 8,55 und über 200 Meter auf 28,30 Sekunden. „Neuer Hessischer Rekord. Ist das nicht geil?“, freute sie sich hinterher. Auch Teamkollege Bernd Lachmann war happy nach seinen neuen Landes-Bestzeiten von 24,02 bzw. 53,89 Sekunden über 200 und 400 Meter. „Ich habe mich schon sehr über die Rekorde gefreut. Ich muss sagen, dass ich bisher gar nicht auf die hessischen Seniorenrekorde geachtet habe.“ Im Sommer will Bernd wieder angreifen, und zwar die Seniorenrekorde in der M50 über 100, 200 und 400 Meter. „Außerdem würde ich gerne Deutscher Meister über 100 und 200 Meter werden dieses Jahr“, hofft Bernd. Wir drücken den beiden die Daumen!

schen. Staffel-Halleneuropameisterin Monika Rieschel sprintete über 60 Meter zunächst zur Silbermedaille in 8,31 Sekunden. Über die Hallenrunde holte sie Gold (28,49 sec.) und Petra Brzezniak freute sich über Bronze in 31,93 Sekunden. Platz eins ersprang Susanne Thomas im Stabhochsprung mit 2,40 Metern. Teamkollegin Anke Braun holte sich Bronze im Kugelstoßen mit 8,77 Metern der W50. Rupert Klopsch landete bei den Männern auf Rang vier über 200 Meter (28,28 sec.). Eine Altersklasse drüber sicherte sich Werner Waschbüsch jeweils Silber im Sprint (8.61 bzw. 29,42 sec.). Auch auf Ulrike Steinhaus war Verlass. Die Athletin sammelte in der W60 wieder einige Medaillen. Über 60 Meter siegte sie in 9,60 Sekunden. Über 200 Meter stoppte die Zeit bei 33,07 Sekunden und auch über 400 Meter war sie in 79,37 Sekunden auf Platz eins. Bei den Männern der M70 kam Wolf-Dietrich Meier über 400 Meter knapp geschlagen auf den Silberrang (74,97 sec.).

>> Hallenbelegung (Von April bis Oktober findet das Training der Leichtathleten auf dem Burgfeld statt)

Mo

09.55 – 13.15 Uhr
Grundschule
Fauerbach

15.00 – 16.00 Uhr
Kinderturnen
JG 2013
L. Singeorjan

16.00 – 17.00 Uhr
Kinderturnen JG 2012
L. Singeorjan

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik JG 01-04
M. Michel, T. Slota

20.00 – 21.00 Uhr
Frauengymnastik
A. Kirsch

Kleiner Saal:

09.30 – 10.30 Uhr
Osteoporose
B. Lachmann

16.45 – 17.45 Uhr
Reha Sport Wirbels.
T. Witt-Damm

18.00 – 19.00 Uhr
Reha Sport Wirbels.
H. Walther

19.00 – 20.00 Uhr
Reha Sport Wirbels.
H. Walther

20.00 – 21.00 Uhr
Allroundfitness für
Sportliche
B. Hofmann, A. Schneider (im Wechsel)

and. Sportstätten:

17.00 – 19.00 Uhr
Leichtathletik JG04-05
H. Beims
(Henry-Benrath)

18.00 – 19.00 Uhr
Schwimmen
H. Loos
(USA-Wellenbad)

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik
Aktive/Jugend
B. Lachmann, R. Loos, A. Diegel-Thomas, (Seebachhalle)

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik
JG 01-03
M. Weber, S. Weber
(Burggymnasium)

Di

08.00 – 09.30 Uhr
Grundschule
Fauerbach

09.20 – 10.20 Uhr
Reha Sport Wirbels.
B. Hofmann

15.15 – 16.30 Uhr
Kinderleichtathletik
JG 08-09
S. Margraf, S. Wiener

16.30 – 18.00 Uhr
Leichtathletik
JG 06/07
P. Brzezniak, C. Haeberlin

18.00 – 18.30 Uhr
Girls Body-Fit
B. Hofmann

18.30 – 20.30 Uhr
Leichtathletik
Aktive/Jugend
V. Weber

20.30 – 21.30 Uhr
Fitness für Männer
B. Lachmann

Kleiner Saal:

09.15 – 10.30 Uhr
Body-Fit
S. Kleinpaß

10.30 – 11.30 Uhr
Reha Wirbels.-Gym.
J. Moll

11.30 – 12.30 Uhr
Reha Wirbels.-Gym.
J. Moll

16.30 – 17.00 Uhr
Leichtathletik
JG 06-07
P. Brzezniak, Chr. Haeberlin

17.30 – 18.00 Uhr
Girls Body-Fit
B. Hofmann

19.30 – 20.30 Uhr
Functional Training
für Frauen
P. Schoon

and. Sportstätten:

13.00 – 14.00 Uhr
Reha-Wassergym.
B. Hofmann
(USA-Wellenbad)

14.00 – 15.00 Uhr
Reha-Wassergym.
B. Hofmann
(USA-Wellenbad)

17.00 – 18.30 Uhr
Leichtathletik JG 06/07
P. Brzezniak, C. Haeberlin
(Philipp-Reis-Schule)

Mi

09.20 – 10.20 Uhr
Reha Sport Wirbels.
S. Kleinpaß

10.30 – 12.00 Uhr
Kraftraum
V. Weber

15.00 – 16.00 Uhr
Aktive Seniorinnen
A. Kirsch

17.00 – 18.30 Uhr
Leichtathletik JG 01-04
M. Göller

18.30 – 20.30 Uhr
Leichtathletik JG 01-03
M. Weber

20.30 – 22.30 Uhr
Allg. freies Krafttraining
T. Thomas

Kleiner Saal:

09.15 – 10.15 Uhr
Zhineng Qi Gong
B. Pilz

11.30 – 12.30 Uhr
Reha-Wirbels.-Gym.
T. Witt-Damm

16.15 – 17.15 Uhr
Pilates I
U. Körner-Kunz

17.30 – 18.30 Uhr
Pilates II
U. Körner-Kunz

18.45 – 20.00 Uhr
Langstreckler

20.15 – 22.00 Uhr
FKK
M. Krell-Moder

Do

08.00 – 13.15 Uhr
Grundschule
Fauerbach

14.15 – 15.30 Uhr
Reha-Wirbelsäulen-
gymnastik
M. Hammann

15.30 – 17.00 Uhr
Senioren-sport

17.00 – 19.00 Uhr
Leichtathletik
JG 04-05
H. Beims

19.00 – 20.30 Uhr
Koronarsport
H. Beims, J. Moll,
E. Schmidt,

20.30 – 21.30 Uhr
Rückenfitness im
Alltag
B. Hofmann

Kleiner Saal:

08.15 – 09.15 Uhr
Wirbelsäulen-
gymnastik
E. Piatkov

09.30 – 10.30 Uhr
Wirbelsäulen-
gymnastik
E. Piatkov

16.30 – 17.30 Uhr
Pilates
K. Staudt

19.00 – 20.30 Uhr
Koronarsport
H. Beims, J. Moll,
E. Schmidt

20.30 – 21.30 Uhr
Rücken-Fit
S. Kleinpaß

Fr

08.00 – 11.25 Uhr
Grundschule
Fauerbach

15.00 – 16.15 Uhr
Leichtathletik
JG 10-12
D. Schwarz

16.15 – 17.45 Uhr
Leichtathletik
JG 06-07
P. Brzezniak

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik
Aktive/Jugend
B. Lachmann,
V. Weber

20.00 – 22.00 Uhr
Begnadete Körper
V. Weber

Kleiner Saal:

09.00 – 10.00 Uhr
Reha Stuhlgymnastik
H. Walther

18.00 – 20.00 Uhr
Stabhochsprung
A. Diegel-Thomas

and. Sportstätten:

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik JG01-04
M. Göller
(Gemeinsame
Musterschule)

Sa

14.00 – 16.00 Uhr
Allgemeines freies
Krafttraining
T. Thomas

17.15 – 18.15 Uhr

Kraftraum
B. Lachmann

So

10.00 – 12.00 Uhr
Stabhochsprung
A. Diegel-Thomas

18.00 – 19.30 Uhr
Bosseln
V. Volkov

1.	WJ U18	60m Hürden (Halle)	9,35	Thomalla, Lilli
1.	WJ U16	4x100m (Halle)	51,70	Wilhelm, Peter, Schien, Beims
1.	Jugend W15	60m (Halle)	8,38	Krüger, Annalena
1.	Jugend W15	800m (Halle)	2:42,17	Schulz, Sarah
1.	Jugend W15	60m Hürden (Halle)	9,72	Wilhelm, Sayana
1.	Jugend W15	Hochsprung (Halle)	1,44	Schien, Laura
1.	Jugend W15	Weitsprung (Halle)	4,92	Wilhelm, Sayana
1.	Jugend W15	Kugelstoß (Halle)	10,54	Wilhelm, Sayana
1.	Jugend W14	60m (Halle)	8,69	Schröder, Paula
1.	Jugend W14	300m (Halle)	45,21	Beims, Klara
1.	Jugend W14	800m (Halle)	2:48,92	Auel, Henriette
1.	Jugend W14	60m Hürden (Halle)	9,37	Peter, Lucy
1.	Jugend W14	Weitsprung (Halle)	4,97	Peter, Lucy
1.	Jugend W14	Hochsprung (Halle)	1,49	Peter, Lucy
1.	Jugend W14	Kugelstoß (Halle)	8,57	Kurz, Leonie
1.	Jugend W13	Vierkampf (Halle)	1769 Pkt.	Schneeberger, Helena
1.	Jugend W12	60m Hürden (Halle)	10,71	Peter, Lily
1.	Jugend W12	Dreikampf (Halle)	1173 Pkt.	Happel, Anna
1.	Jugend W12	Vierkampf (Halle)	1665 Pkt.	Peter, Lily
2.	Männer	200m (Halle)	24,08	Lachmann, Bernd
2.	M50	60m (Halle)	7,59	Klingenberg, Lars

2.	MJ U18	400m (Halle)	63,51	Doufrain, Linus
2.	MJ U18	Weitsprung (Halle)	5,22	Doufrain, Linus
2.	Jugend M15	800m (Halle)	2:31,23	Schramm, Oleg
2.	Jugend M15	Kugelstoß (Halle)	7,71	Müller, Finn
2.	Jugend M14	60m (Halle)	8,19	Rieck, Esko Ngo Heng
2.	Jugend M14	300m (Halle)	41,48	Smolka, Jonas
2.	Jugend M14	Hochsprung (Halle)	1,55	Rieck, Esko Ngo Heng
2.	Jugend M13	Dreikampf (Halle)	1115 Pkt.	Kabuya, Ray
2.	Jugend M12	800m (Halle)	2:57,61	Rudolph, Jannis
2.	Frauen	60m (Halle)	8,02	Hülsmann, Anna
2.	Frauen	200m (Halle)	26,12	Tabel, Abike
2.	WJ U18	60m (Halle)	7,91	Schröder, Anne
2.	WJ U18	200m (Halle)	26,26	Linek, Wiebke
2.	Jugend W15	60m Hürden (Halle)	10,91	Schien, Laura
2.	Jugend W15	Hochsprung (Halle)	1,41	Wilhelm, Sayana
2.	Jugend W15	Weitsprung (Halle)	4,86	Schien, Laura
2.	Jugend W14	60m (Halle)	8,74	Bodenröder, Mara
2.	Jugend W14	60m Hürden (Halle)	10,29	Schröder, Paula
2.	Jugend W14	Weitsprung (Halle)	4,27	Eckhardt, Nele
2.	Jugend W14	Kugelstoß (Halle)	8,07	Peter, Lucy
2.	Jugend W13	60m Hürden (Halle)	11,24	Schneeberger, Helena
2.	Jugend W13	Dreikampf (Halle)	1171 Pkt.	Odermatt, Julia

2.	Jugend W12	60m Hürden (Halle)	10,77	Happel, Anna
3.	M45	60m (Halle)	8,65	Dillemuth, Bernd
3.	M50	60m (Halle)	8,11	Kolbe, Lars
3.	MJ U20	200m (Halle)	24,31	Decher, Alexander
3.	Jugend M13	Dreikampf (Halle)	1074 Pkt.	König, Marco
3.	Jugend M12	Dreikampf (Halle)	814 Pkt.	Hofmann, Bennet
3.	Kinder M10	Dreikampf (Halle)	963 Pkt.	Gerlach, Luke
3.	Frauen	60m (Halle)	8,43	Rieschel, Monika
3.	Frauen	200m (Halle)	27,81	Rieschel, Monika
3.	Jugend W15	60m (Halle)	8,67	Schulz, Sarah
3.	Jugend W15	Weitsprung (Halle)	4,70	Schulz, Sarah
3.	Jugend W15	Kugelstoß (Halle)	8,21	Schien, Laura
3.	Jugend W14	60m (Halle)	8,74	Eckhardt, Nele
3.	Jugend W14	300m (Halle)	50,21	Kurz, Leonie
3.	Jugend W14	60m Hürden (Halle)	10,67	Kurz, Leonie
3.	Jugend W14	Weitsprung (Halle)	4,20	Schröder, Paula
3.	Jugend W13	Dreikampf (Halle)	1141 Pkt.	Beims, Greta
3.	Jugend W12	Dreikampf (Halle)	985 Pkt.	Hainer, Elina
3.	Kinder W11	Dreikampf (Halle)	1089 Pkt.	Kautz, Melina
3.	Kinder W10	Dreikampf (Halle)	933 Pkt.	Hinz, Delphine

● TSV/LG Veranstaltungen 2018

05.05.	Kreismeisterschaften	15.09.	28. ovag-Energie Altstadtlauf
23.05.	ovag Sprint-Cup	23.09.	Funktionsträgerausflug
20.06.	ovag-Energie Cup / 5.000 m Kreis- meisterschaften	27.10.	Saisonabschlussfeier
05.09.	Stabhochsprung- und Kreis-Lang- Staffelmeisterschaften	03.11.	Jugendveranstaltung
		17.11.	Klausurtagung des Vorstands
		02.12.	Adventsnachmittag

>> Hallenbestenliste 2017/2018 der LG ovag Friedberg-Fauerbach

Männer

60 m	BL 2016/17: 6,89 Müller, Steven (90)
6,81	Müller, Steven 90 21.01.18 Dortmund
6,87	Hieronymi, Lars 95 20.01.18 Kalbach
7,44	Flach, Robin 98 20.01.18 Kalbach
7,48	Vesmanis, Sven 87 07.01.18 Kalbach
7,50	Lachmann, Bernd 68 03.03.18 Erfurt
7,54	Klingenberg, Lars 66 03.02.18 Ludwigshafen
7,76	Habl, Gunnar 78 17.02.18 Kalbach
7,99	El-Malki, Karim 78 03.03.18 Erfurt
8,08	Kolbe, Lars 66 03.02.18 Ludwigshafen
8,25	Bernhard, Gunter 65 04.02.18 Stadtallendorf
8,31	Ringel, Rainer 70 17.02.18 Kalbach
8,59	Dillemuth, Bernd 69 04.02.18 Stadtallendorf
8,61	Waschbüsch, Werner 56 04.02.18 Stadtallendorf
8,68	Klopsch, Rupert 60 17.02.18 Kalbach
8,92	Grünwald, Lüdger 53 14.01.18 Düsseldorf
9,56	Meier Wolf-Dietrich 47 17.02.18 Kalbach
200 m	BL 2016/17: 21,23 Müller, Steven (90)
21,05	Müller, Steven 90 18.02.18 Dortmund
21,75	Hieronymi, Lars 95 10.02.18 Sindelfingen
24,02	Lachmann, Bernd 68 03.03.18 Erfurt
24,20	Schmidt, Janis 97 21.01.18 Kalbach
24,95	Klingenberg, Lars 66 03.03.18 Erfurt
26,95	Ringel, Rainer 70 27.01.18 Stadtallendorf
27,75	Klopsch, Rupert 60 03.03.18 Erfurt
28,58	Dillemuth, Bernd 69 04.02.18 Stadtallendorf
29,26	Waschbüsch, Werner 56 17.02.18 Kalbach
31,85	Grünwald, Lüdger 53 14.01.18 Düsseldorf
32,93	Meier Wolf-Dietrich 47 17.02.18 Kalbach
400 m	BL 2016/17: 53,41 Habl, Gunnar (78)
49,90	Hieronymi, Lars 95 20.01.18 Kalbach
53,89	Lachmann, Bernd 68 04.03.18 Erfurt
53,97	Habl, Gunnar 78 04.03.18 Erfurt
60,88	Ringel, Rainer 70 04.02.18 Stadtallendorf
74,97	Meier Wolf-Dietrich 47 04.02.18 Stadtallendorf
800 m	BL 2016/17: 1:58,36 Degen, Ayele (96)
2:17,85	El-Malki, Karim 78 03.03.18 Erfurt
2:31,16	Adam, Alexander 64 17.02.18 Kalbach
3000 m	BL 2016/17: 11:54,91 Schremmer, Hans-Jürgen (70)
11:51,53	Schremmer, Hans-Jürgen 70 04.02.18 Stadtallendorf
4 x 200 m	BL 2016/17: 1:29,14 Müller (90), Hieronymi (95), Flach (98), Dotzert (97)
1:29,94	Müller (90), Hieronymi (95), Christof (99), Decher (00) 11.02.18 Sindelfingen
1:37,69	Ringel (70), Schauwecker (69), Lachmann (68), Habl (78) / M40 04.03.18 Erfurt
4 x 1 Runde	BL 2016/17: 1:37,51 Habl (78), Vesmanis (87), Lachmann (68), Dillemuth (69) / M30
1:43,87	Klingenberg (66), Lachmann (68), Bernhard (65), Klopsch (60) / M50 04.02.18 Stadtallendorf
1:50,31	Dillemuth (69), Ringel (70), Diegel-Thomas (73), Waschbüsch (56) / M30 04.02.18 Stadtallendorf
Stabhochsprung	BL 2016/17: 5,10 Porsch, Gordon (95)
5,61	Porsch, Gordon 95 11.02.18 Sindelfingen
3,10	Diegel-Thomas, Andreas 73 04.02.18 Stadtallendorf

Frauen

60 m	BL 2016/17: 7,84 Schneider, Alina (91)
7,81	Schneider, Alina 91 20.01.18 Kalbach
7,94	Hülsmann, Anna 98 07.01.18 Kalbach
8,00	Tabel, Abike 98 17.02.18 Kalbach
8,17	Lietz, Annika Lena 97 07.01.18 Kalbach
8,31	Rieschel, Monika 72 04.02.18 Stadtallendorf
8,55	Stopka, Jutta 63 03.03.18 Erfurt
9,46	Thomas, Susanne 73 27.01.18 Stadtallendorf
9,49	Steinhaus, Ulrike 55 03.03.18 Erfurt
200 m	BL 2016/17: 26,73 Schneider, Alina (91)
25,73	Hülsmann, Anna 98 21.01.18 Kalbach
26,12	Tabel, Abike 98 17.02.18 Kalbach
26,60	Lietz, Annika Lena 97 07.01.18 Kalbach
27,69	Rieschel, Monika 72 03.03.18 Erfurt
28,30	Stopka, Jutta 63 03.03.18 Erfurt
31,45	Brzeziak, Petra 69 17.02.18 Kalbach
32,48	Steinhaus, Ulrike 55 03.03.18 Erfurt
32,50	Thomas, Susanne 73 27.01.18 Stadtallendorf
400 m	BL 2016/17: 75,27 Steinhaus, Ulrike (55)
58,94	Hülsmann, Anna 98 20.01.18 Kalbach
78,26	Steinhaus, Ulrike 55 04.03.18 Erfurt
800 m	BL 2016/17: 2:18,54 Burkhardt, Sophie (94)
2:16,37	Burkhardt, Sophie 94 21.01.18 Kalbach
1500 m	BL 2016/17:
4:44,31	Burkhardt, Sophie 94 20.01.18 Kalbach
3000 m	BL 2016/17:
10:10,13	Burkhardt, Sophie 94 07.02.18 Frankfurt
4 x 200 m	BL 2016/17: 1:41,84 Tabel (98), Hülsmann (98), Schneider (91), Kratzsch (91)
1:43,41	Lietz (97), Tabel (98), Weber (99), Hülsmann (98) 21.01.18 Kalbach
1:54,78	Rieschel (72), Prada (79), Brzeziak (69), Stopka (63) / W35 04.03.18 Erfurt
4 x 1 Runde	BL 2016/17: 1:49,64 Rieschel (72), Prada (79), Brzeziak (69), Stopka (63) / W30
1:53,63	Brzeziak (69), Prada (79), Rieschel (72), Stopka (63) / W30 04.02.18 Stadtallendorf
4 x 400 m	BL 2016/17: 4:05,30 Harr (01), Göller (01), Hülsmann (98), Tabel (98)
4:08,72	Hülsmann (98), Tabel (98), Kleinpaß (99), Weber (99) 11.02.18 Sindelfingen
Stabhochsprung	BL 2016/17: 2,50 Thomas, Susanne (73)
2,90	Stowasser, Jasmin 87 16.12.17 Stadtallendorf
2,40	Thomas, Susanne 73 04.02.18 Stadtallendorf
Kugelstoß 3 kg	BL 2016/17:
9,12	Braun, Anke 68 17.02.18 Kalbach
männliche Jugend U20	(2017 = 98/99, 2018 = 99/00)
60 m	BL 2016/17: 7,27 Flach, Robin (98)
7,26	Decher, Alexander 00 13.01.18 Hanau
7,45	Leiaccker, Dirk 99 13.01.18 Hanau
7,75	Christof, Manuel 99 17.02.18 Kalbach
200 m	BL 2016/17: 23,38 Flach, Robin (98)
23,54	Christof, Manuel 99 17.02.18 Kalbach
23,83	Decher, Alexander 00 07.01.18 Kalbach
24,39	Leiaccker, Dirk 99 21.01.18 Kalbach
400 m	BL 2016/17: 52,23 Christof, Manuel (99)
51,13	Christof, Manuel 99 20.01.18 Kalbach
4 x 200 m	BL 2016/17: 1:40,56 Flach (98), Eckhardt (99), Thomas (99), Christof (99)
1:36,42	Christof (99) Decher (00), Dillemuth (01), Leiaccker (99) 07.01.18 Kalbach
Stabhochsprung	BL 2016/17: 4,20 Thomas, Teetje (99)
4,20	Thomas, Teetje 99 13.01.18 Hanau

weibliche Jugend U20

(2017 = 98/99, 2018 = 99/00)	
200 m	BL 2016/17: 25,76 Hülsmann, Anna (98)
27,22	Weber, Selina 99 14.01.18 Hanau
400 m	BL 2016/17: 58,81 Hülsmann, Anna (98)
61,82	Kleinpaß, Elena 99 20.01.18 Kalbach
4 x 200 m	BL 2016/17: 1:42,46 Tabel (98), Hülsmann (98), Schröder (01), Thomalla (01)
1:45,01	Fliedner (02), Schröder (01), Linek (01), Thomalla (01) 24.02.18 Halle (Saale)
1:50,98	Harr (01), Göller (01), Kleinpaß (99), Rieschel (02) 14.01.18 Hanau

männliche Jugend U18

(2017 = 00/01, 2018 = 01/02)	
60 m	BL 2016/17: 7,25 Decher, Alexander (00)
7,64	Markof, Julian 03 07.01.18 Kalbach
7,92	Dillemuth, Tim 01 17.02.18 Kalbach
200 m	BL 2016/17: 25,12 Dillemuth, Tim (01)
24,73	Dillemuth, Tim 01 21.01.18 Kalbach
400 m	BL 2016/17:
54,33	Dillemuth, Tim 01 20.01.18 Kalbach
63,51	Doufrain, Linus 02 17.02.18 Kalbach
Weitsprung	BL 2016/17:
5,22	Doufrain, Linus 02 17.02.18 Kalbach

weibliche Jugend U18

(2017 = 00/01, 2018 = 01/02)	
60 m	BL 2016/17: 7,92 Schröder, Anne (01)
7,79	Fliedner, Fabienne 02 13.01.18 Hanau
7,91	Schröder, Anne 01 17.02.18 Kalbach
8,17	Linek, Wiebke 01 17.02.18 Kalbach
8,34	Thomalla, Lilli 01 17.02.18 Kalbach
8,48	Rieschel, Elena 02 20.01.18 Kalbach
200 m	BL 2016/17: 26,16 Schröder, Anne (01)
26,27	Fliedner, Fabienne 02 10.02.18 Sindelfingen
26,26	Schröder, Anne 01 17.02.18 Kalbach
26,63	Wilhelm, Sayana 03 21.01.18 Kalbach
26,81	Linek, Wiebke 01 21.01.18 Kalbach
27,99	Engel, Kyra 03 16.12.17 Stadtallendorf
28,71	Rieschel, Elena 02 21.01.18 Kalbach
28,76	Neeb, Chiara 01 21.01.18 Kalbach
400 m	BL 2016/17: 59,81 Harr, Eva (01)
63,57	Harr, Eva 01 20.01.18 Kalbach
800 m	BL 2016/17: 2:22,46 Harr, Eva (01)
2:32,03	Harr, Eva 01 14.01.18 Hanau
60 m Hürden	BL 2016/17: 9,31 Thomalla, Lilli (01)
9,23	Thomalla, Lilli 01 11.02.18 Sindelfingen
9,31	Fliedner, Fabienne 02 21.01.18 Kalbach
4 x 200 m	BL 2016/17: 1:45,20 Schröder (01), Linek (01), Fliedner (02), Thomalla (01)
1:44,71	Wilhelm (03), Linek (01), Schröder (01), Fliedner (02) 21.01.18 Kalbach
Stabhochsprung	BL 2016/17: 3,50 Leiaccker, Karolin (01)
3,30	Leiaccker, Karolin 01 16.12.17 Stadtallendorf

3,13	Hainer, Elina	06	18.02.18	Kalbach
3,08	Kunze, Mariella	06	18.02.18	Kalbach
3,03	Parkhomovich, Polina	06	18.02.18	Kalbach
2,48	Kuhn, Emma	06	18.02.18	Kalbach
Kugelstoß 3 kg BL 2016/17: 8,92 Haselhorst, Mia (04)				
7,27	Schneeberger, Helena	05	03.12.17	Kalbach
6,86	Kunze, Mariella	06	18.02.18	Kalbach
6,54	Peter, Lilly	06	04.03.18	Frankfurt
6,07	Happel, Anna	06	18.02.18	Kalbach
5,92	Hainer, Elina	06	18.02.18	Kalbach
5,62	Obiora, Lisa	06	18.02.18	Kalbach
4,98	Kuhn, Emma	06	18.02.18	Kalbach
3,78	Parkhomovich, Polina	06	18.02.18	Kalbach
Dreikampf BL 2016/17: 1115 Pkt. Odermatt, Julia (05)				
1173 Pkt.	Happel, Anna	06	18.02.18	Kalbach
985 Pkt.	Hainer, Elina	06	18.02.18	Kalbach
906 Pkt.	Obiora, Lisa	06	18.02.18	Kalbach
819 Pkt.	Kuhn, Emma	06	18.02.18	Kalbach
758 Pkt.	Parkhomovich, Polina	06	18.02.18	Kalbach
Vierkampf BL 2016/17: 1718 Pkt. Schneeberger, Helena (05)				
1665 Pkt.	Peter, Lilly	06	18.02.18	Kalbach
1334 Pkt.	Kunze, Mariella	06	18.02.18	Kalbach
Blockspez. Mehrk. Sprint BL 2016/17:				
97 Pkt.	Happel, Anna	06	25.02.18	Kalbach
Blockspez. Mehrk. Sprung BL 2016/17:				
98 Pkt.	Peter, Lilly	06	25.02.18	Kalbach

Kinder M11 (2017 = 06, 2018 = 07)

50 m	BL 2016/17: 8,07 Gerlach, Ben (06)
7,79	Wiertelortz, Finn 07 18.02.18 Kalbach
8,40	Hagen, Peer Michel 07 18.02.18 Kalbach
8,68	Jordan, Noah 07 18.02.18 Kalbach
Weitsprung BL 2016/17: 4,10 Gerlach, Ben (06)	
4,04	Wiertelortz, Finn 07 18.02.18 Kalbach
3,49	Hagen, Peer Michel 07 18.02.18 Kalbach
3,39	Jordan, Noah 07 18.02.18 Kalbach
Schlagballwurf 80 g BL 2016/17: 47,00 Gerlach, Ben (06)	
47,00	Hagen, Peer Michel 07 18.02.18 Kalbach
39,00	Jordan, Noah 07 18.02.18 Kalbach

31,00	Wiertelortz, Finn 07 18.02.18 Kalbach
Dreikampf BL 2016/17: 1080 Pkt. Gerlach, Ben (06)	
1023 Pkt.	Wiertelortz, Finn 07 18.02.18 Kalbach
1008 Pkt.	Hagen, Peer Michel 07 18.02.18 Kalbach
913 Pkt.	Jordan, Noah 07 18.02.18 Kalbach

Kinder W11 (2017 = 06, 2018 = 07)

50 m	BL 2016/17: 7,85 Happel, Anna (06)
7,67	Happel, Anna 06 03.12.17 Kalbach
7,72	Peter, Lilly 06 03.12.17 Kalbach
8,43	Mankel, Kyla 07 18.02.18 Kalbach
8,57	Major, Greta 07 18.02.18 Kalbach
8,58	Kautz, Melina 07 18.02.18 Kalbach
8,69	Schramm, Alina 07 18.02.18 Kalbach
9,08	Maßholder, Hannah 07 18.02.18 Kalbach
Weitsprung BL 2016/17: 4,21 Happel, Anna (06)	
4,33	Peter, Lilly 06 03.12.17 Kalbach
4,32	Happel, Anna 06 03.12.17 Kalbach
3,60	Mankel, Kyla 07 18.02.18 Kalbach
3,52	Major, Greta 07 18.02.18 Kalbach
3,43	Kautz, Melina 07 18.02.18 Kalbach
3,30	Schramm, Alina 07 18.02.18 Kalbach
3,05	Maßholder, Hannah 07 18.02.18 Kalbach
Schlagballwurf 80 g BL 2016/17: 46,00 Peter, Lilly (06)	
30,00	Kautz, Melina 07 18.02.18 Kalbach
21,50	Major, Greta 07 18.02.18 Kalbach
21,50	Maßholder, Hannah 07 18.02.18 Kalbach
20,50	Mankel, Kyla 07 18.02.18 Kalbach
17,50	Schramm, Alina 07 18.02.18 Kalbach
Dreikampf BL 2016/17: 1344 Pkt. Peter, Lilly (06)	
1089 Pkt.	Kautz, Melina 07 18.02.18 Kalbach
1017 Pkt.	Mankel, Kyla 07 18.02.18 Kalbach
1006 Pkt.	Major, Greta 07 18.02.18 Kalbach
913 Pkt.	Schramm, Alina 07 18.02.18 Kalbach
893 Pkt.	Maßholder, Hannah 07 18.02.18 Kalbach

Kinder M10 (2017 = 07, 2018 = 08)

50 m	BL 2016/17: 8,47 Jordan, Noah (07)
8,54	Gerlach, Luke 08 18.02.18 Kalbach
8,89	Esch, Noah 08 18.02.18 Kalbach
9,24	Braun, Jonathan 08 18.02.18 Kalbach
Weitsprung BL 2016/17: 3,37 Jordan, Noah (07)	
3,57	Gerlach, Luke 08 18.02.18 Kalbach
2,94	Esch, Noah 08 18.02.18 Kalbach
2,67	Braun, Jonathan 08 18.02.18 Kalbach
Schlagballwurf 80 g BL 2016/17: 39,50 Jordan, Noah (07)	
41,00	Gerlach, Luke 08 18.02.18 Kalbach
25,50	Esch, Noah 08 18.02.18 Kalbach
18,50	Braun, Jonathan 08 18.02.18 Kalbach
Dreikampf BL 2016/17: 935 Pkt. Jordan, Noah (07)	
963 Pkt.	Gerlach, Luke 08 18.02.18 Kalbach
726 Pkt.	Esch, Noah 08 18.02.18 Kalbach
590 Pkt.	Braun, Jonathan 08 18.02.18 Kalbach

Kinder W10 (2017 = 07, 2018 = 08)

50 m	BL 2016/17: 8,09 Peter, Lilly (06)
8,55	Hinz, Delphine 08 18.02.18 Kalbach
8,80	Kümmerle, Lenja 08 18.02.18 Kalbach
8,83	Witte, Ida 08 18.02.18 Kalbach
Weitsprung BL 2016/17: 3,97 Peter, Lilly (06)	
3,10	Hinz, Delphine 08 18.02.18 Kalbach
3,05	Kümmerle, Lenja 08 18.02.18 Kalbach
2,86	Witte, Ida 08 18.02.18 Kalbach
Schlagballwurf 80 g BL 2016/17: 25,00 Kautz, Melina (07)	
21,00	Kümmerle, Lenja 08 18.02.18 Kalbach
20,00	Hinz, Delphine 08 18.02.18 Kalbach
9,50	Witte, Ida 08 18.02.18 Kalbach
Dreikampf BL 2016/17: 976 Pkt. Kautz, Melina (07)	
933 Pkt.	Hinz, Delphine 08 18.02.18 Kalbach
913 Pkt.	Kümmerle, Lenja 08 18.02.18 Kalbach
713 Pkt.	Witte, Ida 08 18.02.18 Kalbach

Trainingstermine Leichtathletik (Sommersaison 2018)

Altersklasse bzw. Disziplin	Jahrgänge	Wann	Wo	Trainerin/Trainer
U 8 und U 10	2010-2012	Freitag 15.00-16.30 Uhr	Burgfeld Friedberg	Daniel Schwarz
U 10 und U 12	2008-2009	Dienstag 15:15-16.30 Uhr	Burgfeld Friedberg	Susanne Margraf, Sandra Wiener
U 12 und U 14	2006-2007	Dienstag 16.30-18.00 Uhr Freitag 16.15-17.45 Uhr	Burgfeld Friedberg Burgfeld Friedberg	Petra Brzezniak, Christina Häberlin Petra Brzezniak
U 14 und U 16	2004-2005	Montag, Mittwoch, Donnerstag 16.30-18.30 Uhr Samstag 11.00-13.00 Uhr	Burgfeld Friedberg Wald Bad Nauheim	Holger Beims
U 16 und U 18	2001-2004	Montag, Mittwoch, Freitag 18.00-20.00 Uhr	Burgfeld Friedberg	Marion Michel, Timo Slota
U 16 und U 18	2001-2004	Mittwoch 17.00-18.30 Uhr Freitag 18.00-20.00 Uhr	Burgfeld Friedberg	Martin Göller
U 16 und U 18	2001-2003	Montag (Halle Fauerbach), Dienstag, Mittwoch und Freitag 18.00-20.00 Uhr Samstag 11.00-13.00 Uhr	Burgfeld Friedberg Wald Bad Nauheim	Michael Weber, Sieglinde Webe
Aktive, Senioren und U 20 und U 18	1953-2000	Montag und Mittwoch 18.00-20.00 Uhr Dienstag 18.30-20.30 Uhr Freitag 17.30-19.30 Uhr Samstag 11.00-13.00 Uhr	Burgfeld Friedberg Turnhalle Fauerbach Burgfeld Friedberg Wald Bad Nauheim	Volker Weber, Bernd Lachmann, Richard Loos
Langstrecke		Mittwoch 18.30-20.30 Uhr	Turnhalle Fauerbach	Michael Wiener
Stabhochsprung		Montag bis Freitag 18.00-20.00 Uhr Samstag nach Absprache	Burgfeld Friedberg	Andreas Diegel-Thomas Dietmar Porsch

Kontaktaufnahme mit den einzelnen Trainern über die Servicestelle des TSV (06031-62300) oder tsvff@gmx.de oder direkt bei Volker Weber (06031-15275 oder volker.g.weber@web.de). Die Trainingstermine im Winterhalbjahr können auch dort erfragt werden.





Unser Herz schlägt für Oberhessen.

Wir gehören zu 100 % den regionalen Landkreisen, unser Engagement gehört zu 100 % den Menschen vor Ort. Nicht nur als Versorger. Sondern als Förderer von Bildung, Sport und Kultur.

Wir für Oberhessen.
www.ovag-gruppe.de

 [ovag.gruppe](https://www.facebook.com/ovag.gruppe)  info@ovag.de

ovag  Gruppe

>> **Sonnige Gruppenfotos aus dem Trainingslager der besten aktiven LG-ler in Lloret de Mar**

Mitte März ging es für 21 Athleten der LG ovag Friedberg-Fauerbach zusammen mit zwei Trainern und einer Physiotherapeutin nach Lloret de Mar. In zwölf Tagen bot sich die Möglichkeit, in zahlreichen Trainingseinheiten eine intensive Vorbereitung auf die anstehende Sommersaison durchzuführen. Nach dem Frühstück konnten wir zu Fuß das nahegelegene Stadion erreichen und die erste Trainingseinheit absolvieren. Anschließend ging es zurück ins Hotel. Nach einer Abkühlung im kalten Pool, zur Regeneration, stand das Mittagessen an. Meistens folgte nach einer Mittagspause die zweite Trainingseinheit des Tages. Es ging also zurück ins Stadion, anschließend in den Pool und schließlich zum Abendessen. Im Stadion trafen wir auf Athleten aus den verschiedensten Ländern Europas. Für Regeneration nach den anstrengenden Einheiten hatten wir die Möglichkeit uns regelmäßig von unserer Physiotherapeutin behandeln zu lassen. An den freien Nachmittagen unternahmen wir Ausflüge oder entspannten einfach im Hotel. Nach dem erfolgreichen aber anstrengendem Trainingslager freuen wir uns auf die ersten Wettkämpfe der neuen Saison.

Dirk Leiacker



>> **Trainingslager Saarbrücken**

Auch für die jüngeren Athleten (Jahrgänge 2002-2006) ging es wieder in ein Trainingslager. Die Schützlinge von Holger Beims, Timo Slota und Marion Michel waren wie schon in den vergangenen Osterferien in Saarbrücken untergebracht und verbrachten dort wieder einige effektive trainingsintensive Tage in der Hermann-Neuberger-Sportschule, die gleichzeitig auch Olympiastützpunkt Rheinland-Pfalz/Saarland ist.



>> Wintertrainingslager in der Fauerbacher Halle

Traditionell findet eines der drei Trainingslager, die der TSV im Jahr anbietet, nicht im Süden am Mittelmeer oder ein paar Autostunden entfernt in Deutschland statt, sondern in der eigenen Sporthalle. Auch in diesem Jahr trafen sich wieder 16 Athleten im Alter zwischen 11 und 14 Jahren, um unter der Leitung von Trainer Holger Beims zwischen Weihnachten und Silvester für vier Tage in Fauerbach zu wohnen. Dazu gehört das Schlafen auf den Hochsprungmatten, die Selbstversorgung inklusive kochen und natürlich viel, viel Training. Nach acht Trainingseinheiten über jeweils zwei Stunden waren die Athleten zwar restlos erschöpft, aber voller Tatendrang für die anstehende Wintersaison. Um den normalen Betrieb und die Nutzung der Halle durch andere Trainings- und Sportgruppen während des Aufenthaltes weiter zu ermöglichen, wurde die zweite Trainingseinheit bereits von 14 bis 16 Uhr abgehalten. Danach fuhr die ganze Truppe mit mitgebrachten Fahrrädern ins Kino, zum Bowlen oder Indoor-Minigolf. So stand die Halle bis zum späten Abend für andere Gruppen zur Verfügung. Nach einer abschließenden, gemeinsamen Putzaktion aller benutzten Räume wie den Toiletten, Umkleiden, dem Clubraum, der Halle, der Bühne und aller Flure und Treppen, konnten die Kinder von ihren Eltern wieder abgeholt werden, jetzt war erst einmal ausschlafen und erholen angesagt. Nachdem alle



Stimmungsvoller Blick auf die Athleten in Nikolaus-Mützen mit Trainer Holger Beims.



Hatten Spaß beim Trainingslager in der TSV-Turnhalle: unsere Topathleten von morgen.

beteiligten 16 Jungen und Mädchen und auch der Trainer wieder begeistert waren, ist das nächste Wintertrainings-

lager in den Weihnachtsferien 2018/19 bereits in Planung. Die ersten Plätze sind bereits gebucht.



Cooler Ausflug der Jugendabteilung des TSV Mitte April. 13 Jungs und Mädels sind in die „Laserzone“ nach Frankfurt gefahren. Spaß hatten alle - wengleich es auch anstrengend war, berichtet unser Vorstand Jugend, Holger Beims: "Auch ich war zwei Spielrunden dabei, ist eine ziemlich schweißtreibende Angelegenheit." Milena Garhamer hatte das Event organisiert, was im nächsten Jahr aufgrund der durchweg positiven Resonanz erneut stattfinden soll.

>> Neues vom Breitensport

Liebe TSVlerInnen,
ab sofort möchten wir euch in der SPRINT nach und nach unsere Gruppen aus dem Bereich Breitensport und Fit-

YOGA

Yoga bietet einen ganzheitlichen Ansatz zur Gesund-Erhaltung von Körper und Geist. Eine Hatha Yoga Stunde beinhaltet neben den bekannten körperlichen Übungen (Asanas) auch kleine Meditationseinheiten und manchmal Atemübungen. Die Asanas vermitteln Kraft und Beweglichkeit und werden ohne Leistungsdruck und mit größtmöglicher Achtsamkeit ausgeführt. Dabei wird immer auf die Integration des Atemflusses geachtet. Um die Wirkung der Asanas auch mental zu erleben, werden sie häufig mit Symbolen oder Botschaften belegt.



Die Mobilisierung und Aufrichtung der Wirbelsäule spielt beim Yoga eine zentrale Rolle: zum einen ist eine gesunde

ness vorstellen. Den Anfang machen in dieser Ausgabe unser neues Kurs-Angebot Yoga von Stefanie Kleinpaß, die Damengymnastikgruppen 60+ von

Wirbelsäule eine Grundvoraussetzung für schmerzfreie Bewegung im Allgemeinen. Zum anderen geht die Yoga Lehre davon aus, dass die Lebensenergie (Prana) durch die Wirbelsäule fließt und dass Blockaden diesen Energiefluss



beeinträchtigen und daher aufgelöst werden müssen. Hier kommt auch der Atem ins Spiel: Er gilt als Urquell der Lebensenergie und wird während der Asanas beobachtet und gelenkt. Zusätzlich bietet der Yoga reine Atemübungen an, die harmonisierend auf das vegetative Nervensystem einwirken. Der Übende ist ständiger Beobachter seiner selbst. Dadurch wird eine sehr gute Wahrnehmung des eigenen Körpers und Empfindens erzielt sowie ein hohes Maß an Konzentration, womit die

Anette Kirsch-Altana und der Kurs Zhi-neng Qi Gong von Bettina Pilz.

Gedanken – der Geist – geordnet und beruhigt werden.

Yoga ist ein wunderbarer Weg, einen neuen Zugang zu seinem Körper und zu sich selbst zu finden. Die Wertschätzung der eigenen Person und des Körpers mit all seinen Stärken und Schwächen machen den Yoga-Weg zu einer lohnenden Mission.

Der laufende Kurs ist momentan ausgebucht. Interessenten können sich gern in der Geschäftsstelle oder direkt bei der Übungsleiter vormerken lassen.

Stefanie Kleinpass
Jahrgang 1965,
Übungsleiterin
B-Lizenz Fitness
und Gesundheit,
DTB Rückentra-
nerin, Übungs-
leiterin für Reha
Sport (Orthopädie), DTB Kursleiterin
Yoga, seit 2005 beim TSV



Frauen-Gymnastik 60+

Die beiden Frauen-Gymnastikgruppen (heute mit dem Zusatz 60+) sind schon lange fester Bestandteil des Breitensportangebots im TSV. Seit mehr als 50 Jahren treffen sich am Montagabend und seit 1984 auch am Mittwochnach-



mittag Frauen aus Fauerbach, Friedberg und Umgebung, um miteinander zu „turnen“ und nebenbei Neuigkeiten, manche Erinnerungen und etliche



Anekdoten auszutauschen. Viele Jahre haben Lieselotte Walther, Kätha Vogler und Hannelore Leberle diese Gruppen geleitet. Seit 2009/2010 führt nun Anette Kirsch diese Tradition als Übungsleiterin fort.

Nach wie vor ist es die Intention, Beweglichkeit für Körper und Geist der Mitturnerinnen - bis ins hohe Alter hinein - zu erhalten und zu fördern. Mit funktioneller Gymnastik zur Musik mit und ohne Kleingeräte, mit Koordinations- und Gedächtnistraining und Übungen zur Förderung des Gleichgewichts (Sturzprophylaxe) findet sich hier ein vielseitiges Angebot für alle. Über das

sportliche Programm hinaus treffen sich die Frauen z.B. zum Eis essen vor den Sommerferien und zur Weihnachtsfeier. Außerdem wird jährlich ein Ausflug in die nähere Umgebung geplant. So ging es in den vergangenen Jahren beispielsweise ins Mathematikum nach Gießen oder zum Keltenmuseum am Glauberg. Wer Freude an sportlicher Betätigung mit Gleichgesinnten hat und noch die richtige Gruppe sucht, ist jederzeit herzlich willkommen.

Zeiten: Montag 20-21 Uhr bzw. Mittwoch 15-16 Uhr in der Turnhalle des TSV.

Anette Kirsch
Jahrgang 1965,
HBRS 2. Lizenz-
stufe: Ortho-
pädie seit 2006,
Übungsleiterin im
TSV seit 2008



Zhineng Qi Gong

„Vielen Dank, ich komme am nächsten Mittwoch wieder, denn ich habe Euch sehr vermisst. Jetzt während meiner Krankheit sage ich mir Deine positiven Sätze immer vor. Das ist schön, denn sie geben mir Kraft. Bis Mittwoch!“

So schreibt eine Kursteilnehmerin per Email, die, wie so viele in diesem Jahr, mit Grippe erkrankt ist. Unser noch junger Kurs in Zhineng Qi Gong ist im Bereich Rehasport angesiedelt. Er läuft jetzt seit knapp einem Jahr. Der Kurs wird sehr gut angenommen, und die Menschen, die sich darauf einlassen, bleiben in der Regel gern dabei.



Zhineng Qi Gong bedeutet intelligente Arbeit mit der Lebensenergie. So bezeichnen die Chinesen eine Jahrtausende alte Methode zur Gesundheitsförderung auf körperlicher und geistiger Ebene. Qi bedeutet Lebensenergie. Eine feinstoffliche Energie, die den gesamten Kosmos mit Leben erfüllt und auch unsere Lebensfunktionen erhält und reguliert. Gong bedeutet Arbeit - aber auch Kultivierung, Hingabe, Fähigkeiten. Entsprechend bestehen die Übungen aus einer Vielfalt von eher meditativen Konzentrations-, Bewegungs- und Atemübungen. Die Übungen werden häufig im Stehen, aber auch Gehen, im Tanzen, im Sitzen oder im Liegen oder nach spontanen Impulsen ausgeführt. „In dieser Stunde knaxen meine Knochen mehr als in anderen Übungsstunden, und ich weiß, was ich getan habe,“ sagt einer der Kursteil-

nehmer. Dabei sehen die Übungen so leicht aus... man kommt nicht so richtig stark ins Schwitzen, aber man wird sehr ordentlich von innen heraus durchgewärmt. Das geschieht langsam und tiefgreifend, so ähnlich, wie in einer Infrarot- Wärmekabine, wo man am Ende auch ganz ordentlich durchgewärmt ist.

Qi Gong dient der Steigerung des Wohlbefindens und der Lebensqualität. Es reduziert hervorragend Stress und ist daher auch zur Burnout-Vorsorge gut geeignet. Es stärkt das Immunsystem und regt die Selbstheilungskräfte an, indem es den Stoffwechsel und die Ausscheidung fördert. In dieser hektischen Zeit empfinden die Teilnehmer den Kurs als Energietankstelle für ihren Alltag - die regelmässige Teilnahme von jetzt etwa 12 Leuten spricht für sich.

„Der Kopf berührt den blauen Himmel, und die Füße sind tief und fest verwurzelt in der Erde...“. So beginnt manch eine Übung in unserem Qi Gong Kurs. Das heisst, wir stehen bei den meisten Übungen und können diese daher auch leicht im Freien ausführen. Ebenso leicht lassen sich einzelne Elemente in den Tagesablauf einbauen - für die eigene Lebenspflege und zur Gesundheitsvorsorge. Die Übungen sind leicht zu erler-



nen. Unabhängig von Alter und körperlicher Konstitution sind sie für jedermann geeignet. Sie wirken ausgleichend und nachhaltig anregend auf das gesamte Meridiansystem unseres Körpers: Verbrauchte Energie abgeben, frische Energie aufnehmen, das ist das

Ziel unserer Übungen. Für alle, die ihr geistiges Potential entfalten und gesund älter werden möchten: Daher ist es ein geeignetes Mittel, mit Eigenverantwortung und Selbstbestimmung unsere Gesundheit zu fördern.

Unser Kurs findet fortlaufend mittwochs morgens von 9.15-10.15 Uhr statt. Qi Gong wird von vielen Krankenkassen auf Antrag bezuschusst. Kursleiterin ist Bettina Pilz aus Ockstadt, die sich seit vielen Jahren der Gesundheitsvorsorge mit Energiearbeit widmet. Reiki und Qi Gong sind gar nicht so unterschiedlich, sagt sie. Denn beides nutzt das Qi, die Energie aus dem Universum, und bringt diese zum Ausgleich der Vitalfunktionen in unseren Körper hinein. Im Sommer sind einzelne Samstags-Workshops zum Schnuppern geplant. Und am Ende der Übungsstunde ist der ganze Körper in Harmonie mit Qi, in Harmonie mit Qi....

Bettina Pilz
Heilpraktikerin
für Psychotherapie,
Jahrgang 1959, kam vom
Yoga zu Reiki und
zum Qigong:
Drei Traditionen



aus unterschiedlichen Kulturen, die alle mit der Lebensenergie „Qi“ arbeiten und diese kultivieren. Qi Gong Training seit etwa 5 Jahren, Übungsleiterin in medizinischem Zhineng Qi Gong seit 2016.

„Man muss immer in Bewegung bleiben und sowohl geistig wie körperlich immer mal wieder etwas neues hinzu lernen!“ so ihre Überzeugung und die ihres Mannes, Dr. Wolfgang Pilz, der bei fast allen Übungsstunden selbst mit trainiert und auch seinen Patienten das Qi Gong gern empfiehlt.

BODY-FIT



Abwechslungsreiches Koordinations-, Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining mit verschiedenen Kleingeräten und Musik. Durch intensive Wiederholungen und anspruchsvolle Übungsvarianten werden alle großen Muskelgruppen sowie die Tiefenmuskulatur trainiert. Beendet wird jede Stunde mit Dehnungsübungen.

Leitung: Stefanie Kleinpaß

PILATES

Sehr wirkungsvolles Training für einen starken Rücken, eine aufrechte Haltung, mehr Beweglichkeit der Wirbelsäule und eine bessere Figur. In einem Übungsfluss erfolgt die Dehnung, Kräftigung und Stabilisierung aller wichtigen Muskelgruppen und Gelenke. Bewegung und Atemtechniken führen zu einer wohligen Entspannung, fördern die Konzentrationsfähigkeit und steigern das innere Gleichgewicht.

Leitung: Ute Körner-Kunz und Kornelia Staudt

FUNCTIONALTRAINING FÜR FRAUEN KURS

Sie wollen beweglicher werden, Ihre Muskeln stärken und Ihr Herz-Kreislaufsystem fordern, haben aber keine Lust auf Fitnessstudio, dann sind Sie hier richtig. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches und forderndes Training, das auch für Sporteinsteiger geeignet ist. In der Trainingsstunde wird ein effizientes Krafttraining, mit und ohne Kleingeräte (Hanteln, Pezzi-Ball, Medizinball etc.), zu temporeicher Musik gemacht.

Leitung: Pamela Schoon

RÜCKEN-FIT



Präventionstraining für einen starken Rücken und eine aufrechte Haltung. Durch intensives Training der Tiefenmuskulatur wird eine größere Gelenkstabilität und Bewegungssicherheit erreicht. Mit und ohne Kleingeräte werden durch Gleichgewichts- und Koordinationsübungen auch die tiefer liegenden kleinen Muskeln trainiert. Durch die Mobilisation der Wirbelsäule werden unbeweglich gewordene Strukturen aktiviert.

Tipps für den rückengerechten Alltag runden die Trainingseinheit ab.

Leitung: Stefanie Kleinpaß, Bianca Hofmann und Ewelina Piatkov

OSTEOPOROSESPORT

Sie leiden unter Osteoporose oder gehören zu den Risikogruppen, die Osteoporose gefährdet sind: dann sind Sport und Bewegung für Sie ein absolutes Muss. Über Bewegung können Sie Muskulatur aufbauen, über Belastung die Knochen stärken. Sport und Bewegung bekämpfen den Schmerz und bringen neue Vitalität. Bewegungsarmut hingegen unterfordert Muskeln und Knochen. Das richtige Maß an Bewegung und Belastung, insbesondere geeignetes Krafttraining, kann helfen Osteoporose vorzubeugen bzw. bereits aufgetretene Schädigungen in den Griff zu bekommen.

Leitung: Bernd Lachmann

FUNCTIONAL TRAINING FÜR MÄNNER KURS

Sie wollen wieder beweglicher werden, Ihre Muskeln stärken und Ihr Herz-Kreislaufsystem fordern, haben aber keine Lust auf Fitnessstudio, dann sind Sie hier richtig. Mit Functional Training zur Stabilisierung und Gesunderhaltung des Bewegungsapparates und Übungen mit dem Eigengewicht werden abwechslungsreiche Zirkel- und Satztrainingseinheiten gestaltet. Mit diesem Training, das auch für Sporteinsteiger geeignet ist, kann Mann dauerhaft seine Leistung verbessern. Ein mehrfacher Leichtathletikweltmeister in der Altersklasse M35 und M45 leitet Sie an, wie Sie mit wenig Zeitaufwand Muskeln aufbauen, Ihre Beweglichkeit verbessern und Ihr Herz-Kreislaufsystem fordern können.

Leitung: Bernd Lachmann

KURS

KRAFTTRAINING UNTER ANLEITUNG KURS

Sie trainieren im Krafraum der TSV-Halle mit einem breit gefächerten Gerätepark. In der Gruppe wird durch gezieltes Krafttraining die Fitness durch Muskelaufbau verbessert. Die Teilnehmer werden von einem mehrfachen Leichtathletikweltmeister in der Altersklasse M35 und M45 angeleitet. Es wird mit Stations- und Zirkeltraining im Kraftausdauer- und Muskelaufbaubereich trainiert. Deutliche Leistungsverbesserungen sind garantiert.

Leitung: Bernd Lachmann

KURS

ZHINENG QI GONG

KURS

Sie wollen den Körper mit sanften Bewegungen lockern und entspannen. Den Geist zur Ruhe bringen. Durch Bewegungs- und Atemübungen die Voraussetzungen im Körper schaffen, das Qi zu sammeln, zu nähren, zu stärken und frei im Körper zirkulieren zu lassen.

Dann trainieren sie nach Zhineng Qi Gong. Eine der bekanntesten, auch medizinisch anerkannten Qi Gong-Formen, die traditionelle Methoden und Lehren aus dem alten China mit modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen vereint. Einfache, schnell erlernbare, fließenden Bewegungsabläufe bringen Körper, Geist, Emotionen und die Lebensenergie auf natürliche Weise wieder in Balance.

Leitung: Bettina Pilz

YOGA

KURS

Sie wollen zur Ruhe kommen und etwas für Körper und Geist, für mehr Beweglichkeit und Kraft, aber auch für mehr Eigen-Wahrnehmung und Gelassenheit tun. Dann ist Yoga das Richtige. Sie erlernen und machen die Yogaübungen frei von Erfolgsdruck und Leistungsdenken, Konzentration und Achtsamkeit sind dabei wichtig. Der stetige Wechsel von Konzentration und Loslassen/Nachspüren führt zu spürbarer geistiger Entspannung. Die Atmung wird immer wieder als energielenkendes Element gezielt eingesetzt. Kleine Meditationseinheiten runden die Stunde ab.

Leitung: Stefanie Kleinpaß

REHA-SPORT WASSERGYMNASTIK

Gegen den Widerstand des Wassers eine Bewegung auszuführen erfordert einen erhöhten Kraftaufwand. Gleichzeitig geben wir einen Teil unseres Körpergewichts an das Wasser ab und können so viele Bewegungen einfacher ausführen.

Wenn Sie auf sanfte Art Ihre Beweglichkeit und Kraftausdauer trainieren wollen und sich im Wasser wohlfühlen, sind Sie hier genau richtig!

Leitung: Bianca Hofmann

Diese Übungsstunden finden im Usa-Wellenbad statt

REHA-SPORT ORTHOPÄDIE

Funktionsgymnastik für Menschen mit Belastungs- und Bewegungseinschränkungen des Stütz- und Bewegungsapparats, insbesondere des Rückens, der Schulterpartie, der Hüfte und des Knies. Unter Anleitung unserer erfahrenen REHA Übungsleiterinnen trainieren Sie Ihre Koordination, Ihre Kraft und Beweglichkeit und erreichen so eine verbesserte Alltagsmotorik und eine erhöhte Bewegungssicherheit. Ihre Körperwahrnehmung, die Fähigkeit zur Entspannung und die Freude an der Bewegung werden gefördert.

Leitung: Bianca Hofmann, Stefanie Kleinpaß, Juliane Moll, Henriette Walther, Tanja Witt-Damm, Michael Hammann

Alle Angebote finden Sie unter
www.tsv-friedberg-fauerbach.net

KORONARSPORT

Die Herzsportgruppe spricht Patienten mit chronischen Herz-Kreislauf-Krankheiten an, die sich auf ärztliche Verordnung unter Überwachung und Betreuung eines Herzgruppenarztes zum Sport treffen. Besonders geeignet ist der Herzsport für Patienten nach einem Herzinfarkt und längerfristiger Rehabilitation zur Wiedereingliederung in ein normales Leben. Die Bewegungs- und Sporttherapie bei Herzpatienten ist eine anerkannte Behandlungsmöglichkeit, um das erkrankte Herz zu trainieren und wieder belastbar zu machen.

Leitung: Holger Beims, Juliane Moll, Eva Schmidt und Michael Hammann. Ein Arzt ist immer anwesend



AKTIVE SENIÖREN

Kraft und persönliche Ausdauer aufbauen bzw. erhalten mit den Geräten im Krafraum der Turnhalle. Abwechslungsreiches Zirkeltraining mit Stretch- und Gleichgewichtsübungen, Seil- und Ballgymnastik. Abschluss einer Übungseinheit mit Prellballspielen und gelegentlich Bosseln. Einmal im Monat nach dem Training Einkehr in eine gemütliche Gastwirtschaft.

Regelmäßige Radtouren von 2-4 Stunden und Durchführung von Tagestouren mit dem Rad.

FRAUENGYMNASTIK 60+

Beweglichkeit an Körper und Geist zu erhalten und zu fördern, ist das Ziel dieser Sportstunden. Durch funktionelle Gymnastik zur Musik mit und ohne Kleingeräte halten wir die Muskulatur, Gelenke und Knochen aktiv, trainieren darüber hinaus Koordination und Kondition. Gedächtnis- und Gleichgewichtstraining sowie Sturzprophylaxe gehören selbstverständlich auch dazu. Bei all dem kommen die Geselligkeit und der Spaß auf keinen Fall zu kurz. Seien Sie gerne auch dabei - Sie sind herzlich willkommen!

Leitung: Anette Kirsch-Altena

SPORT UND GESELLIGKEIT FÜR MÄNNER

Für Männer ab 40 auch mit XXL-Körper, die Spaß am Basketballspielen haben und sich in die Gruppe mit Namen „Begnadete Körper“ einbringen möchten. Das Training beinhaltet neben dem Basketballspielen abwechslungsreiche Kräftigungs- und Dehnübungen sowie ein variables Zirkeltraining zur Verbesserung von Kraft und Ausdauer. Nach dem Duschen sitzt Mann im Clubraum oder Kneipe zusammen.

Einmal im Jahr wird eine gemeinsame Wochenendtour organisiert.

Leitung: Volker Weber

BOSSELN

Bosseln ist Stockschießen in der Turnhalle. Gespielt wird mit speziellen „Stöcken“, vergleichbar mit dem Holz-Eisstock, nur hat der Bossel-Stock Bürsten an der Unterseite. Ziel des Spiels ist es, den Bossel-Stock möglichst nahe an die sogenannte Daube zu bringen. Die Nähe zur Daube wird mit Punkten bewertet. Es spielen 2 Mannschaften gegeneinander. Treffsicherheit und Mannschaftstaktik sind das A und O des Spiels. Das macht nicht nur unheimlich viel Spaß, sondern trainiert außerdem die Bein-, Rücken- und Armmuskulatur.

Leitung: Valerie Volkov

ALLROUNDFITNESS FÜR SPORTLICHE

Unterstützt durch motivierende Musik und vor allem motivierende Trainer wird mit einem abwechslungsreichen Programm die Ausdauer trainiert sowie die Muskulatur gekräftigt. Hierzu werden neuste Erkenntnisse aus der Sportwissenschaft verwendet wie Functional-Training, Core-Training und Stability-Training. Verschiedenste Hilfsmittel, wie eigener Krafraum, Stepper, Aero-Steps, Redondo-Bälle oder Flexi-Bars kommen hier zum Einsatz.

Leitung: Bianca Hofmann und Alina Schneider

KURSLEITER/INNEN

Alle angebotenen Kurse werden von qualifizierten Trainer/innen geleitet:

Bianca Hofmann

DTB 2. Lizenzstufe: Sport in der Prävention, Herz-Kreislauf-Training, Haltung und Bewegung; HBRS 2. Lizenzstufe: Orthopädie.

Stefanie Kleinpaß

DTB 2. Lizenzstufe: Sport in der Prävention, Haltung und Bewegung; HBRS 2. Lizenzstufe: Orthopädie, Yoga-Lehrerin

Ute Körner-Kunz

Pilates Mattentrainerin

Kornelia Staudt

DTB Kursleiterin Pilates

Bernd Lachmann

DFLV A-Lizenz Fitness

Pamela Schoon

DBB 2. Lizenzstufe: Sport in der Prävention, Herz-Kreislauf-Training.

Ewelina Piatkov

DFLV A-Lizenz Fitness

Bettina Pilz

Zhineng Qi Gong Trainerin

GRUPPENLEITER/INNEN

Holger Beims

HBRS 2. Lizenzstufe: innere Organe.

Anette Kirsch-Altena

HBRS 2. Lizenzstufe: Orthopädie.

Tanja Witt-Damm

HBRS 2. Lizenzstufe: Orthopädie.

Michael Hammann

HBRS 2. Lizenzstufe: innere Organe und Orthopädie.

Harald Koop

Fachlehrer für Yoga und Atemtechnik (Pranayama)

Juliane Moll

HBRS 2. Lizenzstufe: innere Organe.

Eva Schmidt

HBRS 2. Lizenzstufe: innere Organe.

Henriette Walther

HBRS 2. Lizenzstufe: Orthopädie.

Alina Schneider

Volker Weber

Tjark Thomas

Weitere Informationen erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle:

TSV Friedberg-Fauerbach 1885 e.V.

Am Runden Garten 17 · 61169 Friedberg

Tel. 06031 - 62300 · Fax 06031 - 67 27 603

e-mail: tsvff@gmx.de

Stand März 2018 • Änderungen vorbehalten



KURSE UND TERMINE IM ÜBERBLICK:

Veranstaltungsort: vereinseigene Turnhalle oder für Wasseraktivitäten das Usa-Wellenbad

Montag	
Osteoporosesport *Kurs*	09.30 - 10.30 Uhr
Leitung: Bernd Lachmann	
Krafraumtraining *Kurs*	10.30 - 11.30 Uhr
Leitung: Bernd Lachmann	
Yoga *Kurs*	16.45 - 17.45 Uhr
Leitung: Stefanie Kleinpaß	
REHA-Sport Orthopädie	16.45 - 17.45 Uhr
Leitung: Tanja Witt-Damm	
REHA-Sport Orthopädie	18.00 - 19.00 Uhr
REHA-Sport Orthopädie	19.00 - 20.00 Uhr
Leitung: Henriette Walther	
Fraueingymnastik 60+	20.00 - 21.00 Uhr
Leitung: Anette Kirsch-Altena	
Allroundfitness für Sportliche	20.00 - 21.00 Uhr
Leitung: Bianca Hofmann und Alina Schneider	
Dienstag	
Body-Fit für Frauen *Kurs*	9.30 - 10.30 Uhr
Leitung: Stefanie Kleinpaß	
REHA-Sport Orthopädie	9.20 - 10.20 Uhr
Leitung: Bianca Hofmann	
REHA-Sport Orthopädie	10.30 - 11.30 Uhr
REHA-Sport Orthopädie	11.30 - 12.30 Uhr
Leitung: Juliane Moll	
REHA-Sport Wasser-Gymnastik	12.45 - 14.00 Uhr
REHA-Sport Wasser-Gymnastik	14.00 - 15.15 Uhr
Leitung: Bianca Hofmann	
Girls Body Fit ab Jahrgang 2004	17.30 - 18.30 Uhr
Leitung: Bianca Hofmann	
Functional Training für Frauen *Kurs*	19.30 - 20.30 Uhr
Leitung: Pamela Schoon	
Functional Training für Männer *Kurs*	20.30 - 21.30 Uhr
Leitung: Bernd Lachmann	
Mittwoch	
Zhineng Qi Gong *Kurs*	9.15 - 10.15 Uhr
Leitung: Bettina Pilz	
REHA-Sport Orthopädie	9.30 - 10.30 Uhr
Leitung: Stefanie Kleinpaß	
REHA-Sport Orthopädie	11.30 - 12.30 Uhr
Leitung: Tanja Witt-Damm	
Fraueingymnastik 60+	15.00 - 16.00 Uhr
Leitung: Anette Kirsch-Altena	
Pilates I *Kurs*	16.15 - 17.15 Uhr
Pilates II *Kurs*	17.30 - 18.30 Uhr
Leitung: Ute Körner-Kunz	
Krafttraining für junge Erwachsene	20.30 - 22.00 Uhr
Leitung: Tjark Thomas	
Donnerstag	
Rücken-Fit *Kurs*	8.15 - 9.15 Uhr
Rücken-Fit *Kurs*	9.30 - 10.30 Uhr
Leitung: Ewelina Piatkov	
REHA-Sport Orthopädie	10.45 - 11.45 Uhr
Leitung: Henriette Walther	
REHA-Sport Orthopädie	14.15 - 15.15 Uhr
Leitung: Michael Hammann	
Senioren-sport	15.30 - 17.00 Uhr
Leitung: N.N.	
Pilates *Kurs*	16.30 - 17.30 Uhr
Leitung: Kornelia Staudt	
Koronarsport	19.00 - 20.30 Uhr
Leitung: Holger Beims, Juliane Moll, Eva Schmidt und Michael Hammann	

Rücken-Fit 20.30 - 21.30 Uhr

zwei *Kurse* zur gleichen Zeit

Leitung: Stefanie Kleinpaß und Bianca Hofmann

Freitag

Sportabzeichen 18.00 - 19.30 Uhr

Mai - September auf dem Burgfeld

Leitung: Hans Moder

Sport und Geselligkeit für Männer 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Volker Weber

Samstag

Krafttraining für junge Erwachsene 14.00 - 16.00 Uhr

Tjark Thomas

Krafraumtraining *Kurs* 17.15 - 18.15 Uhr

Leitung: Bernd Lachmann

Sonntag

Bosseln 18.00 - 19.30 Uhr

Leitung: Valerie Volkov

MITGLIEDSBEITRÄGE PRO JAHR:

Gültig ab Januar 2016

Zahlung durch Abbuchung per Einzugsermächtigung

Einmalige Aufnahmegebühr 25,- €

Minderjährige, bei Nachweis für volljährige 65,- €

Schüler, Auszubildende und Studenten 80,- €

Erwachsene 80,- €

Familien 190,- €

Senioren ab 65 Jahren 65,- €

Koronar- und REHA-Sport

Für Teilnehmer mit ärztlicher Verordnung kostenfrei

ohne ärztliche Verordnung 130,- €

KURSGEBÜHREN:

Die Kurse umfassen jeweils 12 Übungseinheiten.

TSV-Mitglieder: 20,- €

Gäste: 60,- €

Jahreskarte für alle Kurse: TSV-Mitglieder: 100,- €

Gäste: 200,- €

>> Neues von unseren Kampfrichtern

Neben den Europameisterschaften werden zwei Wochen später traditionsgemäß auch die World Para Athletics European Championships 2018 in Berlin ausgetragen. Für dieses Ereignis werden ähnlich viele Kampfrichter benötigt wie auch schon bei der BEM2018. Um das Panel mit hochqualifizierten Kampfrichtern und Schiedsrichtern zu besetzen, startete der Bundesverband der Paralympics letztes Jahr eine Rekrutierungskampagne unter den besten Kampfrichtern Deutschlands und der Schweiz. Über die Landeskampfrichterwarte wurde bundesweit dazu aufgerufen, sich für dieses Großereignis zu bewerben. Vom TSV haben sich Hedi und Joachim Ditthardt sowie Florian Rau für diese Positionen beworben.



Hedi und Joachim Ditthardt und Florian Rau beim NTO-Lehrgang in Erfurt.

Anfang Februar 2018 kam dann die freudige Nachricht, dass alle drei für den NTO-Lehrgang in Erfurt angenommen wurden - zusammen mit einer weiteren Kampfrichterin aus Frankfurt. Somit war Hessen mit insgesamt vier Kampfrichtern vertreten. Am 3. März war es dann soweit: In Erfurt startete der erste von insgesamt fünf bundesweit organisierten Lehrgängen (Zwei Tage Lehrgang mit abschließender schriftlicher Prüfung). Aus über 120 angenommenen Bewerbern sollte nach Abschluss der Lehrgänge das Panel besetzt werden – insgesamt 85 Kampfrichter und Schiedsrichter. Doch es kam anders. Bereits in der kommenden Woche erhielten unsere drei Teilnehmer die Berufung ins Panel – ungeachtet der Ergebnisse der noch ausstehenden Lehrgänge! Für Florian Rau ist es eine doppelte Freude – ist er doch bereits ins Panel der Europameisterschaften vom 7.-12. August 2018 berufen. Bedeutet natürlich auch: 2 x 6 Tage Urlaub im August in Berlin!

+++

Unser Kampfrichter-Grundlehrgänge sind ja schon Tradition. Auch dieses Jahr gab es wieder einen am 14. und 15. April im Kollegraum unserer TSV Sporthalle. Das Lehrteam konnte 15 Teilnehmer herzlich willkommen heißen. Wie immer wurden an zwei vollen Lehrgangstagen Theorie und Praxis eines Kampfrichters anschaulich im „Hörsaal“



15 Teilnehmer konnte unser Lehrteam beim Kampfrichter-Grundlehrgang in der Halle begrüßen

und auf dem Burgfeld vermittelt. Alle 15 Teilnehmer absolvierten erfolgreich ihre Abschlussprüfung. Bei den jetzt anstehenden Wettkämpfen werden die „Jungkampfrichter“ erfahrenen Kampfrichtern zur Seite gestellt, um mit dem Prinzip „learning by doing“ ihre Kenntnisse zu festigen und zu erweitern.

+++

Nach dem Spiel ist vor dem Spiel! Diesen legendären Satz kann man auch auf Wahlen anwenden. Im November 2019 werden im HLV-Präsidium einige Stellen neu zu besetzen sein. Vor allem der Bereich Wettkampfsport wird durch altersbedingte Abgänge komplett neu zusammengestellt werden. Hierzu gehört auch die Abteilung „Lehrteam Kampfrichterwesen“. Um bereits frühzeitig die Weichen für die Jahre nach 2019 zu stellen, hat der HLV in seiner diesjährigen Lehrteam-Tagung neue Lehrreferenten benannt. Und wieder hat der TSV „zugeschlagen“: neben Joachim Ditthardt und Michael Grein, die schon seit vielen Jahren Lehrreferenten im HLV sind, wurden Hedi Ditthardt und Florian Rau neu berufen. Der TSV hat nun das größte Lehrteam nicht nur des Leichtathletikkreises Wetterau, sondern ganz Hessens.

+++

Trainer müssen es machen, Kampfrichter auch. Die Fort- bzw. Weiterbildung. Auch in 2018 wurden wieder zwei Fortbildungen angeboten. Das bewährte Lehrteam, bestehend aus Michael Grein und Joachim Ditthardt, nutzte als erste Gruppe unseren völlig neu gestalteten Kiosk am Burgfeld und referierte über zahlreiche Regeländerungen, verbunden mit einem Praxisteil direkt im Stadion. Ferner hat Joachim Ditthardt erstmalig zusammen mit Stefan Wellenhöfer vom Lehrteam des HLV zwei Lehrgänge „Zielbildauswerter“ abgehalten. Vom TSV hat erfolgreich teilgenommen Tjark Thomas.

+++

Weitenmessung - einmal anders! Nachdem der TSV bereits im Jahre 1990 seine erste elektronische Zeitmessanlage angeschafft hat, hat sich im Bereich der elektronischen Weitenmessung einiges getan. Besonders jetzt mit dem neuen Software-Release Seltec 3.0 kann ein Laser-Theodolit mit einfachen Mitteln an einen Laptop mit installierter Software angeschlossen werden. Die Weitenmessung kann nun höchstpräzise innerhalb weniger Sekunden durchgeführt werden - und sollte eine WLAN-Verbindung zum Wettkampfbüro bestehen auch dort direkt parallel verarbeitet werden. Neben den Technischen Aspekten kommt ein weiterer personeller Aspekt hinzu: Die Messung selbst und die Protokollierung liegen bei einem Kampfrichter – man spart also einen Kampfrichter ein, trotz deutlich besserer, genauerer und vor allem schnellerer Messung. Voraussetzung hierfür ist jedoch die Schulung von geeigneten Kampfrichtern auf diese neue Technik. Um die elektronische Distanzmessung (EDM) einem größeren Kreis zugänglich zu machen, hat der HLV Anfang Dezember 2017 einen Lehrgang durchgeführt. Von TSV-Seite haben daran Tjark Thomas und Michael Grein teilgenommen. Beide sind im Panel der EDM-Messrichter aufgenommen worden und dürfen mit dem HLV-eigenen Leica Builder Theodolit selbstständig an Wettkämpfen die Weitenmessung durchführen. Auch bei unseren künftigen Veranstaltungen wurde die Weitenmessung mittels der „LEICA“ durchgeführt.

>> Wundervolle Zirkusfreizeit beim TSV

Bei der 3. Auflage kann man durchaus schon von einer kleinen Tradition sprechen, die sich der TSV Friedberg-Fauerbach mit der Zirkus-Ferienfreizeit aufgebaut hat. In den Osterferien waren nach einem Jahr Pause erneut knapp 100 Kinder (bis auf den letzten Platz ausgebucht) auf dem besten Weg,



Alle Mann wurden gebraucht: Kraftvoller Aufbau des Zirkuszeltes

kleine Stars in der Manege zu werden. Bevor am Ende der Ferienwoche bei der großen Galavorstellung alle das Gelernte vorführen konnten, lag viel Arbeit vor Kindern, Betreuern und der Familie Ortmann. Die Zirkusleute sind mit ihrem Zirkuszelt mitten auf der Wiese am Sportplatz in Fauerbach gern gesehene Gäste. Die Familie zeigte sodann auch den Jungs und Mädels, was man an Artistik im Circus-for-kids so alles machen kann. Entsprechend gab es dann Akrobatinnen, Jongleure, Fakire, die sich sogar eine Feuerfackel in den Mund steckten, Bauchtänzerinnen, Ziegen- und Taubendresseure, Clowns, Trampolinspringer mit einer Basketball-Choreographie, alte Akrobaten in Anlehnung an die Jahrhundertwende mit Menschenpyramiden in entsprechenden Kostümen, Trapezkünstlerin-



Schöner Blick in die grün ausgeleuchtete Manege



In der Turnhalle wurden die Übungen einstudiert und geprobt.

nen in vier bis sechs Metern Höhe, Hula-Hoop-Akrobatinnen und Piraten.

„Die Kinder waren von dem Programm auch dieses Jahr wieder komplett begeistert“, freuten sich die TSV-Organisatorinnen Bianca Hofmann und Sandra Beims, die die Zirkusfreizeit wieder in liebevoller Kleinstarbeit geplant und begleitet haben. Als die Rollen und Aufgaben verteilt waren, ging es unter der Woche in der TSV-eigenen Turnhalle an's Proben und Einstudieren der ver-



Wer nicht für seine Zirkusnummer probte, konnte zum Beispiel in der Hallenküche Plätzchen backen.

schiedenen Zirkusnummern und auch direkt im Zirkuszelt wurde trainiert. Zwischendrin konnten die „trainingsfreien“ Kinder malen, Plätzchen backen, DVDs schauen oder Spiele spielen. Neben den TSV-Helfern gab es insgesamt 14 ehrenamtliche Betreuer, unter



Großen Dank an unserer Helfer-Team der diesjährigen Freizeit!



Die Clowns-Nummer war am Galaabend natürlich eins der Highlights.

anderem Absolventen des „sozialen Engagements“ der Augustinerschule Friedberg. Am Freitagabend fand dann die Galavorstellung im mit 500 Zuschauern ausverkauften beheizten Zirkuszelt statt. Schon eine Stunde vor Beginn hatte sich vor dem grün-gelb leuchtenden Zelt eine lange Schlange gebildet. Die Bewirtung rund um die Abschluss-

Veranstaltung übernahmen der Getränkehandel A.Kempf, die Bäckerei Schmidt-Wettlaufer und Thomas's Finest, denen der Dank des Vereins genauso gilt wie den langjährigen Förderern Sparda-Bank Hessen (Hauptsponsor), Wetterauer Druckerei, Johanner Unfallhilfe und der Stadt Friedberg, die den Platz zur Verfügung

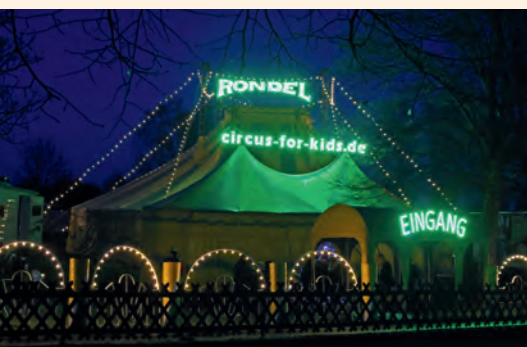
gestellt hat. „Ohne diese Unterstützung wäre eine solche Veranstaltung nicht möglich“, so Bianca Hofmann. Die Organisatorinnen freuen sich schon auf die 4. Zirkusferienfreizeit im April 2020, wenn erneut rund 100 Kinder in ihren Osterferien zu kleinen, glücklichen Stars in der Manege werden können.



Blick in die rappelvollen Zuschauerbereiche im Zelt. Die Veranstaltung war wie letztes Mal ausverkauft.



HaJo Müller bedankt sich im Namen des TSV und allen Kindern und Eltern bei Bianca Hofmann, die die Freizeit mit Sandra Beims organisiert hatte.



Das leuchtende Zirkuszelt von außen.



Wie richtige Artisten: die Mädels zeigten eine tolle Choreographie.



Hier war Geschick gefragt: Die Jungs bei der Basketball-Choreo am Trampolin.



Viel Jubel gab es vom Publikum auch für diese Zirkusnummer.

>> Wieder Stimmungsvoller Adventsnachmittag beim TSV

Es ist eine wunderbare Tradition bei unserem Verein: das vorweihnachtliche Zusammenkommen der jüngsten Sportlerinnen und Sportler mit ihren Übungsleitern, Eltern und Familien. Beim Adventsnachmittag des TSV stehen ja im Gegensatz zur offiziellen Saisonabschlussfeier ausschließlich die Nach-



Große Augen bei den kleinen Besuchern, als dann endlich der Nikolaus kam.

wuchstalente im Mittelpunkt. Bei Kaffee und Kuchen war die Turnhalle dann auch schnell bis auf den letzten Platz gefüllt. Wie immer nahm neben den Ehrungen der besten Sportler auch die Unterhaltung einen großen Platz ein, und so begrüßten Moderatorin Julia Nestle und Vorstandssprecher Martin Göller zunächst alle Anwesenden. Göller hob die erfolgreichste nicht-olympische Saison des TSV bzw. der LG ovag hervor, mit unzähligen Titeln auf nationaler Ebene bis hin zu Kreismeisterschaften. Außerdem appellierte er an alle Eltern, den Verein bei der Durchführung von Wettkämpfen auf dem Burgfeld weiterhin zu unterstützen, sei es durch Kuchenspenden oder Aushelfen im Kiosk oder im Wettkampfbüro, zum Beispiel. Ohne die Hilfe von Vielen geht es nicht, so Göller.



Blick von oben in die volle Turnhalle.

Traditionell übernehmen den Auftakt des Showprogramms immer die Fauerbacher Grundschule oder der Kindergarten Farbklecks, so auch in diesem Jahr. Die Kindergarten-Kids sorgten mit Weihnachtsliedern wie „Jingle Bells“ für besinnliche Stimmung in der Halle. Nachdem die Bühne kurz umgebaut wurde, war die Gruppe der Übungsleiterinnen Petra Brzezniak und Christina Haeberlin bereit für ihr „Sockentheater“ zur Musik von Sister Act. Musikalisch ging es weiter beim Tanz „Alane“ von Sandra Wiener und Susanne Margraf, die mit dem Auftritt ihrer jungen Athleten den ein oder anderen Erwachsenen an seine Tanzschulzeit erinnert haben dürften. Bevor es eine Kaffee und Kuchen-Pause gab, betraten die jüngsten Teilnehmer des Adventsnachmittags die Bühne. Die Jungs und Mädels von Trainer Daniel Schwarz gehören den Jahrgängen 2010 bis 2012 an und hatten eine Choreografie mit Sprüngen über verschiedene Reifen einstudiert.



Vorstandssprecher Martin Göller bei seiner Begrüßungsansprache.

Laut wurde es nach der Pause, als die Gruppe von Petra Brzezniak und Christina Haeberlin mit viel Getrommel den zweiten Programmteil eröffnet. Holger und Sandra Beims hatten sich mit ihren Athleten jeweils wieder sehr viel Mühe mit der Ausarbeitung eines Auftritts gegeben. Zum Song „manamana“ rollte Holger Beims als Müllmann verkleidet Altpapiertonnen auf die Bühne, aus denen heraus seine Sportler zum Lied performten. Dann übernahm die Gruppe von Sandra Beims die Bühne: die Mädels führten einen sogenannten Optical Illusion Dance vor, waren jeweils zur Hälfte in schwarz-weiß gekleidet und sorgten so für viel Staunen. Ein

Novum gab es zum Abschluss: noch nie standen beim Adventsnachmittag alle



Wie immer zum Auftakt: weihnachtliche Lieder vom Kindergarten Farbklecks.

Übungsleiter auf einmal auf der Bühne. Dieses Mal hatten Susanne Margraf, Sandra Wiener, Petra Brzezniak, Christina Haeberlin, Holger Beims und Daniel Schwarz eine sehr lustige Variante von Aschenputtel einstudiert, wo sie zum Sketch verkleidet immer wieder hinter einem Vorhang herauslugten.

Für viele junge Athleten war die anschließende Sportlerehrung das Highlight des Tages - ist eine solche Auszeichnung gerade für die Nachwuchstalente doch immer etwas sehr besonderes. Außerdem wurde die Ehrung dieses



Sorgten für große Lacher: Die Jungs und Mädels vom „Sockentheater“.

Jahr von den Topstars der LG ovag - Steven Müller, Gordon Porsch, Gesa Kratzsch und Lars Hieronymi - durchgeführt. Für die punktbesten Sportler jeder Altersklasse gibt es jedes Jahr einen Wanderpokal. Den haben 2017 Ben Gerlach in der männlichen U12, Delphine Hinz (U10), Lilly Peter (U12) und Lucy Peter in der weiblichen U14 gewonnen. Außerdem wurden mit Susanne Margraf, Daniel Schwarz und Andreas Stöltzing zwei Trainer bzw. ein Kampfrichter geehrt, die bei der Saisonabschlussfeier Ende Oktober nicht

da sein konnten.

Folgende 53 Nachwuchssportler wurden vom TSV für ihre Erfolge im Jahr 2017 mit einer Urkunde und einem kleinen Geschenk ausgezeichnet: Alina Adam, Tim Baumer, Julius Behr, Greta Beims, Klara Beims, Mara Bodenröder, Luca Bornmann, Frida Damerius, Nele Eckhardt, Ben Gerlach, Hendrik Graf, Julia Gruner, Peer Michel Hagen, Anna Hapfel, Lena Herig, Delphine Hinz, Finn Höhn, Noah Jordan, Ray Kabuya, Melina Kautz, Jonah Kinnschewski, Marie

Kolckhorst, Amelie Krug, Emma Kuhn, Mariella Kunze, Jakob Linkenbach, Greta Major, Leonie Margraf, Denis Mazharoglu, Maximilian Möller, Finn Müller, Lisa Obiorah, Julia Odermatt, Polina Parkhomovich, Noah Pepper, Lilly Peter, Lucy Peter, Mia Puhl, Jannes Quente, Lina Reinheimer, Esko Rieck, Sanna Roloff, Mauro Salamon, Alina Schramm, Paula Schröder, Sarah Schwarz, Matilda Shea, Kaleo Sledge, Jonas Smolka, Amrei Thomas, Jonas Urbainczyk, Ida Witte und Lukas Zorn.



Wer schaut denn da aus der Altpapiertonne?



Die TSV-Kids bei ihrem Auftritt.



Reifenchoreo der Aller kleinsten.



Optical Illusion Dance in schwarz und weiß.



Alle im Takt bei der Trommel-Choreo.



Die Gruppe von Christina Haeberlin und Petra Brzezniak.



Auch die Trainer hatten in diesem Jahr etwas einstudiert.



Glückliche Wanderpokal-Gewinner.



Nach getaner Arbeit: die unermüden TSV-Helfer.



Gruppenfoto von allen Jungs und Mädels, die beim Adventsnachmittag für ihre Leistungen in der abgelaufenen Saison geehrt wurden.

>> TSV-Brettel-Fans von Piste und Bett durch den Atlantik getrennt

Einmal mehr war es für die Brettel-Fans des TSV undenkbar, den Winter 2017/18 ohne die traditionellen Skitage vor Ostern ausklingen zu lassen. Wieder sollte es zum Almstadl (1666m) inmitten der Pisten oberhalb von Wagrain gehen. Waren in früheren Jahren bis zu neun leidenschaftliche Abfahrtsläufer dabei, setzte, wie bei den Gletschern zu beobachten, ein Abschmelzungsprozess ein: Hatte uns vor drei Jahren schon HaJo Müller die „kalte Schulter“ gezeigt – er will partout Champanger-Powder bei kanadischen Freunden genießen -, so



Rast von Haimo, Volker, Thomas und Christian.

geling es ihm diesmal, zusätzlich TSV-Arzt Wolfgang Pilz mit auf die andere Seite des Atlantiks zu ziehen. Als weiteren guten Skifahrer musste die Kerntuppe nun schon zum zweiten Mal auf Christian Böhm verzichten, der termingebunden bei der Konkurrenz anheuerte. Ortwin Faatz hatte im Vorjahr zwar unfreiwillig als Pfand seine Lecki-Spezial-Carbonstöcke am letzten Tag auf der Piste zurücklassen müssen (der Motorschlitten mit Gepäckanhänger war bei der Fahrt vom Almstadl zum Roten Achter(Lift) umgefallen, wonach



Ab geht's zur nächsten Abfahrt!



HaJo Müller im Schnee in Kanada.



Wolfgang Pilz nach dem Skitag in der Hütte.

die Stöcke fehlten), aber er überließ es uns, der Kerntuppe, in diesem Jahr danach zu forschen. Vergeblich übrigens, denn es gab doppelt so viel Schnee wie im Vorjahr, der alles gnädig zudeckte. Und Lift- und Almstadlpersonal wusste von Nichts. So lief die geschrumpfte TSV-Abordnung bestehend aus Volker Weber und Sohn Christian, Thomas Linek und Haimo Emminger am Sonntag, 4. März, nach flotter Fahrt im Auto von Thomas und nach ersten Schwüngen vom Grießenkareck herunter, bereits um 13 Uhr in der komfortablen Berghütte ein und konnte, „geistreich“ von Wirt Hans-Peter begrüßt, Zimmer beziehen. Zunächst ohne Gepäck, das kam erst Stunden später per Lift und Motorschlitten. Zwischenzeitlich nahmen wir auf den Pisten schon mal „Maß“ und fanden von Schwung zu Schwung zu etwas einge-

rosteter Eleganz und Sicherheit zurück. Es folgten vier herrliche Ski-Tage auf genussreichem „Blau“ und dynamischem „Schwarz“ mit Ausflügen etwa zur Fis-Rennstrecke von Herrmann Maier in Flachau, zum Skizirkus nach Zauchensee und über Wagrain schwebend mit dem G-Link zum Grafenberg und drüben hinunter bis Großarl. Lediglich der Dienstag mit Schneeregen um den Gefrierpunkt zeigte sich neblig-undurchdringlich und wegen der zeitweisen Null-Sicht war es schwierig, beieinander zu bleiben. An den anderen Tagen aber hatten wir „Marathon-Wetter“. Ein neuer Begriff in der Winter-sportgeschichte: Dank moderner Whats Apps wurden, auch wenn nicht nur die Muskeln ob der ungewohnten Anforderungen zeitweise etwas „verkatert“ waren, zweifelsfrei täglich mehr als 40 Km Abfahrtsstrecken registriert – ob mit oder ohne die Kurven gerechnet, war nicht zu ermitteln. Unfallfrei und geheilt vom vorher unstillbaren Drang, endlich wieder Ski zu fahren, freuten wir uns, am Freitagnachmittag das Ortschaftschild Friedberg zu passieren. Und doch: Schon jetzt wird überlegt, wann und wohin es vor Ostern 2019 geht.



HaJo Müller und Wolfgang Pilz.

Haimo Emminger



Stellenausschreibung

Der TSV Friedberg-Fauerbach bzw. die LG ovag Friedberg-Fauerbach sind in der Wetterau der führende Leichtathletik-Verein. Ihre Athleten haben in der Vergangenheit an Olympischen Spielen, Welt-, Europa- und Deutschen Meisterschaften erfolgreich teilgenommen. Die Saison 2017 ist mit über 200 Platzierungen bei Landesmeisterschaften (65 Titel) sehr erfolgreich gewesen.

Wir suchen für die Altersklassen der Aktiven und der U 20 eine/n

Trainer/in.

Das Aufgabenfeld umfasst neben dem umfangreichen Training auch die sportfachliche Planung sowie die Wettkampfbetreuung.

Wir erwarten:

- Mindestens Trainerlizenz C sowie die Bereitschaft, weitere Lizenzstufen zu erlangen
- Fachkompetenz im Leistungssport
- Gute Kommunikations- und Teamfähigkeit im Hinblick auf die Zusammenarbeit mit den ehrenamtlichen Entscheidungsträgern
- Belastbarkeit und hohe Einsatzbereitschaft gepaart mit einem guten Aufgaben- und Zeitmanagement
- Sicherer Umgang mit den modernen Kommunikationsmedien

Trainer/innen, die diese interessante Aufgabe übernehmen wollen und die genannten Voraussetzungen erfüllen, bewerben sich bitte **zeitnah** beim TSV Friedberg-Fauerbach, Am Runden Garten 17, 61169 Friedberg.

Für Fragen steht Ihnen unser Vorstand Leichtathletik Volker Weber zur Verfügung.
(volker.g.weber@web.de, 0177-5337894).



TSV Friedberg – Fauerbach 1885 e.V. · Am Runden Garten 17 · 61169 Friedberg



Herr
Maximilian Mustermann
Musterstraße 123
61169 Friedberg

BeeinDrucken mit Leidenschaft und Können!

Was Sie auch drucken möchten, fragen Sie uns.

Von Herzen gerne setzen wir uns für die Gesellschaft und den Umweltschutz ein. Dazu halten wir an unserem Engagement, unserer Flexibilität und Leistungsbereitschaft fest. Als moderne Bogenoffsetdruckerei bieten wir Ihnen alles, um höchsten Qualitätsansprüchen gerecht zu werden. Von der Druckvorstufe bis zum Versand als Komplettpaket oder Einzelleistung. Selbstverständlich immer kundenorientiert, professionell und zuverlässig.

Im Digitaldruck erhalten Sie von uns Kleinstauflagen ab einem Stück bis zur Übergröße DIN A0. Und nur so viele Exemplare wie Sie benötigen. Dadurch vermeiden wir „Wegwerf“-Produktion.

Doch auch in sozialen und kulturellen Bereichen haben wir schon einiges bewegt:

Seit Jahrzehnten fördern wir Verbände, Vereine, sowie den Denkmalschutz.

Und unser Plus für Sie und die Umwelt:

Für jedes Druckprodukt kompensieren wir den CO₂-Ausstoß garantiert vollständig!

Gerne können Sie mit dem CO₂-Logo kostenlos für Ihr ökologisches Engagement werben.

**WD WETTERAUER
DRUCKEREI**

61169 Friedberg • Am Kindergarten 1 • www.wdfb.de



Lernen und Handeln für unsere Zukunft
Mitglied in der Aktion
„100 Unternehmen für den Klimaschutz“



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft