



# StaffelStab

Leichtathletik in Niedersachsen



*NLV-Präsidium gewählt*

40. NLV-Verbandstag in Bruchhausen-Vilsen

S. 3 - 4

*Nachhaltig Sport treiben*

AOK-Workshop 2022

S. 12

*Munich2022 macht Momente magisch!*

Die „Heim-Europameisterschaft“ in München

S. 18 - 20



# SPORT Goslar

Lehrte · Burgdorfer Str. 47



Wir sind  
offizieller  
Ausstatter  
des NLV.



***Mannschaftsausstattung zu fairen Preisen***

***Beflockung | Siebdruck | Sublimation | 3D***

***Top Service | versandkostenfreie Lieferung***



## Liebe Freundinnen und Freunde der Leichtathletik,

in diesem Jahr konnten erstmals wieder Wettkämpfe und Meisterschaften unter „normalen“ Bedingungen ausgetragen werden. So fanden im vergangenen Sommer neben den zahlreichen Meisterschaften auf Landes- und nationaler Ebene, gleich zwei internationale Saisonhöhepunkte statt. In der ersten Sommerhälfte die Weltmeisterschaft in Eugene/USA, über die wir bereits in der August-Ausgabe berichtet haben und in der zweiten Sommerhälfte, die „Heim-Europameisterschaft“ in München. Hochklassige Leichtathletik, Emotionen pur und unvergessliche Momente haben die Berichte von den European Championships geprägt. Wir blicken in dieser Ausgabe noch einmal zurück auf diese emotionale Meisterschaft, die Athlet\*innen und die Menschen hinter dieser EM!

Zusätzlich zu den sportlichen Veranstaltungen konnte in diesem Jahr auch der NLV-Jugendtag in Hannover und der 40. Verbandstag in Bruchhausen-Vilsen wie gewohnt stattfinden. Der Verband hat dabei seine Richtung für die nächsten zwei beziehungsweise vier Jahre bestimmt und seine Ziele für die kommende Zeit vorgestellt.

Ein wichtiges Ziel aus gesellschaftlicher Sicht ist vor allem die Sensibilisierung zum Miteinander im Sport. So findet im kommenden Jahr erstmalig eine Online-Seminar-Reihe statt, bei der sich das Team Bildung des NLV mit gesellschaftlichen Themen wie Rassismus und Gewalt im Sport auseinandersetzt.

Diese und weitere Geschichten finden sich in der Weihnachtsausgabe des diesjährigen Staffelstabs wieder. Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und Durchblättern.



Frohe Weihnachten und alles Gute für das neue Jahr!



Malik Diakité  
Team Öffentlichkeitsarbei

### Impressum

Herausgeber Offizielles Organ des Niedersächsischen Leichtathletik-Verbandes e.V.  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover  
T. 0511 - 33 89 00, info@nlv-la.de

V.i.S.d.P. Viktoria Leu (Geschäftsführerin)

Redaktion & Autoren Viktoria Leu (vle), Till Wöllenweber (tw), Wiebke Bültena (wb), Wolfgang Schirner (ws), Malik Diakité (md), Christiane Schulze (cs)  
Jan Gutzeit (jg), Ulrich Michel (um), Stefan Heitmeyer (sh), Eichels Event (ee), Andreas Kuhlen (ak), Andreas Ull (au)

Produktion Umweltdruckhaus Hannover GmbH, Klusriede 23, 30851 Langenhagen

Erscheinungshinweise 21. Jahrgang, zweimal jährlich. Für unverlangt eingereichte Beiträge oder Bilder wird keine Haftung übernommen und es besteht kein Veröffentlichungsrecht. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des NLV wieder.

Die Redaktion behält sich das Recht vor, Leserbriefe zu kürzen (ohne den wesentlichen Inhalt zu verändern) bzw. aus Platzgründen nicht zu veröffentlichen.

Titelbild Das neu gewählte NLV-Präsidium während des NLV-Verbandstages (Foto: NLV)

ZKZ 13102

Red-Schluss für die nächste Ausgabe Nr. 1/23: 31.07.2023

Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe  
des Landes Niedersachsen.



Niedersachsen





DANKE  
sagen wir  
im Namen des  
NLV-Präsidiums und  
des NLV-Geschäftsstellenteams  
für alles, womit Sie die Leichtathletik  
in Niedersachsen unterstützt haben.

Durch unseren gemeinsamen Einsatz konnten  
viele Sportler, Trainer und Zuschauer in diesem  
Jahr wundervolle Sportmomente erleben.

Wir hoffen, auch im Jahr 2023 auf Ihre Unterstützung,  
damit wir die Herausforderungen und Aufgaben im Sinne  
des Sports meistern können.

Wir wünschen  
Ihnen und Ihren Familien  
ein friedvolles Weihnachtsfest  
und einen guten Start  
in das Jahr 2023.

Herzliche Weihnachts- und Neujahrgrüße

**Niedersächsischer Leichtathletik-Verband e.V.**

*Uwe Dürenacker*

Präsident



*V. Sen*

Geschäftsführerin



## 40. NLV-Verbandstag in Bruchhausen-Vilsen – „Neues“ Präsidium gewählt!



NLV-Ehrenpräsidentin Rita Girschikofsky erhielt den Walter-Weiß-Ehrenpreis, die höchste Ehrung des NLV. (Fotos: NLV)

**Mit dem 40. NLV-Verbandstag, der am 12. und 13. November 2022 in Bruchhausen-Vilsen stattfand, gingen die ersten vier Jahre des in 2018 gewählten Präsidiums zu Ende und starten nun in leicht veränderter Konstellation mit Uwe Schönemann als Präsident in diese nächste Runde.**

Der NLV empfing die Delegierten und Gäste zum 40. NLV-Verbandstag im Forum des Schulzentrums in Bruchhausen-Vilsen, ein Tagungsort, der mit dem Wettlauf „Mensch gegen Maschine“ eine enge Verbundenheit zum NLV aufweist und gleichzeitig unweit vom geografischen Mittelpunkt Niedersachsens entfernt liegt.

In traditioneller Konsequenz wurde auch der diesjährige Verbandstag mit Wahl des NLV-Präsidiums durch die hannoversche Familie Hampe begleitet, die seit 1994 lückenlos den Tagungspräsidenten stellt. Andreas Hampe wurde zum Tagungspräsident und Claudia Nyhuis zur Beisitzerin gewählt.

Nachdem Uwe Schönemann 2018 den Staffelstab von der langjährigen Präsidentin Rita Girschikofsky – heute Ehrenpräsidentin – erhielt, konnte auf eine erfolgreiche erste Amtszeit trotz vielen Herausforderungen rund

um die Corona-Pandemie zurückgeblickt werden. Neben den zu treffenden Entscheidungen warb Präsident Uwe Schönemann dafür, den internen Teil des Verbandstages zu nutzen, um über mögliche Veränderungen und Reformen nachzudenken. Ziel muss immer sein, die besten Rahmenbedingungen für Leistungs- und Breitensport schaffen zu wollen. So nutze Andreas Ull, Vizepräsident Breitensport und Sportentwicklung, die Plattform, um über den Entwicklungsstand des gemeinsam abgestimmten Vorhabens - der Schaffung moderner Strukturen auf Kreisebene mit klar formulierten Tätigkeitsprofilen - zu berichten.



Große Beteiligung im Forum des Schulzentrums in Bruchhausen-Vilsen

### Satzungs- & Ordnungsänderungen

Den für den Verbandstag zugelassenen Antrag der Fachkommission Wettkampforganisation sowie den Anträgen des NLV-Präsidiums zu Satzungs- und Ordnungsänderungen wurde, größtenteils einstimmig beschlossen. Im Anschluss an die teils vorgetragenen Berichte des Präsidiums, der Vorstellung der zufriedenstellenden Haushaltssituation des NLV vorgetragen durch Thomas Behling, Vizepräsident Finanzen, sowie dem Bericht der Kassenprüfer, wurde der Jahresabschluss 2021 verabschiedet und das Präsidium einstimmig entlastet.

### Verabschiedung von A. Wellmann



Mit der Entlastung des Präsidiums wurde auch die Vizepräsidentin Kommunikation und Marketing, Antonia Wellmann, verabschiedet. Uwe Schönemann bedankte sich bei ihr für die geleistete Arbeit der letzten vier Jahre. Zu ihrem Werk gehören



Teilnehmer der Talkrunde zur EM 2022 in München:

S. Hardt, R. Spelmeyer-Preuß, N. Eckhardt-Noack, P. Möhle, J. Gutzeit (v.l.)

neben der neuen Website und dem modernen Newsletter, der hervorragenden Imagefilm und die Gründung des NLV HIGH PERFORMANCE TEAMS. Der Präsident dankt zudem Allen, die in den letzten Jahren das wechselnde Amt des Vizepräsidenten Leistungssport begleitet haben.

#### Neue Mitarbeiter im NLV

Neben Beschlussfassungen bot der erste Tag des Verbandstages auch die Möglichkeit für die Delegierten die neuen Mitarbeiter\*innen des NLV kennenzulernen sowie neu gewählte Kreisvorsitzende in der „NLV-Familie“ begrüßen zu dürfen. Die Leistungssportkoordinatorin Gesine Knauer, die neue Landestrainerin Nachwuchs Neele Rheinländer sowie die neuen Bundesfreiwilligendienstleistenden, Lena Horton, Jan Klossek und Samuel Thömmes, die seit September in der NLV-Geschäftsstelle und im Trainerbüro tätig sind, stellten sich dem Verbandstag vor. Torsten Eberhardt aus dem Kreis Schaumburg, Frank Fengkohl aus dem Kreis Aurich, Jens Niederkrome aus dem Kreis Verden (nicht vor Ort) und Matthias Meier aus dem Kreis Stade wurden ebenfalls herzlich begrüßt.

Mit Beschluss zur Unterbrechung des Verbandstages stand am Abend ein weiteres Highlight auf der Tagesordnung - eine Fahrt mit der historischen Museumseisenbahn des

Deutschen Eisenbahn-Vereins im Stile der 1950er Jahre von Bruchhausen-Vilsen zum 4 km entfernten Restaurant Dillertal, wo der NLV zum gemeinsamen Abendessen lud. Im Anschluss nutze Wolf-Jobst Siedler, Vorsitzender des Deutschen Eisenbahn-Vereins, die Gunst der Stunde, um den Anwesenden die Bedeutung und Geschichte der Kleinbahn am Standort Bruchhausen-Vilsen näher zu bringen.

#### Zahlreiche Grußworte

Der zweite Tag wurde durch ein Grußwort des Bürgermeisters der Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen Bernd Bormann eröffnet. Uwe Schünemann bedankte sich für die besondere Gastfreundschaft im Luftkurort und dem großen Engagement der Samtgemeinde. Auch André Kwiatkowski, zu dem Zeitpunkt noch Vizepräsident und seit dem 19.11.2022 Präsident des LandesSportBundes Niedersachsen, nutze die Gelegenheit einen besonderen Dank für die geleistete Arbeit der Leichtathletik in Niedersachsen – insbesondere während der schweren Zeit der Corona-Pandemie - auszusprechen und appelliert an das gemeinsame Ziel, den Sport in Niedersachsen weiter voranzutreiben.

#### Emotionale Ehrungen

Im Anschluss folgte ein beliebter Part bei allen Anwesenden – die

Ehrungen. Mit der Verleihung des Walter-Weiß-Ehrenpreises – der höchsten Ehrung des NLV - an Rita Girschikofsky wurde es emotional im Forum des Schulzentrums. Sichtlich gerührt nahm Sie die „massive“ Ehre entgegen und dankte für diesen besonderen Moment. Neben Rita Girschikofsky wurden Angela Schirner und Klaus Bohn für ihr langjähriges Engagement mit der Goldenen NLV-Ehrennadel in Rubin geehrt. Vor den obligatorischen Wahlen lockerte eine Talkrunde zwischen Jan Gutzeit (Vizepräsident Jugend), der NLV-Topathletin & Athletensprecherin Ruth Sophia Spelmeyer-Preuß, Heim-EM-Teilnehmerin Neele Eckhardt-Noack, Petra Möhle (Competition Direktor, EM2022) und Simon Hardt (KaRi Innenraumkontrolle, EM2022) zur Europameisterschaft in München 2022 die Stimmung auf.

#### Schünemann wiedergewählt

Uwe Schünemann wurde bei den anschließenden Wahlen von den Delegierten als Präsident wiedergewählt und bedankte sich für das Vertrauen. Auch die Vize-Präsident\*innen Prof. Dr. Rainer Tarek Cherkeh, Petra Möhle, Bernd Rebeschke, Andreas Ull und Thomas Behling wurden erneut im Amt bestätigt. Neu im Team ist Dr. Nils Eckardt als Vizepräsident Leistungssport sowie Olaf Glaeseker als Vizepräsident Kommunikation und Marketing. Herzlich Willkommen. Jan Gutzeit wurde bereits auf dem NLV-Jugendtag am 25. September 2022 in Hannover als Vizepräsident Jugend bestätigt.

#### Harmonisch, konstruktiv und kritisch

gestaltete sich der 40. NLV-Verbandstag im Luftkurort Bruchhausen-Vilsen. Die Beschlüsse und Entscheidungen stellen die Weichen für die Arbeit der kommenden vier Jahre. Das neue NLV-Präsidium bedankt sich für das geschenkte Vertrauen und hofft auf eine gute Zusammenarbeit für die Leichtathletik in Niedersachsen. Der NLV bedankt sich zudem ausdrücklich bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen, hier stellvertretend Christa Gluschak, für die außerordentliche Unterstützung bei der Vorbereitung und Durchführung des Verbandstages.



# Drei neue Personalien im NLV stehen fest.

## NLV-Vizepräsident Leistungssport - Dr. Nils Eckardt

Wie bei so vielen begann die sportliche Laufbahn von Nils Eckardt beim Eltern-Kind-Turnen. Der Übergang zur Leichtathletik geschah dann fließend. Mit vollem Elan dabei, erarbeitete Nils sich seine sportlichen Höhepunkte mit zwei Teilnahmen an den Deutschen Blockmeisterschaften und einem ersten und zweiten Platz mit der DJMM-Mannschaft. In der Jugend ließ die Kombination der Lieblingsdisziplinen Stabhochsprung und Diskus schon erahnen, dass nun beim eigenen sportlichen Schaffen der Spaß primär im Vordergrund stand. Es stellte sich nämlich heraus, dass die Kompetenzen eher auf der anderen Seite lagen und deshalb begann er mit 16 Jahren seine Trainerkarriere in der Kinderleichtathletik. Während des Studiums und der Promotionsphase trainierte Nils mehr im Jugend- und Erwachsenenbereich. Hauptsächlich als Mehrkampftrainer unterwegs zeigte sich schnell ein Händchen für den Wurfbereich, insbesondere den Speerwurf.

Nils Eckardt hat Lehramt in Münster studiert und in Kassel promoviert. Nach einer Zwischenstation an der Universität Oldenburg arbeitet er z.Zt. am Institut für Sportwissenschaften in Hannover als Dozent in der Lehramtsausbildung und im Fachmaster ‚Sport und Gesundheit‘. Darüber hinaus forscht er im Bereich ‚koordinative Kontrolle in herausfordernden Situationen‘ und ‚Relative Hochsprungleistung als Chance und Motivation‘. Nils ist verheiratet und hat eine Tochter.



## NLV-Vizepräsident Kommunikation und Marketing - Olaf Glaeseker

Gebürtiger Oldenburger, mittlerweile am Steinhuder Meer zu Hause – ist Director Public Affairs für die Tech and Media Company Hubert Burda Media in München.

Er selbst bezeichnet sich als Chef-Diplomaten des Konzerns, der an der Schnittstelle zwischen Verlagsinteressen und Politik arbeitet. „Mit dem Ehrenamt als NLV-Vizepräsident für Kommunikation und Marketing verbindet mich Vieles“, beschreibt Glaeseker. Auch er selbst war Leichtathlet, Mehrkämpfer, mit Weitsprung als bester Einzeldisziplin, in der er zweimal in Folge niedersächsischer Landesmeister geworden ist. Zudem war er viele Jahre in seinem Heimatverein in Oldenburg als Übungsleiter und Trainer tätig. Studiert hat der 61-jährige Sportwissenschaften an der Deutschen Sporthochschule in Köln und zeitgleich am Institut für Leichtathletik und Turnen gearbeitet. Glaeseker sagt: „Es war ein Studium fürs Leben, von dem ich aufgrund seiner Vielfältigkeit noch heute nahezu täglich profitiere.“ Nach dem Studium hat er eine journalistische Ausbildung gemacht und in der Folge knapp 25 Jahre die Politik in Niedersachsen und später in Bonn erst als Korrespondent journalistisch begleitet und später in Hannover und Berlin beraten.

„Mich hat die Zeit, die ich mit der Leichtathletik verbracht habe, sehr geprägt – auch durch mein Elternhaus. Mein Vater war viele Jahre mein Trainer, und meine Eltern haben gemeinsam jahrzehntelang an den Wochenenden als Kampfrichter mitgewirkt. Ich denke immer noch gerne an diese Zeit zurück und weiß die Bedeutung von ehrenamtlichem Engagement zu schätzen. Ich freue mich darauf, mich künftig mit meinem Knowhow in den Bereichen Kommunikation und Marketing im NLV einbringen zu können“ berichtet Glaeseker abschließend.



## Mitarbeiter Öffentlichkeitsarbeit - Malik Diakité

2018 trat er erstmals als FSJler beim NLV in Erscheinung. Für ein Jahr unterstützte Malik das NLV-Team in der Geschäftsstelle. 2019 nahm der Athlet von Hannover 96 an den U20-Europameisterschaften in Borås/SWE teil, zudem gelang es ihm in den vergangenen zwei Jahren, zweimal Deutscher Meister im Zehnkampf zu werden. Inzwischen ist Malik Polizeimeisteranwärter und befindet sich im dritten Ausbildungsjahr bei der Bundespolizei. Neben seinem Ehrenamt als NLV-Jugendsprecher, ist Malik seit Oktober 2022 neu als Mitarbeiter des Bereiches Öffentlichkeitsarbeit tätig. Zu seinem Aufgabenbereich gehören die Homepagepflege, die Erstellung der halb-jährigen Illustrationen, sowie die Erstellung des Newsletters und die Social-Media-Beiträge. Unterstützt wird er durch die FSJler und das ehrenamtliche Social-Media-Team des NLV. Haben Sie Neuigkeiten aus Ihrem Kreis, der Region, dem Bezirk oder ein Anliegen, dann schicken Sie gerne eine E-Mail an [medien\(@\)nlv-la.de](mailto:medien(@)nlv-la.de).



(Fotos: privat)



# Lena Horton, Jan Klossek und Samuel Thömmes sind die neuen FSJler beim NLV

Für ein Jahr werden erstmalig gleich drei FSJler das NLV-Team in der Geschäftsstelle bei allgemeinen Verwaltungsaufgaben unterstützen, bei der Organisation und Durchführung von sportlichen Veranstaltungen helfen, bei Ausbildungslehrgängen mitarbeiten, sich um jugendspezifische Öffentlichkeitsarbeit kümmern und Seminare besuchen. In der Folge stellen wir euch die drei „Neuen“ Lena, Jan und Samuel kurz vor:

## Lena Horton

Lena Horton tritt nach ihrem Abitur zum 01.09.2022 den Bundesfreiwilligendienst beim NLV an. Die 19-jährige Wennigserin zeigt bereits durch die Wahl des Sportprofils mit Schwerpunkt Leichtathletik als Abiturprüfung am Hannah-Arendt-Gymnasium großes Interesse auf diesem Gebiet. Sie möchte erste Erfahrungen in der Berufswelt sammeln und erhofft sich durch das Jahr spannende Einblicke und Anregungen für ihren weiteren beruflichen Weg. Auf die Stelle wurde Lena aufmerksam, da sie selbst aktiv Leichtathletik bei der SG Bredenbeck-Holtensen betreibt. Inzwischen ist die Langsprinterin zur VfL Eintracht Hannover gewechselt, um noch größere Erfolge zu erzielen. Durch den Freiwilligendienst kann Lena nun hinter die Kulissen der Leichtathletik schauen und auch als Mitglied des NLV Teams direkt in der Geschäftsstelle mitwirken.



## Jan Klossek

Der aus Hannover kommende Jan Klossek wird nach seinem Abitur an der IGS Roderbruch den Freiwilligendienst bei dem Niedersächsischen Leichtathletik-Verband absolvieren.

Er möchte dabei erste Berufserfahrungen in der Geschäftsstelle des NLV sammeln und den Sport sowie die gesamte Organisation der Leichtathletik noch einmal praxisorientierter kennenlernen, als nur über den Sportleistungskurs in der Schule.

Jan ist 19 Jahre alt und spielt aktiv Fußball.

## Samuel Malte Thömmes

Samuel Malte Thömmes hat nach seinem Abitur am Christian-Gymnasium Hermannsbrug sein Bundesfreiwilligendienst beim NLV begonnen, um die Berufswelt im Sport besser kennenlernen zu können. Samuel ist aktiver Leichtathlet bei der LG UnterlüßFaßbergOldendorf und läuft regelmäßig auf Landes-, Norddeutschen und Deutschen Meisterschaften 400 Meter Hürden. Unter anderem belegte er bei der DM Jugend 2019 den vierten Platz über die 400m Hürden.

Der 20-Jährige konnte in der Vergangenheit gute Platzierungen verzeichnen und freut sich auf die Arbeit im NLV.



(Fotos: privat)



# NLV-Jugend stellt die Weichen für die kommende Jahre Neue Fachkommission um Vizepräsident Jan Gutzeit



NLV-Vizepräsident Jugend  
Jan Gutzeit

Bevor der NLV-Verbandstag Mitte November turnusgemäß alle vier Jahre das neue NLV-Präsidium wählen wird, wurde Jan Gutzeit als Vizepräsident Jugend nun bereits am 25.09.2022 in seinem Amt wiedergewählt. Der NLV-Jugendtag sprach dem Oldenburger das einstimmige Vertrauen für eine weitere Amtszeit von zwei Jahren aus.

„Wir haben in den vergangenen zwei Jahren viele Projekte auf den Weg gebracht, deren Umsetzung leider oftmals durch Corona oder den Krieg in der Ukraine aufgeschoben werden mussten. Wir haben also gerade erst angefangen und ich freue mich auf die Durchführung der Ideen und Projekte der NLV-Jugend“, so Gutzeit. Er betonte gleichzeitig den gesellschaftspolitischen Anspruch und Auftrag des Verbandes, insbesondere hervorgetragen durch die Jugend, sich aktiv mit Themen der Integration, Inklusion und dem Kinderschutz zu beschäftigen.

Neben dem Vorsitz der NLV-Jugend wurden ebenso zwei Jugendsprecher und vier Mitglieder der Fachkommission Jugend gewählt. Elisabeth Vetter und Malik Diakité wurden beide in ihrem Amt als NLV-Jugendsprecher wiedergewählt und stehen nunmehr weiterhin als Ansprechpartner und Sprachrohr für die jungen Athleten im NLV allzeit bereit. Die Fachkommission komplementieren die gewählten Mitglieder Tabea Schulz, Saskia Peuke, Birte Grote und Jannik Berlipp.

Mit der Neuwahl von Mitgliedern der Fachkommission (Peuke, Grote) ging ebenso die Verabschiedung zweier langjähriger Mitglieder der NLV-Jugend einher. Von 2018 bis 2022 engagierten sich Daniela Minkus und Lara Groenewold für die Belange der Jugend im NLV. Auf dem Jugendtag sprach Jan Gutzeit ihnen seinen allerhöchsten Dank für ihren Einsatz für die Leichtathletik aus.

Über eine überraschende Ehrung durfte sich Mareike Liebs (Foto unterhalb) vom TuS Sulingen freuen. Die Delegierte des Kreises Diepholz erhielt das Jugend-Ehrenamtszertifikat für ihre zahlreichen Trainertätigkeiten trotz noch jungen Alters.



Neben dem formellen Teil des Jugendtages setzten sich die Delegierten in Hannover in einem Workshop mit dem Thema der Integration inklusiver Kinder in die Leichtathletik



auseinander. Unter Leitung von NLV-Landestrainerin Neele Rheinländer wurden Problemstellungen erörtert und Handlungsansätze diskutiert. Um ein Gefühl dafür zu bekommen, wie sportliche Übungen mit einem Handicap bewältigt werden können, konnten die Delegierten an unterschiedlichen Stationen ein Handicap anhand einer Brille oder Gewichtsmantel erfahren (siehe Foto oben)

Am Tag des NLV-Jugendtages endete gleichzeitig auch der KiLa-Cup powered by NLV mit den letzten Kreisentscheiden. „Es führt kein Weg an der Kinderleichtathletik vorbei, wenn wir Kinder in der Masse für unsere Sportart begeistern und gewinnen wollen“, betonte Jan Gutzeit. „Die Implementierung der KiLa entscheidet über die Zukunft unserer Leichtathletik!“



Neu als Mitglied in der Fachkommission Jugend: Birte Grote (li.)  
Hier zusammen mit Jan Gutzeit und Elisabeth Vetter. (Fotos: NLV)

# KiLa-Cup powered by NLV

## Stimmungsvolles Finale in Bruchhausen-Vilsen



19. jg. Im Rahmen des NLV-Verbandstages 2022 in Bruchhausen-Vilsen fand am 13.11.2022 das Finale des KiLa-Cup powered by NLV statt. Auch im zweiten Jahr des KiLa-Formates engagierten sich 18 Kreise für die Etablierung und Förderung der Kinderleichtathletik und richteten Kreisentscheide aus.

Die acht besten Kreissieger qualifizierten sich für das große Finale in großer Kulisse vor 200 Zuschauern.

Nachdem eine Finalveranstaltung im vergangenen Jahr noch der Pandemie zum Opfer fiel und die Sieger digital geehrt werden mussten, war die Freude auf eine Präsenzveranstaltung in 2022 groß. Angefeuert von den zahlreichen mitgereisten Trainern und Eltern der Mannschaften begann das Finale mit einem gemeinsamen Aufwärmen.

Vier Disziplinen standen anschließend auf dem Programm: Hindernissprint-Staffel, Hoch-Weitsprung, Medizinballstoßen und Biathlonstaffel. Dabei waren den Kindern die Disziplinen Hindernissprint-Staffel und Hoch-Weitsprung bereits durch die Kreisentscheide bekannt. Das Medizinballstoßen und die Biathlonstaffel feierten Premiere im KiLa-Format des NLV, aber die fleißigen Kinder und Trainer in den Vereinen hatten sich natürlich auch auf die „neuen“ Disziplinen ausgiebig vorbereitet.

Bei der späteren Siegerehrung betonte NLV-Vizepräsident Jugend, Jan Gutzeit, dass jeder Teilnehmer an der Finalveranstaltung bereits ein Gewinner sei und stolz auf sich

und die Mannschaft sein könne. Bei der Finalveranstaltung erhielt jeder Teilnehmer eine Wurfrakete und ein Springseil, die dem NLV dankenswerterweise vom Sponsor des Formates, Sport Thieme, zur Verfügung gestellt wurden. Neben einer Urkunde durften sich die Podestplatzierten zusätzlich noch auf eine Medaille in Gold, Silber und Bronze freuen, die Siegermannschaft auf einen Pokal.

In einem spannenden Kopf an Kopf Rennen setzte sich letztendlich der „SV Friedrichsfehn 1“ (Kreis Nordwest) knapp vor den „Stuhrer Wölfe“ (Kreis Diepholz) durch. Platz 3 be-

legten die „Flotte Bienen Löningen“ (Kreis Cloppenburg).

Der TSV Otterndorf Team blau landete auf Platz 4, Platz 5 wurde durch den TSV Wriedel und den BTB Oldenburg 1 doppelt belegt, Platz 7 ging an den MTV Schöningen.

Wir möchten an dieser Stelle allen Kreisen, Vereinen, Trainern und Kindern zu diesen Erfolgen gratulieren!

Ein besonderer Dank gilt auch unseren Sponsoren Sport Thieme und Novo Nordisk, ohne deren Unterstützung der Cup nicht möglich wäre!

Fotos: NLV

### Die Final-Teams des NLV KiLa-Cups 2022

- SV Friedrichsfehn 1 (Kreis Nordwest), Stuhrer Wölfe (Kreis Diepholz & Nienburg), TV Otterndorf Team blau (Kreis Cuxhaven), Flotte Bienen Löningen (Kreis Cloppenburg), BTB 1 (Kreis Oldenburg-Stadt), TSV Wriedel (Kreis Uelzen), MTV Schöningen Team 1 (Kreis Helmstedt), (MTV & PSV (Kreis Braunschweig) – leider kurzfristig nicht am Start)





## Auf zu neuen Zielen - Pfeiffer wechselt zum TK Hannover



(Foto: T. Flatemersch)

ee. Der amtierende Deutsche Meister und Team-Vizeeuropameister Hendrik Pfeiffer wird das neue Aushängeschild des ADAC Marathon Hannover und zugleich Initiator eines neuen Laufprojektes des Niedersächsischen Leichtathletik Verbandes (NLV). „Ich komme jetzt in meine besten Karrierejahre und habe riesige Lust, noch einmal etwas Neues auszuprobieren“, erklärte der 29jährige, der vom TV-Wattenscheid in

die niedersächsische Landeshauptstadt wechselt und künftig für den TK Hannover starten wird: „Ich bin begeistert von dem Konzept, dass man mir hier vorgestellt hat und vor allem auch von der vorhandenen großartigen Infrastruktur. Es ist für mich eine Herzensangelegenheit, hier etwas aufzubauen und gestalten zu können.“ Pfeiffer soll in Zukunft ein ganz wichtiger Baustein bei der Stärkung des Bundesstützpunktes „Lauf“ sein, dessen Strukturen der NLV deutlich aufwerten will. „Wir sind in guten Gesprächen mit potenziellen Trainern, die mit uns gemeinsam den Stützpunkt nach vorne bringen und stärken wollen; werden zusammen mit Hendrik Pfeiffer als Vorbild neue Akzente setzen“, berichtete NLV-Präsident Uwe Schünemann: „Zusammen mit dem Marathon-Veranstalter eichels:Event und dem TK Hannover als überaus starkem Verein haben wir großartige Partner, um künftig eine Menge bewegen zu können.“

Aktive Unterstützung des Projektes hat Pfeiffers langjähriger Heimtrainer Tono Kirschbaum, einer der renom-

miertesten Lauftrainer Deutschlands, signalisiert. „Er ist begeistert von dem Projekt und hat uns angeboten, beim Neuaufbau des Stützpunkts beratend zur Seite stehen“, so Pfeiffer.

Zusammen mit dem Hannover-Sieger von 2022 wird auch dessen Lebensgefährtin Esther Jacobitz (25), die kürzlich den Kölner Halbmarathon gewinnen konnte, zum TK Hannover wechseln. Pfeiffer selbst wird nicht nur als Aktiver und Motor des Laufprojektes fungieren, sondern auch Mitglied des Teams von eichels:Event werden.

„Wir sind stolz, Hendrik auch als Kollegen begrüßen zu dürfen und haben gemeinsam eine Menge vor“, erklärte Agenturchefin und Race-Direktorin Stefanie Eichel bei der Präsentation des Projektes in der historischen Halle des TKH: „Wir sind uns durch die intensive Nachbereitung des diesjährigen Marathons gegenseitig ans Herz gewachsen und gehen nun gemeinsam all in.“

## Marathon-Landesrekord durch Sebastian Hendel - Team-Bronze für Jankowski und Menzel bei 50km-EM



Das DLV-Team mit Fahnenträger Paul Jankowski (Foto: A. Kuhlen)

ak./um. Als Vierter des München Marathons 2022 verbesserte Sebastian Hendel (LG Braunschweig) am vergangenen Sonntag den über 38 Jahre alten Landesrekord im Mara-

thonlauf auf die neue Bestmarke von 2:10:37. Den bisherigen Rekord hielt Michael Spöttel von der LG Kreis Verden, der am 15.01.1984 in Houston / USA 2:12:51 erreichte.

Bei den Europameisterschaften über 50km im spanischen Sotillo de la Adrada waren auch drei Athleten vom Braunschweiger Laufclub (BLC) nominiert: René Menzel, Raoul Jankowski und Tim Schwippel. Dazu der sportliche Leiter vom BLC Andreas Kuhlen als Trainer und Betreuer. Tim Schwippel musste aufgrund einer Corona-Erkrankung absagen, aber für René Menzel und Raoul Jankowski ging in Spanien der Traum vom ersten Einsatz im Nationaltrikot in Erfüllung. Und damit nicht genug. Beim Sieg der Engländer vor den Spaniern belegte das Deutsche Team Platz 3! Benedikt Hoffman (10.) und Niels Bubl (12.) freuten sich zusammen mit Raoul (17. in 3:02:43) und René (36. in 3:21:06) über Bronze vor Polen. Erster Einsatz im Nationaltrikot und gleich eine Medaille - so kann es weitergehen!



# Cross-DM 2022 in Lönningen: Finale Qualifikation für Cross-EM in Italien



**Eine stark besetzte Cross-Meisterschaft, wie es sie schon lange nicht mehr gegeben hatte, erlebten Laufsportbegeisterte am 26.11.2022 in Lönningen.**

Die Qualifikation für die Cross-Europameisterschaften im Dezember lockte zahlreiche Top-Läufer und Läuferinnen ins Emsland, wo bereits zum vierten Mal die nationalen Titel im Crosslauf vergeben wurden. Der lokale Chef-Organisator Armin Beyer schaffte zusammen mit seinem Kampfrichter- und Helferteam optimale Rahmenbedingungen für dieses Lauf-Event: Die zuschauerfreundliche Strecke lud die Zuschauer ein, an vielen verschiedenen Streckenabschnitten die Sportler\*innen anzufeuern und mit den Läufer\*innen „mitzuwandern“. Dazu sorgte eine Videoleinwand, die auch den Livestream sendete, dafür, dass keine Rennentscheidungen auf der Strecke verpasst wurden. Dank Moderator Andreas Menz wurden die Laufentscheidungen spannend und fachkundig moderiert.

Ungemütlich waren nur der kalte Wind und Nebel, der sich im Laufe des Tages aber verzog. Nachdem die Nachwuchstalente in den Rahmenwettbewerben die Meisterschaften eröffneten, ging es um die Medaillen und Startplätze für die Cross-Europameisterschaften am 11. Dezember in Turn (ITA).

## **Maximilian Pingpank mit Bronze**

Im Rennen der Männer-Mittelstrecke über 4,12 Kilometer siegte Jens Mergethaller (SV Winnenden), der seine gute Form der aktuellen Cross-Saison erneut unter Beweis stellte und Marius Probst (TV Wattenscheid) auf den Silberrang verwies. Auf dem Bronzplatz durfte sich mit Maximilian Pingpank (Hannover Athletics) ein NLV-Athlet über eine Podiumsplatzierung freuen. Im Lauf der Junioren über 7,75 Kilometer überzeugte Philipp Tabert (VfL Eintracht Hannover) als Elfter in seinem ersten U23-Jahr.

## **Alina Reh trotz Sturz zu Gold**

Besondere Spannung versprach das Rennen der Frauen. In der zweiten

Runde ging Alina Reh (SCC Berlin) nach vorne und setzte sich Stück für Stück ab. Diesen Vorsprung konnte sie – trotz Sturz – bis ins Ziel halten. Silber ging an die EM-Fünfte über 1.500 Meter, Hanna Klein (LAV Tübingen), die zum ersten Mal bei Deutschen Cross-Meisterschaften dabei war. „Es war schon sehr hart. Da hat es geholfen, immer wieder meinen Namen an der Strecke zu hören“, freute sie sich über die Unterstützung des Publikums. Bronze gewann die Mannschaftseuropameisterin im Marathon, Miriam Dattke, die sich auch über den Mannschaftssieg mit der LG Telis Finanz Regensburg freuen durfte. Erfolgreich war hier auch die gebürtige Lönningerin Anna-Sophie Drees, die mittlerweile im Dress des TSV Bayer Leverkusen unterwegs ist und Mannschaftsbronze gewinnen konnte. Als Zehntplatzierte stellte Svenja Pingpank (Hannover Athletics) ihre gute Form unter Beweis.

## **Fitwi Sibhatu mit Titel-Hattrick**

Auf der Männer Langstrecke ging von den ersten Metern an die Post ab. Zunächst machte sich der EM-Teilnehmer Aron Bienenfeld (SSC Hanau-Rodenbach) ums Tempo verdient, dann setzte sich ein Trio mit Titelverteidiger Samuel Fitwi (LG Vulkaneifel), Filmon Abraham (LG Telis Finanz Regensburg) und Markus Görger (LG Region Karlsruhe) ab. Letzterer musste auf der letzten



*Bronze auf der Mittelstrecke  
Maximilian Pingpank  
(Hannover Athletics)*



Belegte mit ihrem Team nur ganz knapp geschlagen den Silber-Rang in der WJ U20. Carolin Hinrichs (VfL Lönningen) (Fotos: T. Flatemersch)

Runde aussteigen, sodass Samuel Fitwi Sibhatu und Filmon Abraham in einem langen Schlusssprint den Sieg unter sich ausmachten. Schlussendlich siegte Sibhatu vor Abraham. Auf Platz drei landete Aaron Bienenfeld (SSC Hanau-Rodenbach). Für die beste NLV-Platzierung sorgte Karsten Meier (LG Braunschweig) auf dem elften Rang.

### Aufgeschüttete Hügel gelobt

Im Lauf der WJ U20 dominierte Kira Weis (KSG Gerlingen) das Rennen von Beginn an und strahlte vor Freude: „Es hat richtig viel Spaß gemacht! Die aufgeschütteten Hügel waren mega cool zu laufen. Ich bin begeistert“, strahlte die überlegende U20-Siegerin Kira Weis (KSG Gerlingen). Mit Medaillenambitionen war auch die Lönningerin Carolin Hinrichs ins Rennen gegangen, musste

bei starker Konkurrenz allerdings im Rennverlauf etwas abreißen lassen und erkämpfte sich den fünften Platz. Damit führte sie ihre Mannschaft mit Zwillingschwester Sophie und Marit Schute zu Team-Silber, wobei sie den Mannschaftssieg beim Heimspiel um nur einen Punkt haarscharf verpassten. Dicht hinter Carolin Hinrichs kam eine weitere schnelle NLV-Athletin ins Ziel: Nele Heymann (TuS Haren) wurde Siebte.

Ein gutes Rennen zeigte auch Elias Matthäus (SC Kirch-/Westerweyhe). Der U18-Athlet hielt im Rennen der U20 mit den bis zu drei Jahre älteren Konkurrenten lange vorne mit und schlug sich als Achteplatzierter achtbar. Ebenfalls gut schnitt Jonas Kulgemeyer vom OTB Osnabrück ab, der als Elfter nur knapp eine Top Ten-Platzierung verpasste.

### Zahlreiche Titel bei den Masters

Zahlreiche Medaillen gab es in den Altersklassenwertungen: Alexandra Müller-Scholz (LG Göttingen) lief in einem beherzten Rennen zum Titel in der W35. Bronze in der W40 ging an Susann Witte (LG Wilhelmshaven). In der W60 gab es einen Dreifachsieg durch Waltraud Klostermann (TV Norden), Hannelore Lyda (SG Breitenbeck-Holtensen) und Silvia Bultmann (OSC Damme). Johanna Wierfering vom SFN Vechta wurde Dritte in der W65 und Hildegard Alde vom gastgebenden VfL Lönningen gewann Bronze in der W70.

Silber gab es für Christian Wiese (TSV Burgdorf) in der M40. Ein starkes Rennen lieferte Auch Valentin Hawardt (VfL Wolfsburg) ab, der mit rund einer Minute Vorsprung in der M45 gewann. Über Gold durfte sich auch Georg Diettrich (LC Wechloy) freuen, der in der M50 siegte. Heinz Stroeve (SC Union Emlichheim), der der M70 angehört, wurde Deutscher Vizemeister. Wilhelm Vogt (LG Lüneburg) gewann Bronze in der M85.

### Girschikofsky begeistert

Und so stellte nicht zuletzt NLV-Ehrenpräsidentin, Rita Girschikofsky, fest: „Deutsche Crosslauf-Meisterschaften und Lönningen - eine Erfolgsgeschichte!“ Ob es eine Fortsetzung gibt, ließ sich der lokale Chef-Organisator Armin Beyer nicht entlocken. Dem positiven Resümee der Athlet\*innen, Trainer\*innen und Zuschauer\*innen nach - auf jeden Fall!

## Fortbildungsprogramm 2023 online Jetzt anmelden!

Ab sofort ist die Anmeldung für die Fortbildungen 2023 möglich. Es wird wieder ein bunter Mix für den Leistungssport, die Kinderleichtathletik und den Breitensport angeboten. Mit einigen Seminar-Reihen stehen auch wieder zahlreiche Online-Angebote auf dem Programm.

Um Ressourcen zu sparen, wird es ab diesem Jahr keine gedruckte Lehgangsbroschüre mehr geben. Sie können sich gerne das zweiseitige PDF mit einer Auflistung aller Fortbildungen unter [www.nlv-la.de](http://www.nlv-la.de) herunterladen, um sich einen Überblick der angebotenen Fortbildungen zu verschaffen.

Alle Informationen erhalten Sie unter: <https://www.nlv-la.de/home/bildung/lehrgangsprogramm/termine/anmeldung>



# Nachhaltig Sport treiben AOK-Workshop 2022



**tw./au. Der NLV feierte mit 140 Teilnehmenden am Samstag, den 24. September 2022, die 18. Auflage des AOK-Workshops gemeinsam mit seinem Gesundheitspartner AOK Niedersachsen in der Akademie des Sports in Hannover. Der Workshop bot ein spannendes Themenportfolio, das sich unter dem Motto „Nachhaltig Sport treiben“ dem gesellschaftlich relevanten und mehrdimensionalen Nachhaltigkeitsbegriff widmete.**

Bereits um 8:30 Uhr stimmten sich knapp 40 Teilnehmende beim WakeUp-Flow - einer zusätzlichen Yoga-Session inkl. Sonnengruß und Atemtechniken zur Achtsamkeit – mit Kursleiterin Alexandra Raddatz auf den Workshop-Tag ein. Nach zwei Jahren Verzicht konnte in diesem Jahr auch die traditionelle Eröffnung mit allen Teilnehmenden & Referierenden im Toto-Lotto-Saal wieder durchgeführt werden. Vizepräsident Andreas Ull, zuständig für Breitensport und Sportentwicklung und Thomas Held von der AOK Niedersachsen begrüßten die Anwesenden und unterstrichen die Wichtigkeit und Aktualität > nachhaltig Sport zu treiben <, worunter auch die Zielstellung des Breitensports und der soziale Austausch in Plattformen, wie dem AOK-Workshop gehört.

## Spannende Kurse angeboten

Aus den angebotenen Kursen konnten die Teilnehmenden ihre Wunschkurse für den Vormittags- und Nachmittagsblock wählen. In Gruppen

von 12 bis 20 Personen erhielten die Teilnehmenden sowohl theoretische als auch viele praktische Impulse im Rahmen der zwei Kursblöcke für ihre Trainertätigkeit in den Vereinen.

## Austausch unter Gleichgesinnten

Die neun Kurse waren allesamt gut besucht und die Plattform ließ bewusst Raum für den Austausch unter Gleichgesinnten. Neben einigen festen Größen im Referententeam wie für die Kurse Mittig Stabil: Beckenboden & Faszien im Fokus mit Yves Pilling, NachHALTiger Sport – für mehr Halt im Leben mit Matthias Buhl, Athletiktraining Outdoor mit Christoph Weber, Mindful Triathlon mit Alexandra Raddatz und Koordination mit dem Fahrrad mit Olaf Schneider, bereicherten auch zahlreiche neue Gesichter den Workshop. Das gilt insbesondere für die Kurse in Hula-Hoop: Der Trend für die Hüfte mit Katja Kunter, Koordinatives Gehirntaining mit Dennis Walther, Sportgerechte und nachhaltige Ernährung mit Ann Christin Kühn, Kraft fürs/ im Alter mit Gabriele Schacht.

## Viele Facetten angesprochen

„Auch die 18. Auflage war wieder ein Workshop, der durch NLV-Referent Till Wöllenweber top vorbereitet war und mit „Nachhaltig Sport treiben“ thematisch die vielen Facetten des Breitensports ansprach“, so Ull in seiner abschließenden Bewertung. Im Rahmen des Rückblicks zum 18. AOK-Workshop wurde ein bildlicher Eindruck des diesjährigen Workshops geschaffen.



## Zielorientierte Interessensbefragung

Wir sind dankbar für das Interesse und die Mitgestaltung der Teilnehmenden an unserem Workshop. Im Rahmen einer Teilnehmerbefragung via QR-Code konnte eine Kurzevaluation mit dem Ziel, die Interessenschwerpunkte der Teilnehmenden einzufangen, erfolgen. Ein besonderer Dank gilt den Referierenden und NLV-Helfer\*innen für Ihren Einsatz sowie der AOK Niedersachsen für die langjährige und vertrauensvolle Zusammenarbeit in dieser und weiterer Unternehmungen. Ein weiterer Dank geht an die Akademie des Sports (LSB) sowie VILSA BRUNNEN für die tolle Verpflegung und Bewirtung.

(Fotos: NLV)





# Erfolgreicher NLV-Workshop „Kinderschutz im Verein“

cs. Am 19.11.2022 fand in Welle ein Workshop statt, bei dem Vereine gemeinsam bei ersten Schritten zur klaren Positionierung im Thema Kinderschutz angeleitet wurden.

NLV-Referentin Christiane Schulze konnte bei frostig-sonnigem Winterwetter Hintergrundwissen und Motivation an insgesamt sieben hochmotivierten Trainer\*innen und Vereinsverantwortliche weitergeben.

In ihrem Workshop „Kinderschutz im Verein“, welcher nach 2021 in Hannover erstmals im Vereinsheim des TV Welle, Kreis Harburg-Land, stattfand, wurden in einem theoretischen Teil zuerst Begrifflichkeiten erläutert und Zahlen und Fakten erklärt. „Dabei kann das Thema an einem einzelnen Tag gar nicht komplett bearbeitet werden. Es gäbe noch so viel mehr und detaillierteres Wissen an unsere Vereinsverantwortlichen weiterzugeben.“, weiß die Referentin. In Zukunft möchte sie inhaltlich noch intensiver auf Studien aus dem Sport (Stichwort „Safe-Sport-Studie“) und die begünstigenden Faktoren bei der Ausübung des Sports eingehen.

Nach einem gemeinsamen Mittagessen ging es thematisch um Merkmale sexualisierter Gewalt, Fallbeispiele, Täter\*innenstrategien und konkrete Präventionsansätze in Vereinen, bevor die Teilnehmenden während einer gut 90minütigen Arbeitsphase in Eigenregie recherchieren und ein erstes Gerüst für die Umsetzung in ihren Vereinen erarbeiten konnten. „Hier war es heute ein großer Vorteil, dass tatsächliche Vereinsverantwortliche dabei waren!“, freut sich Christiane am Ende des Tages. Denn sie weiß, dass es für engagierte

Trainer\*innen schwer ist, dieses Thema anzuschieben und schützende Strukturen aufzubauen, wenn sie nicht selbst an den dazugehörigen Stellschrauben drehen können.

Die Teilnehmenden lobten die gute Stimmung und angenehmen Rahmenbedingungen, welche sich positiv auf die Motivation auswirkten, sich des Themas im eigenen Verein zügig anzunehmen. Dass eine komplette Umsetzung einige Zeit in Anspruch nehmen wird, war dabei allen Teilnehmenden bewusst. (Foto: privat)



## Landesmeisterschaften 2023

Für fast alle Landesmeisterschaften 2023 konnten Ausrichter gefunden werden:

		<u>geplanter Termin</u>
Halle Mä & Fr / U18	Hannover	21./22.01.2023
Winterwurf		u.V. 29.01.2023
Halle U20 / U16 + Langstaffeln	Hannover	10./11.02.2023
Cross	Lingen	12.03.2023
10 km	Uelzen	16.04.2023
Wurf-Fünfkampf Senioren		7. o. 14.05.2023
Mehrkampf Mä+Fr, U23, U20, U18 / Langstaffeln	Papenburg	13./14.05.2023
Hindernis	Zeven	28.05.2023
Jugend U20 + U16	Verden	10./11.06.2023
Männer + Frauen / U18 (+ BSN)	Braunschweig	17./18.06.2023
Mehrkampf U16 + 5000m/3000m	Sarstedt	24./25.06.2023
Senioren		2./3. o. (9./10.).09.2023
Block-WK U16	Fallersleben	16.09.2023
Fünfkampf Mä+Fr, Sen. + 10.000m	Winsen (Luhe)	17.09.2023
Team-LM: Mä & Fr, U20, U16; U18 mixed	Oldenburg	24.09.2023
Mixed-Staffeln	Oldenburg	24.09.2023



# Comrades – 90 Kilometer in Südafrika

## Athleten-Austausch im Rahmen der internationalen Zusammenarbeit



Akhona (2. v.l., Eastern Cape) und die NLV-Gruppe.  
(Foto: NLV)

sh. Am 24. August 2022 war es endlich soweit: Nach Corona-bedingten Jahren des Wartens und Verschiebungen konnte der Niedersächsische Leichtathletik-Verband einen vom Land Niedersachsen geförderten Athleten-Austausch im Rahmen der internationalen Zusammenarbeit mit einer Partnerregion des Landes Niedersachsen durchführen. So folgte eine Delegation um Rita Girschikofsky, Stefan Heitmeyer, Christin Kulgemeyer und Viktoria Leu der Einladung der Region Eastern Cape nach Durban. Durban? Richtig. Aufgrund einer kurzfristigen Absage des ursprünglich für eine Laufteilnahme vorgesehenen Bay Ultra in Port Elizabeth entschied man sich mit dem Comrades Marathon für den traditionsreichsten und teilnehmerstärksten Ultramarathon weltweit, den man in den Mittelpunkt des umfassenden Austauschprogramms stellte. Infolge eines während des Hinflugs aufziehenden Unwetters am Umsteige-Flughafen konnte nach einer notwendigen Zwischenlandung der Anschlussflug in Istanbul nicht erreicht werden. Nach einer Odyssee am Flughafen und schlaflosen Nacht blieben anderthalb Tage Zeit, die Stadt am Bosphorus zu erkunden, ohne die Läuferbeine und -füße für die noch anstehenden Strapazen zu stark zu beanspruchen. Wir bedanken uns herzlich für die Gastfreundschaft vor Ort sowie die Unterstützung des LandesSportBundes Niedersachsen

und möchten mit dem nachfolgenden Erfahrungsbericht des teilnehmenden Läufers Stefan Heitmeyer einen Einblick in das Abenteuer „Comrades“ geben. Soviel sei gesagt – auch für die Betreuer handelt es sich um unvergessliche und atemberaubende Erlebnisse.

Auf der Suche nach spannenden läuferischen Herausforderungen bietet sich der Comrades Marathon an. Der Lauf findet zwischen Durban und Pietermaritzburg statt, ein Jahr „up“ und das darauffolgende „down“, wie dieses Jahr. Beim Down Run befindet sich das Ziel nach +1.200 hm und -1.800 hm in Durban. Mit bis zu 20.000 Teilnehmern und einer mehr als 100-jährigen Historie ein wahres Volksfest, das mit einer Fernsehübertragung in voller Länge gewürdigt wird.

Aber was macht diesen Lauf aus? Dieser Frage bin ich zusammen mit einer kleinen Reisegruppe des NLV nachgegangen.

Einen wertvollen Eindruck lieferte auf dem Hinflug mein Platznachbar Mervin. Im Gespräch kamen wir schnell auf den Comrades und er sprühte vor Begeisterung, die ganze Familie sei am TV dabei. Vor rund 10 Jahren habe er den Comrades dreimal kurz vor Zielschluss gefinisht. Die nachfolgenden Fotos von seiner großen kräftigen Statur aus dem Zielbereich belegten dies. An dieser Stelle muss ich darauf hinweisen, dass der Com-

rades einiges sehr genau nimmt. Die Angabe der Renndistanz 2022 mit 89.885m ist da noch das kleinere Hindernis. Dramatischer wirkt für einige Teilnehmer, dass der angegebene Zielschluss nach 12 Stunden pedant, auf die Sekunde genau, eingehalten wird. Nachfolgende Läufer werden mit einem DNF (nicht ins Ziel gekommen) gewertet, so dass die wahren Helden des Laufes knapp unter 12 Stunden das Ziel erreichen. Aus seiner Erfahrung heraus gab Mervin drei Tipps mit: „Eine Zeitung, zum Schutz der Muskulatur vor Bodenkälte beim Sitzen im Startbereich. Im Zielbereich nicht auf die Uhr, sondern zwecks guter Fotos nach oben schauen. Am allerwichtigsten, den Lauf genießen.“

In Südafrika angekommen, ging es früh morgens zum Start, der um 5:30 AM erfolgte. Nach Betreten des Startblocks befand ich mich zwischen ausgelassen tanzenden Läufern. Noch beeindruckender waren die letzten 10 Minuten. Inbrünstig wurde die südafrikanische Nationalhymne gesungen und nachfolgend verursachte das Lied „Shosholoz“ eine wahre Gänsehaut – wow! Mit einem lauten Hahnenkrähen ging es los.

Natürlich hat das Profil der Strecke, mit seinen vielen Anstiegen und dem kilometerlangen rechtslinks Gefälle (wie auf einer Radrennbahn) seine eigene Charakteristik. Aber besonders machen diesen Lauf die Leute auf und neben der Laufstrecke. Wo sonst erlebt man eine Vielzahl von Laufgruppen, die mit Sprechgesängen und Instrumenten die Strecke absolvieren, die einmal schnell vorbeilaufen und anschließend auf Kommando gemeinsam gehen. Alle zwei Kilometer gab es offizielle Verpflegungsstände, aber noch häufiger gab es Verpflegungsstände der südafrikanischen Laufclubs, die für ihre Läufer hervorragende Grillverpflegung und mehr anboten. Noch nie habe ich auf 90km verteilt so viele Grills gesehen, noch nie so viele feiernde Zuschauer.

Vorsichtig in den Lauf gestartet, genoss ich die gesamte Atmosphäre. Ständiger Begleiter waren die Kilome-



terangaben, welche die Restdistanz benannten. Interessantes Gefühl, nach 42km den Hinweis zu erhalten, dass nur noch 48 Restkilometer verbleiben. Ich muss darauf hinweisen, dass mein erstes Überschreiten der klassischen Marathon-Distanz gerade 6 Wochen zurücklag und ich mich trotz mehr als 20 Jahren Lauferfahrung als Ultramarathon-Bambino bezeichne. Die Unerfahrenheit zeigt sich gelegentlich, wie darin, dass sich der gewählte Schuh auf der Straße nach 60km doch härter anfühlt als beim 70km Lauf drei Wochen zuvor im Harz (viel Waldboden) oder auf dem Schotter vor sechs Wochen beim 6h Lauf um eine Talsperre. Kaum zu beschreiben wie ich mich freute, als meine Reisebegleiter nach 70km an der Strecke standen und meinen lieb gewonnen weicheren Trainingsschuh bereithielten. Nach dem Schuhwechsel lief es wie geschmiert und ich verbrachte die letzten 20km mit einem Dauergrinsen. Herzlichen Dank! Ein leicht schlechtes Gewissen plagte mich dennoch, mit Blick auf Mitläu-

fer, die offenkundig kein geeignetes Schuhwerk trugen und trotzdem so weit liefen.

Der Regelung, dass abhängig von der Zielzeit unterschiedliche Medaillen ausgegeben werden, folgte für mich in den letzten Stunden des Laufs der Wunsch, dass Ziel unter der 10-Stunden-Schwelle zu erreichen. Der Zieleinlauf im WM-Stadion in Durban war der reine Genuss. Unzählige Zuschauer feuerten die Sportler auf den letzten Metern an. Feierten diejenigen, die auf allen Vieren die Ziellinie überschritten und jene, die die 10-Stunden-Grenze unterboten. Nach 9:56h war es soweit. Glücklich im Ziel, stolz, überschwänglich von Emotionen geprägt erhielt ich die ersehnte Finisher-Medaille. Das Bier mit Rita schmeckte nach den Unmengen zuckerhaltiger Getränke ebenfalls grandios!

Mit unserem südafrikanischen Begleiter Akhona hatten wir noch ein paar nette Tage vor Ort. Die Comrades-Ausstattung machte es leicht mit Ein-

heimischen ins Gespräch zu kommen, mal mehr, mal weniger tiefsinnig und insgesamt einen sehr erfrischenden Eindruck der südafrikanischen Kultur hinterließen.

Mein Fazit: Der Comrades macht richtig Spaß und bietet ein einmaliges Lauferlebnis!



Stolzer Zieleinlauf nach 9:56,42 Std.

## Bestellen Sie jetzt über die NLV-Homepage oder in der Geschäftsstelle!

Urkunden (mit Leichtathletikmotiv, blanko) 0,20 €

### Broschüren

Grundwissen für Kampfrichter	3,00 €
Beurteilung im sportlichen Gehen	3,00 €
Anleitung der Wettkampfgeräte-Kontrolle	3,00 €
Richtlinien für die Zielbilddauswertung	2,00 €

[www.nlv-la.de](http://www.nlv-la.de)  
T. 0511/ 33 89 0 33  
F. 0511/ 33 89 0 19  
[info@nlv-la.de](mailto:info@nlv-la.de)

### Ansprechpartner in der NLV-Geschäftsstelle T. 0511/ 33 89 0-

Viktoria Leu (Geschäftsführerin)	- 16	Eva-Maria Fahrenholz (Finanzen/Verwaltung)	- 14
Wiebke Bültena (Bildung)	- 13	Till Wöllenweber (Breitensport & Sportentw.)	- 44
Frank Reinhardt (Leistungssport)	- 22	Monika Hauschild (Verwaltung)	- 11
Ulrich Michel (Wettkampforg./Öffentlichkeitsa.)	- 33	Tabea Schulz (Kinderleichtathletik)	- 11
Cynthia Haake (Breitensport/Öffentlichkeits.)	- 11		

### Ansprechpartner in den Trainerbüros T. 0511/ 16 74 74-

N.N. (Leitende*r Landestrainer*in)	- 31	Jörg Voigt (Blocktrainer Lauf)	- 32
Georgi Kamenezki (Landestrainer Sprint)	- 38	Björn Sterzel (Landestrainer Sprint / Hürden)	- 35
Neele Rheinländer (Landestrainerin Nachwuchs)	- 33		
Beatrice Mau-Repnak (Landestrainerin Mehrkampf)			- 34
Annelie Jürgens (Landestrainerin Sprung/Nachwuchs)			- 39





## Online-Seminar-Reihe: #wirschauenhin - Für ein respektvolles Miteinander im Sport für Social Media

Im Frühjahr 2023 beschäftigen wir uns in einer Online-Seminar-Reihe mit gesellschaftlichen Themen wie Rassismus und Gewalt und setzen uns mit Beispielen aus dem Sportkontext auseinander. Gemeinsam entwickeln wir Strategien, was ich als Trainer\*in oder mein Verein tun kann, um Rassismus, (Cyber-) Mobbing oder sexualisierte Gewalt im Sport vorzubeugen und wie ich Betroffene unterstützen kann. Als Teil dieser Reihe bieten wir zudem einen Empowerment-Workshop für Menschen mit eigenen Rassismuserfahrungen an.



Im Folgenden werden die einzelnen Seminare/ Workshops beschrieben. Die Anmeldung ist auf der NLV-Homepage bereits möglich.

### 1. Rassismus im Sport

08.03.2023, 18 – 20 Uhr

Wie sieht es eigentlich mit Rassismus im Sport aus? Wie kann ich Betroffene unterstützen? Klingt das für Dich nach wichtigen Fragen und interessierst Dich für neuen Input? Dann laden wir Dich sehr herzlich zu unserem Workshop ein. In diesem Online-Seminar setzen wir uns mit dem Thema Rassismus im Sport und Beispielen aus dem Sportkontext auseinander. Wir freuen uns auf einen spannenden Austausch.

### 2. Den Verein gegen Rassismus stark machen

15.03.2023, 18 – 20 Uhr

Was kann mein Verein tun, um Rassismus vorzubeugen? Welche weiteren Angebote gibt es für mich und meinen Verein zur Prävention von Rassismus? Was kann bei einem internen Vorfall getan werden? In diesem Online-Workshop soll anhand praktischer Beispiele gezeigt werden, wie sich der Sportverein gegen Rassismus aufstellen kann und welche Möglichkeiten es gibt, Rassismus innerhalb von Sportvereinen frühzeitig zu erkennen und gegenzusteuern. Dabei werden Vereine, die bereits Präventionsarbeit geleistet haben, von ihren Erfahrungen berichten und in einem Austausch mit den Teilnehmenden Ideen zur Prävention rassistischer Gewalt entwickeln.

### 3. Empowerment-Workshop für Menschen mit eigenen Rassismuserfahrungen

22.03.2023, 18 – 20 Uhr

Rassistische Beleidigungen, Sprüche, Witze, sowie rassistische Andersbehandlung und Benachteiligung gehören für viele in Deutschland lebende People of Color und Menschen mit Migrationsgeschichte zum Alltag. Dieser Online-Workshop richtet sich ausschließlich an Menschen mit eigenen Rassismuserfahrungen, die sie aufgrund ihrer Hautfarbe, ihrer ethnischen, kulturellen oder religiösen Herkunft und Zugehörigkeit, ihres Namens oder ihrer Sprache gemacht haben.

Es wird auf Fragen eingegangen, wo und wie Rassismus erlebt und wie damit umgegangen wird. Gemeinsam werden wirkungsvolle Handlungs- und Widerstandsstrategien entwickelt und diskutiert.

### 4. Gewalt im Sport

12.04.2023, 18 – 20 Uhr

Dieses Online-Seminar setzt sich mit dem Thema Gewalt im Sport auseinander und zeigt auf, in welchen Formen Gewalt im Sport auftritt. Der Schwerpunkt wird dabei auf Gewalt mittels digitaler Medien (Cybermobbing u. a.) und auf sexualisierte Gewalt im Sport gelegt. Es wird erörtert, welche Risikofaktoren der Sport mit sich bringt und wer die Betroffenen sind. Außerdem wird ein typisches Täter\*innenprofil und deren Strategien aufgezeigt.

### 5. Den Verein gegen Gewalt im Sport stark machen

19.04.2023, 18 – 20 Uhr

Was kann mein Verein tun, um (Cyber-) Mobbing vorzubeugen? Wie sollte ich als Trainer\*in mit Mobbing innerhalb meiner Trainingsgruppe umgehen? Welche präventiven Maßnahmen gegen sexualisierte Gewalt im Sport können Vereine treffen? Wie sollten Vereine mit Fällen sexualisierter Gewalt im Sport umgehen? Diese und andere Fragen werden in diesem Online-Workshop aufgegriffen und diskutiert. Dabei sollen Handlungskompetenzen zum Umgang mit sexualisierter Gewalt entwickelt werden.



# LSB: Kommunikationsregeln für Social Media

Der LandesSportBund (LSB) Niedersachsen e.V., die Sportjugend Niedersachsen e.V., die Akademie des Sports und der Olympiastützpunkt Niedersachsen sind auch auf den Social-Media-Kanälen Facebook, Twitter, Instagram und YouTube mit eigenen Accounts vertreten. Wir wünschen den direkten Kontakt und Austausch mit interessierten Menschen aus der Sportorganisation und weiteren Sportinteressierten. Im Rahmen unserer Netiquette möchten wir Sie auf folgende Regeln hinweisen:

## Netiquette - Kommunikationsregeln

Kommentare und Beiträge zu den veröffentlichten Inhalten sind ausdrücklich erwünscht. Denken Sie jedoch immer daran, dass Sie mit anderen Menschen kommunizieren. Wir erwarten einen verantwortungsbewussten, respektvollen Umgang miteinander und bitten ausdrücklich, auf Beleidigungen, Verleumdungen, üble Nachrede und persönliche Provokationen zu verzichten. Mögliche Kritik sollte konstruktiv und sachlich formuliert sein.

Wir dulden keine Diskriminierung aufgrund von Herkunft, Geschlecht, Religion, Behinderung, Weltanschauung, Alter oder sexueller Identität. Beiträge mit rassistischen, sexistischen, gewaltverherrlichenden, fremdenfeindlichen, menschenverachtenden oder anderweitig diskriminierenden sowie verfassungswidrigen Aussagen sowie Beleidigungen und Hassreden werden gelöscht.

Der LSB ist Dachorganisation des organisierten Sports und in dieser Funktion Lobbyist, Dienstleister und Förderer von Sport und Bewegung für ALLE in Niedersachsen. Seine Grundlagen sind in der Satzung, dem Leitbild sowie weiterer Positionspapiere festgelegt. Themenfremde Beiträge sowie Werbung, Spam, Falschmeldungen, anstößige und/oder jugendgefährdende Posts werden ebenfalls nicht akzeptiert. Bitte geben Sie zu Ihrem eigenen Schutz keine sensiblen, personenbezogenen Daten ein und beachten Sie die Persönlichkeitsrechte und Urheberrechte Dritter.

Wir übernehmen keine Verantwortung für die Beiträge der Kommentatorinnen und Kommentatoren. Wir behalten uns vor, Äußerungen und Beiträge, die gegen unsere Netiquette verstoßen, ohne Ankündigung zu löschen und ggf. zu melden. Nutzerinnen und Nutzer, die wiederholt gegen diese Bedingungen verstoßen,

werden – ebenfalls ohne vorherige Ankündigung – von der weiteren Nutzung unserer Seiten ausgeschlossen. Die Verfasserin oder der Verfasser von Beiträgen geben dem LSB Niedersachsen e.V. im Übrigen das Recht, diese dauerhaft in den Social-Media-Kanälen vorzuhalten.

## Regelungen zu Kommentaren

1. Bitte verfassen Sie Ihre Kommentare kurz und sachlich.
2. Bitte beziehen Sie sich auf das Thema des Beitrags.
3. Der LSB behält sich vor, Kommentare und Links ohne vorherige Information des Verfassers zu löschen, einzelne Kommentatoren ohne vorherige Information auszuschließen und die Kommentarfunktion einzelner Beiträge zu schließen.

### Nicht erlaubt sind:

- Beleidigungen, Entwürdigungen und Diskriminierungen von Personen, insbesondere aufgrund Ihrer Religion, Herkunft, Nationalität, körperlichen Verfassung, Einkommensverhältnisse, sexuellen Identität, Alters oder Geschlechts
- Verletzungen von Rechten Dritter (Personen, Institutionen, Organisationen, Unternehmen)
- Aufforderungen zu Gewalt gegen Personen, Institutionen oder Unternehmen
- Politischer und religiöser Extremismus, Rassismus und Hasspropaganda
- Unwahre Tatsachenbehauptungen
- Pornografie und Obszönitäten
- Wahl- und Parteienwerbung sowie Spendenaufrufe aller Art
- Aufrufe zu Kampagnen, Kundgebungen und Petitionen jeglicher politischer Richtung
- Einstellen von Beiträgen und Kommentaren aus anderen Foren und Blogs
- Kommentare, die sich nicht mit dem Thema des jeweiligen Posts beschäftigen
- Links zu externen Webseiten ohne Bezug zum ursprünglichen Post
- Die Veröffentlichung von privaten Anschriften, E-Mail-Adr. und Tel.-Nr.
- Die Veröffentlichung privater Korrespondenz (Briefe, E-Mails, etc.)
- Der Missbrauch der Kommentarfunktion für werbliche Zwecke und Spamming
- Das kommerzielle oder private Anbieten von Waren oder Dienstleistungen

Darüber hinaus gelten die Nutzungsbedingungen des jeweiligen sozialen Netzwerks.

# Die „Heim-Europameisterschaft“ in München Munich2022 macht Momente magisch!



Weitspringerin Merle Homeier während der EM 2022 in München.

md. Hochklassige Leichtathletik, Emotionen pur und unvergessliche Momente haben in den letzten sieben Tagen die Berichte von den European Championships in München geprägt. Bereits bei der Abschlussfeier wurde von „einem Sportfest für die Ewigkeit“ gesprochen. München hat sich von seiner besten Seite präsentiert, das gilt jedoch nicht nur für die Stadt und die Veranstaltungen, sondern auch für die Sportler\*innen aus Niedersachsen, Deutschland und Europa!

Aus deutscher Sicht war München eine wahre „Goldgrube“, im abschließenden Medaillenspiegel stand Deutschland ganz oben. Sieben Mal Gold, sieben Mal Silber und zwei Mal Bronze glänzen für den Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV). Nur eine Nation hat insgesamt mehr Medaillen gesammelt; Großbritannien mit insgesamt 20-mal Edelmetall (6 Gold, 6 Silber, 8 Bronze). Am Ende dieser Veranstaltung werden wohl nicht nur die Medaillen zählen, vielmehr noch der emotionale Faktor bei dieser Europameisterschaft „daheim“ im eigenen Land.

Gleich zu Beginn der EM durfte Kristi-

na Hendel (LG Braunschweig) ihren „Goldmoment“ erleben. Die Marathonläuferin lief in 2:35:14 Stunden auf Rang 20, erzielte jedoch in der Teamwertung die Goldmedaille. Die Marathonentscheidung wurde auf einem 10km langem Rundkurs, der durch die Münchener Innenstadt entlang dem Marienplatz, Viktualienmarkt, Isartor, der Eisbachwelle, dem Friedensengel und durch den Englischen Garten führte, ausgetragen.

Die erste Vorentscheidung aus niedersächsischer Sicht bestritt Merle Homeier (LG Göttingen) im Stadion und sie machte es direkt in der Weitsprung-Qualifikation spannend. Im ersten Versuch sprang sie zu 6,49 Meter, anschließend gingen zwei ungültige Versuche für sie zu buche.

Homeier berichtete später: „Nachdem meine Qualifikationsgruppe den Wettkampf abgeschlossen hatte, wurden wir aus dem Stadion geführt. Ich musste „zittern“ und die andere Gruppe abwarten. Händehaltend stand ich mit den Mädels in der Mixed-Zone und habe hoffnungsvoll die Qualifikation der anderen Weitspringerinnen verfolgt.

Es war nervenaufreibend!“. Schlussendlich reichte Homeiers Weite für den Einzug ins Finale. Das Ziel und der große Traum bei der Heim-EM im Finale zu stehen, wurden dann am Donnerstag in der Abendsession wahr.

„Nachdem ich vor der Qualifikation recht aufgeregt war, konnte ich wesentlich gelassener ins Finale starten. Die Stimmung im Finale war verrückt, bereits bei der Vorstellung, als mein Name aufgerufen worden ist, sind Menschen auf der Tribüne jubelnd aufgesprungen. Ich habe Schilder mit meinem Namen gesehen und man wurde ständig angefeuert. Da kamen mir kurz schon die Tränen.“ so Homeier rückblickend auf ihr Weitsprungfinale. 6,42 Meter für Homeier im Finale bedeuten ein zufriedenstellender neunter Platz und vor allem unvergessliche Momente und Erinnerungen. „Die Stimmung im Stadion war magisch, es war voll und einfach so laut – Wahnsinn!“ sagte die 22-jährige im Nachhinein.



Für Euphorie sorgte auch Vereinskollegin Neele Eckhardt-Noack (Foto) im Dreisprung. In der Qualifikation ließ die Göttingerin nichts anbrennen und setzte ein dickes Ausrufe-



zeichnen. Direkt im ersten Versuch gelang ihr der nahezu einwandfreie Sprung! Das Brett mit „Millimeterarbeit“ optimal getroffen, hop – step – jump, hinterließ Eckhardt erst bei 14,53 Meter einen Abdruck in der Sandgrube. Gleichbedeutend mit einer persönlichen Bestleistung, dem sicheren Finaleinzug (Q) und dem weitesten Sprung der Dreisprung-Qualifikation der Frauen. „Nach der Qualifikation habe ich erstmal eine enorme Erleichterung verspürt, unsere Herangehensweise den dritten Versuch gedanklich zuerst zu springen, ist voll aufgegangen“ berichtete Eckhardt.

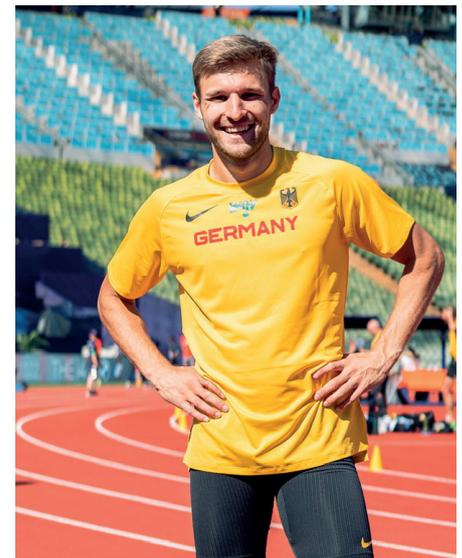
Auch im Finale präsentierte sich die in Hannover trainierende Athletin wieder in Bestform. Ihr gelang eine hervorragende Sprungserie – 14,39 Meter, 14,43 Meter und 14,40 Meter – mit den weitesten Sprüngen in dieser Saison. Eine Weite mit der sie bis in den dritten Durchgang auf dem Bronze-Rang lag, sich am Ende jedoch von der Israelin Hanna Minenko (14,45 Meter) knapp geschlagen geben musste. „Ich bin an das Finale genauso heran gegangen, wie an die Qualifikation. Da der Sprung in der Qualifikation technisch auch noch nicht ganz perfekt war, wollte ich dies im Finale besser machen. Das ist mir nicht ganz gelungen, dennoch waren die Weiten gut. Am Ende hat wahrscheinlich das Quäntchen Glück gefehlt, um noch etwas weiter zu springen.“ erzählt die Europameisterschafts-Vierte. Des Weiteren fügte sie hinzu „Ich bin auch mit dem vierten Platz zufrieden, ich habe alles gegeben und wenn am Ende Drei weiter springen, dann ist das leider so. Das ist der Sport!“. „In Erinnerung bleibt ein stimmungsvoller Wettkampf, ein ganzes Stadion, das hinter einem stand und ein sehr faires Publikum“ berichtet Eckhardt, die bereits die Heim-EM 2018 in Berlin erleben durfte und ergänzte: „München hat nochmal einen draufgesetzt“.

In gleichem Maße schwärmte Luna Thiel (VfL Eintracht Hannover), die sich ein „Lastminute-Startplatz“ in der 4x 400 Meter Staffel der Frauen gesichert hatte, von der Europa-

meisterschaft. Zunächst gelang es ihr als Schlussläuferin die Staffel in 3:27,92 Minuten und Saisonbestzeit ins Finale der besten Acht zu kämpfen. Im Finale ging sie dann als erste Sprinterin des DLV-Quartetts auf die Viertelmeile und zeigte ein engagiertes und mutiges Rennen. Die Staffel kam in etwas verändertes Besetzung in 3:26,09 Minuten ins Ziel und belegte einen präsentablen fünften Rang in Europa. Thiel über ihren Lauf: „Das Stadion hat gebebt und die Stimmung war mega. Ich kann mich nicht mehr an alles erinnern, aber es waren super schöne Momente hier laufen zu dürfen“.

Die beiden als Ersatzläufer nominierten Athleten Deniz Almas (VfL Wolfsburg, 4x100m) und Fabian Dammermann (LG Osnabrück, 4x400m) kamen nicht zum Einsatz. Nachdem die 4x100m Männer-Staffel im Vorlauf (Besetzung: Kranz, Hartmann, Ansaß und Ansaß-Pepurah) Saisonbestleistung und deutschen Rekord lief, wurde sie im Finale aufgrund eines misslungenen Wechsels disqualifiziert. Die 4x400m Männer-Staffel (Sanders, Koch, Scheider und Schlegel) qualifizierte sich überraschend für das Finale und belegte dort Platz 7.

Wir gratulieren allen Sportler\*innen zu Ihren tollen Leistungen der vergangenen Woche bei der Heim-Eu-



*Fabian Dammermann -  
Ersatzläufer für die 4x400m.*

ropameisterschaft in München. Bei einem Sportereignis, dass neben der sportlichen Leistung, den wohl höchsten emotionalen Stellenwert für alle daran teilgenommenen Sportler\*innen aus diesem Land hat. Aus niedersächsischer und deutscher Sicht höchst erfolgreich! Hervorragende Leistungen, viele Medaillen, Sport der eine ganze Stadt, ein ganzes Land und gar eine ganze Nation zum Mitfiebern bewegt hat und Erinnerungen die für die Ewigkeit bleiben.

DANKE MUNICH 2022!



*Luna Thiel kam in der 4x400m Staffel zum Einsatz und erzielte den 5. Platz.*

*(Fotos: T. Flatemersch)*

# Die Menschen hinter der EM

## Mehr als 40 Niedersachsen ehrenamtlich im Einsatz



Ein Großteil der ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen aus Niedersachsen.

aw. Die deutschen Leichtathleten haben nach der WM in Eugene ihre zweite Chance genutzt und ein Sommermärchen bei der Heim-EM in München erlebt. Auch für die Zuschauer waren die Wettkämpfe im Olympiastadion ein Erlebnis, dass sie so schnell nicht vergessen werden.

Doch so eine Großveranstaltung stellt sich nicht von allein auf die Beine. Die Veranstalter der European Championships haben auch aus Niedersachsen tatkräftige Unterstüt-

zung bekommen. Von Menschen, die es gewohnt sind, dass anderen den Applaus bekommen. Doch auch ihnen gebührt Lob und Anerkennung. So war insbesondere Petra Möhle, als eine von drei Competition Direktoren, schon viele Monate vor der im August 2022 durchgeführten EM in München in die Vorbereitungen eingebunden. Wie auch Björn Lippold und Kai-Arne Schwerdtner im Bereich des Platzbaus.

Neben ihnen sind 21 weitere Personen als Wettkampfmitarbeiter

und rund 20 Volunteers aus dem Bereich Leichtathletik vor und während der Wettkämpfe zum Einsatz gekommen. Diese große Anzahl ist umso bemerkenswerter, als dass der NLV in den verschiedenen Mitarbeiter-Nationalkadern nicht mehr so zahlreich vertreten ist, wie in der Vergangenheit. Nach Bayern und Baden-Württemberg war der NLV der am stärksten vertretene Landesverband bei dieser internationalen Großveranstaltung.

„Das spiegelt die gute Vernetzung in den verschiedensten Ebenen wider und zeugt für die qualitativ hochwertige Arbeit der ehrenamtlichen Mitarbeiter in Niedersachsen.“, so NLV-Vizepräsidentin Wettkampfor-  
ganisation Petra Möhle.

Neben den organisatorischen Herausforderungen und der zeitlich hohen Belastung kam der Spaß in den Tagen in München natürlich nicht zu kurz. Schon jetzt freuen sich, laut Möhle, viele Wettkampfmitarbeiter auf die nächsten Einsätze u.a. bei den zwei Deutschen Meisterschaften in Niedersachsen mit der DM U23 in Göttingen und der DM Mehrkampf in Hannover.

(Foto: privat)

### Kampfrichter aus Niedersachsen bei der EM 2022

Petra Möhle (Competition Direktor), Björn Lippold (Leiter Platzbau), Kai-Arne Schwerdtner (Leiter Platzbau), Julien Karn (Mitarbeiter Platzbau), Christoph Schunke (Mitarbeiter Platzbau), Nicole Kiel (Mitarbeiter Platzbau), Magdalena Bensch (Mitarbeiter Platzbau), Erik Wickinger (Leiter MK-Ruheraum), Jens Dohrmann (Obmann Bahnrichter), Rainer Dohrmann (Bahnrichter), Peter Kunze (Bahnrichter), Vollrath Schuster (Bahnrichter), Olaf Michaelis (Bahnrichter), Kristin Brandt (Obmann Callroom), Hendrik Reinecke (Obmann Startordner), Manuela Wahlen (Startordner), Lars Ruchel (stellv. Leiter Innenraum-Kontrolle), Simon Hardt (Innenraumkontrolle), Wemke Hardt (Innenraumkontrolle), Tina Ruchel (Mitarbeiter Zielraum), Antonia Reinecke (Mitarbeiterin Gerätekontrolle), Steffen Knoblauch (EP Musikzuspielungen), Jannik Berlipp (EP Musikzuspielungen), Claudia Nyhuis (Media-Betreuer Mixed-Zone).

### Volunteers aus Niedersachsen bei der EM 2022

Laura Zalewski, Constanze Hungar, Martha Fahrenkrug, Liv Giebson, Julia Jobmann, Jonas Pannevis, Mika Tjorben Brennecke, Joost Michaelis, Thore Michaelis, Luisa Jüngerink, Lina Minnich, Nele Minnich, Janik Dohrmann, Lena Dohrmann, Ann-Kathrin Schmidt, Sven Jäckel, Benno Wiggers, Bernd Teuber, Henrik Wagner,



# Lüneburg: Bezirksverbandstag mit Führungswechsel Wolfgang Schirner übergibt an Horst Liedke



Der neue Vorstand im Bezirk Lüneburg: H. Behrmann, H. Liedke, C. Schulze, U. Wilhelm, M. Dreyer, U. Gerkens (v.l.). Es fehlen J. Dohrmann, R. Wagner.

ws./um. Am 20.11.2022 fand der 18. ordentliche Verbandstag des Bezirks Lüneburg statt. Der Bezirksvorsitzende Wolfgang Schirner begrüßte einige Ehrengäste, darunter die stellvertretende Landrätin des Landkreises Harburg Anette Randt, den Samtgemeindebürgermeister der Samtgemeinde Tostedt Dr. Peter Dörsam, die 2.Vorsitzenden im MTV Tostedt Detlef Trows und Eckhard Ludwig sowie die NLV-Ehrenpräsidentin Rita Girschikofsky. Weiterhin wurden Birgit Costard, Kreis Harburg-Land, und Angela Schirner, Abteilungsleiterin Leichtathletik im MTV Tostedt, begrüßt.

Nach den obligatorischen Grußworten wurden Ehrungen durchgeführt, eine kleine, aber würdige Anerkennung für die geleistete Arbeit zum Wohl unserer Leichtathletik. Aus Lüneburg erhielt Manuela Haverkamp-Roisch die Ehrennadel des NLV in Silber. Die DLV-Ehrennadel in Silber wurde an Cornelia von der Gablenz (Lüchow-Dannenberg), Matthias Meier (Stade) und Uwe Willhelm (Bezirk-Verden) verliehen. Manfred Haacke, der aus dem Vorstand ausschied, erhielt eine Ehrenurkunde sowie ein Präsent.

Die weiteren Formalien wurden dann abgearbeitet. Die Berichte des Bezirksvorstands sowie der Kreisvorsitzenden lagen in Schriftform in der Verbandstagsbroschüre vor, so dass keine weitere Aussprache benötigt wurde.

Der Kassenbericht erwies sich als positiv, da sich die Finanzlage trotz der Coronapandemie als zufriedenstellend darstellte. Die Kassenprüfer belegten eine saubere Buchhaltung und konnten keine Ungereimtheiten erkennen. Bernd Kunze beantragte daher die Entlastung des Kassenswartes und des Bezirksvorstandes. Die Entlastung wurde dann auch einstimmig erteilt.

Für die Neuwahl des 1. Vorsitzenden wurde die Ehrenpräsidentin Rita Girschikofsky gebeten, diese zu leiten. Im Vorfeld hatte Wolfgang Schirner bereits angekündigt, nicht für eine weitere Amtszeit zur Verfügung zu stehen. Es brauchte daher eine Neuwahl. Es wurde dann Horst Liedke, Tus Bergen, vorgeschlagen. Der Vorschlag wurde dann auch einstimmig angenommen, sodass Horst Liedke nun der neue 1. Vorsitzende des NLV-Bezirks Lüneburg ist.

Die weiteren Wahlen zum Vorstand leitete Horst Liedke dann souverän. Ulf Gerkens wurde als Kassenswart bestätigt, Uwe Willhelm wechselte vom stellvertretenden Wettkampfwart zum Wettkampfwart. Der bisherige Amtsinhaber Erik Wickingler stand für eine Wiederwahl nicht mehr zur Verfügung. Bestätigt wurden dann auch Jens Dohrmann als Kampfrichterwart und Monika Dreyer als Statistikwartin. Neu in den Vorstand kamen Christiane Schulze als 2. Vorsitzende und Reinhard Wagner als Statistiker. Er löst Annegret Bre-

meyer ab, die aus privaten Gründen nicht mehr zur Verfügung stand.

Wolfgang Schirner hatte das Amt 2000 von Karl Thaens übernommen. Vorher war er bereits mehrere Jahre 2. Vorsitzender. Die erste Wahl war nicht so einstimmig wie nun die Wahl des neuen Vorsitzenden. Gebürtig im Landkreis Helmstedt (Esbeck) war er bereits in jungen Jahren neben seiner aktiven Laufbahn als Mittelstreckler als Trainer/Übungsleiter und als Vereins- und später als Kreisverbandsfunktionär und Kampfrichter tätig. Beruflich und privat bedingt verlegte er seinen Wohnsitz nach einem Umweg über den Kreis Uelzen in den Landkreis Harburg. Hier setzte er seine Funktionärstätigkeit fort und wurde später von Karl Thaens zur Übernahme des 2. Vorsitzenden im Bezirk überredet.

Die Ehrenpräsidentin Rita Girschikofsky dankte ihm für seine geleistete Arbeit mit einer Urkunde des LSB sowie einem Präsent des NLV. Von den Kreisen wurden ihm und seiner Frau Angela eine Kurzreise geschenkt.

Wolfgang Schirner wurde abschließend einstimmig zum Ehrenvorsitzenden ernannt.



Wolfgang Schirner mit Frau Angela (li.) sowie NLV-Ehrenpräsidentin Rita Girschikofsky (Fotos: E. Mattern)

# E-Kadersichtung 2022

## Der NLV Landeskader-E zeigt sich in neuem Gewand



Der Landeskader-E (AK U16) bildet die Grundlage des Nachwuchsleistungssports im NLV. Konzeptionelle Änderungen des Deutschen Leichtathletik-Verbandes hatten zur Folge, dass unsere neue Landestrainerin Nachwuchs, Neele Rheinländer, bereits zur Saison 2022/2023 erste Änderungen in der Konzeptionierung des „kleinen“ Landeskaders vornehmen musste. Daher erfolgte erstmals ein offenes Bewerbungsverfahren für die Jahrgänge 2008/2009,

welches über die Homepage und Instagram ausgeschrieben wurde. Über 130 junge Athlet\*innen aus ganz Niedersachsen bewarben sich für eine Aufnahme in den jeweiligen Bezirkskader und wurden zur Kadersichtung, am 09. Oktober 2022, in das Sportleistungszentrum Hannover eingeladen. Die dortige Testung durchliefen die Athlet\*innen bezirksweise, die Heimtrainer\*innen waren ebenfalls zum gemeinsamen Austausch eingeladen. Leider fiel die Landestrainerin Nachwuchs, welche das Bewerbungsverfahren organisiert und die Kadersichtung geplant hatte, krankheitsbedingt aus. Glücklicherweise übernahmen das Landestrainer\*innen-Team, unter der Leitung von Beatrice Mau-Repnak (Landestrainerin Mehrkampf) die beiden Testungen, welche sowohl am Vormittag, als auch am Nachmittag stattfanden. Die Übungen umfassten

bekannte Inhalte aus der Testung des „großen“ Landeskaders (LK-F) und gaben gute Einblicke in die sportlichen Fertigkeiten der jungen Athlet\*innen. Dem Aspekt des Austausches (Stichwort: „Netzwerken“) konnte aufgrund der Vielzahl an Teilnehmer\*innen und der neu vorgegebenen Testungsweise nicht die erhoffte Aufmerksamkeit geschenkt werden. Diesen Aspekt gilt es in kommenden Maßnahmen nochmals zu verstärken, um den Austausch im niedersächsischen Nachwuchsleistungssport zu erweitern. Insgesamt verlief die Kadertestung sehr zufriedenstellend, es konnten viele gute Leistungen dokumentiert werden.

Weitere Informationen rund um die Konzeptionierung des Nachwuchsleistungssports in Niedersachsen werden bei der NLV-Spitzensporttagung bekanntgegeben.

### Barrierefreiheit im Internet

#### Eye-Able macht NLV-Homepage ein Stück barrierefreier!

*md.* Wenn man Menschen fragt, was sie unter Barrierefreiheit verstehen, fallen meist zuerst die Antworten: „keine Hindernisse für Rollstuhlfahrer und Rollatoren“, „Blindenleitsysteme“ oder auch „ebenerdige Ein- und Ausstiege in Busse und Bahnen“ bzw. „ebenerdige Eingänge in Gebäude“. Für viele scheinen dies die vermeintlichen Alltagsprobleme zu sein, doch Barrierefreiheit ist weitaus mehr, als u.s. das Problem mit der Treppe.

Alltäglich ist mittlerweile auch die Nutzung des Internets und digitaler Medien, doch wie sieht es dort mit der Barrierefreiheit aus? Was machen Menschen mit eingeschränkter Sehfähigkeit, altersbedingten Erkrankungen oder Menschen mit kognitiven Einschränkungen?

Laut WHO erleben über eine Million Menschen in Deutschland Barrieren im Internet aufgrund von Seh Einschränkungen, des weiteren haben knapp 1,5 Millionen Menschen mit kognitiven Behinderungen „Probleme im Netz“ (StBA, Stand 2014). Fast jeder 10. Mann hat eine Rot-Grün-Schwäche, aus der Schwierigkeiten bei der Farbirdentifizierung resultieren.

Man sollte doch meinen, dass die Fortschrittlichkeit im Internet keine Barrieren mit sich bringt – „falsch gedacht!“, auch hier gibt es Herausforderungen, die überwunden werden müssen.

Der Barrierefreiheits-Service von Eye-Able ermöglicht die Zugänglichkeit der Web-Oberflächen zu verbessern. Unabhängig von der Behinderung versucht der Service digitale Barrierefreiheit zu schaffen.

Ab sofort findet sich dieses Tool auch auf der NLV-Homepage, um die Förderung der Inklusion innerhalb des Verbandes und auch auf der Homepage voranzutreiben.



**18/19** DEUTSCHE HALLEN-  
**FEB** LEICHTATHLETIK  
**2023** MEISTERSCHAFTEN  
HELMUT-KÖRNIG-HALLE  
DORTMUND



**08/09** DEUTSCHE  
**JUL** LEICHTATHLETIK  
**2023** MEISTERSCHAFTEN  
AUESTADION  
KASSEL

**ALLE INFOS UNTER LEICHTATHLETIK.DE**

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



→ Mit uns beginnt Begeisterung.

**SCHÄPER**   
SPORTGERÄTEBAU



LAUFEN

STABHOCHSPRUNG

HOCHSPRUNG

DISKUSWURF

HÜRDEN

KUGELSTOSSEN

WEITSPRUNG



**SCHÄPER**



Alle Produkte finden Sie  
in unserem Shop unter:  
[www.sportschaeper.de](http://www.sportschaeper.de)



Kontaktieren Sie uns.  
Wir beraten Sie gerne.

Schäper Sportgerätebau GmbH  
Nottulner Landweg 107, 48161 Münster

Telefon: +49 (25 34) 62 17 - 10  
Telefax: +49 (25 34) 62 17 - 20

E-Mail: [info@sportschaeper.de](mailto:info@sportschaeper.de)



# Startschuss für das NLV HIGH PERFORMANCE TEAM!



Foto: T. Flatemersch

aw. Im Rahmen des Nationalen Leichtathletik Meetings Mitte Mai in Hannover hat der Niedersächsische Leichtathletik-Verband ein neues Spitzensport-Team vorgestellt. Insgesamt wurden 28 Athletinnen und Athleten in das NLV HIGH PERFORMANCE TEAM berufen. Darunter sind Niedersachsens Olympiateil-

nehmer, Bundeskader-Athleten, sowie erfolgreiche Nachwuchssportler. Leichtathleten aus den ersten drei Förderstufen erhalten künftig eine monatliche, finanzielle Förderung. In Förderstufe P (Perspektive) profitieren die Sportler von Teambuilding-Maßnahmen, Seminaren und Gesundheitsleistungen.

André Funck, NLV-Vizepräsident für den Leistungssport, betonte zum Kick-off: „Leichtathletik ist eine trainingsintensive Sportart. Neben Schule, Studium oder Ausbildung bleibt kaum Zeit für Nebenjobs und die wenigsten Athleten sind Profis. Wir wollen die erfolgreichsten Leichtathleten dabei unterstützen, sich ihre Träume von Starts bei internationalen Meisterschaften zu erfüllen.“ Für Olympia-Hochspringerin Imke Onnen ist die Förderung des Verbandes außerdem eine „tolle Wertschätzung für ihre Leistung.“

Ab sofort ist im NLV-Shop das NLV HIGH PERFORMANCE TEAM Handtuch erhältlich. Mit dem Erwerb des Handtuchs gehen 5 Euro in die Förderung des NLV HIGH PERFORMANCE TEAMS und den Ausbau der Spitzensportförderung unserer niedersächsischen Leichtathleten. Das Handtuch kostet 25,- Euro.

## Weltmeisterschaften in Eugene: Niedersachsens Springerinnen auf der „Weltbühne“

**Neele Eckhardt-Noack verpasst den Finaleinzug deutlich, ein Sprung über die 14 Meter-Marke gelingt ihr nicht.**

md. Dreispringerin Neele Eckhardt-Noack von der LG Göttingen sprang in ihrer Qualifikation für das Finale der Weltmeisterschaft 2022 in Eugene, Oregon zu 13,93 m. Damit landete sie auf einem enttäuschenden zwanzigsten Platz der Frauen-Dreisprungkonkurrenz. Um sich einen Platz im Finale zu sichern, hätte sie über 14,27 m hinausspringen müssen, eine Weite die sie in dieser Saison bereits einige Male gesprungen ist.

Das Finale gewann die venezolanische Überfliegerin Yulimar Rojas mit 15,45 m. Beste Europäerin war Patrícia Mamona (POR), sie sprang eine Weite von 14,29 m. Dies lässt aus niedersächsischer Sicht wiederum auf die EM im August in München hoffen. Dort zählt Neele Eckhardt-Noack – Hallen-EM Bronze-Medailleengewinnern des vergangenen Jahres – dann zu den Favoritinnen.



Merle Homeier (li.) und Neele Eckhardt-Noack (re.) mit ihrem Trainer Frank Reinhardt (Foto: privat)

**Wechselnde Winde machten Homeiers Weitsprung-Qualifikation zu keiner Leichten.**

Auch unsere zweite Springerin der LG Göttingen Merle Homeier überstand die Qualifikation im Weitsprung der Frauen nicht. Homeier gelang bei schwierigen Windverhältnissen nur ein gültiger Versuch auf 6,09 m. Im zweiten und dritten Durchgang übertrat sie das Brett deutlich und konnte ihre Weite nicht steigern, sie landete auf Rang 23. Für einen Platz im Finale der besten zwölf Springerinnen hätte eine Weite von 6,65 m gereicht, welche im Bereich von Homeiers Bestleistung liegt.

Im Finale waren alle Augen auf Europameisterin, Weltmeisterin und Olympia-Siegerin Malaika Mihambo (LG Kurpfalz) gerichtet. In der Qualifikation gelang ihr der Zweit weiteste Sprung. Im Final dann nach zwei ungültigen Versuchen, im dritten Durchgang der weiteste Sprung. Mit 7,12 m sicherte sich Mihambo Gold!



# Die Finals 2022 – Die Meisterinnen und Meister der Deutschen Leichtathletik



*Gold für Neele Eckhardt-Noack im Dreisprung der Frauen.*

*Foto: T. Flatemersch*

md. Ende Juni fanden in Berlin - wie bereits in den Jahren zuvor - die Finals 2022 statt. Dabei wurden in diesem Jahr neben den in der Leichtathletik umkämpften Meistertitel, auch in 13 weiteren Sportarten die Meisterinnen und Meister gekürt. Im Berliner Olympiastadion bestritten insgesamt 41 Niedersachsen bei anspruchsvollen Temperaturen ihre Wettkämpfe.

Direkt zu Beginn der Veranstaltung am Samstagmorgen verpasste Cathinca van Amerom vom VfL Eintracht Hannover ihren Einzug ins Finale der besten Acht nur knapp. Sie warf den 4kg-Hammer auf 57,65m und belegte damit Platz 9.

Kurz darauf lief Marie Pröpsting, ebenfalls startend für den VfL Eintracht Hannover, als sechstbeste ins Finale der besten Zwölf 1500m-Läuferinnen. Im Finale erkämpfte sie sich Rang 10. Leider gelang Maximilian Pingpank (Hannover Athletics) der Einzug ins Finale über dieselbe Strecke nicht. Er wurde mit 3:54,11 min 14ter und verpasste den Finalplatz hauchdünn.

Lea Ahrens (VfL Eintracht Hannover) hatte ebenfalls etwas Pech auf ih-

rer Stadionrunde. Sie rannte in den Halbfinals der 400m Hürden Frauen als Vierte ihres Laufs die achtbeste Zeit. Dennoch reichte dies nicht zum Einzug ins Finale der besten Acht, da eine Halbfinal-Dritte in einem anderen Lauf langsamer als Lea, aber automatisch qualifiziert war. Souverän aber dennoch überraschend zogen Jordan Gordon (OTB Osnabrück) und Jan Niclas Kaluza (Eintracht Hildesheim) ins Finale der 400m Hürden Männerkonkurrenz ein. Sie rannten 52,43 Sekunden und 52,88 Sekunden und damit jeweils Saisonbestleistung und persönliche Bestleistung.

Das Dreisprung-Finale gehörte am Samstagnachmittag aus niedersächsischer Sicht zu den wohl spannendsten und aufregendsten Entscheidungen. Nachdem Neele Eckhardt-Noack (LG Göttingen) anfangs mit 13,97m das Feld anführte, gelang ihrer wohlbekannten Konkurrentin vom TSV Bayer 04 Leverkusen Kristin Gierisch im vierten Durchgang der erste 14m Sprung des Wettbewerbs und damit übernahm sie die Führung. Erst im Sechsten Versuch konnte Neele mit 14,14 Metern die

Führung wieder für sich gewinnen und damit auch den Deutschen Meistertitel verteidigen. Spannend war jedoch nicht nur die Entscheidung um den Titel, auch um Platz 3 gab es einen Kampf um jeden Zentimeter. Auch hier belegte Vereinskollegin Kira Wittmann lange den dritten Rang, im Laufe des Wettbewerbs sprang jedoch Jessie Maduka vom TV-Wattenscheid 01 dieselbe Weite wie Wittmann, die jedoch den besseren zweiten Versuch hatte und die Führung über das Duell zunächst behielt. Im fünften Versuch konnte die Wattenscheiderin jedoch an der U23-Athletin des NLV vorbeiziehen und belegte mit 13,77 Metern den Bronzerang. Wittmann gelang im letzten Versuch der Konter nicht ganz perfekt, sie sprang zu 13,76 Metern und Bestleistung, jedoch fehlte der entscheidende Zentimeter um sich im Berliner Olympiastadion die Bronzemedaille zu sichern. Aufregend war der Dreisprungwettbewerb nicht nur wegen der knappen Entscheidungen, dazu kam, dass der Wettkampfbetrieb wegen einer Unwetterwarnung und eines Gewitters über Berlins Innenstadt in der Zwischenzeit komplett eingestellt wurde. Das Stadion wurde geräumt und alle laufenden Wettbewerbe für knapp 40 Minuten ausgesetzt. Abgesehen von der Unterbrechung machte das Gewitter der Meisterschaft dennoch keinen Strich durch die Rechnung. Das Olympiastadion blieb trocken und alle Wettbewerbe konnten fortgesetzt und vollendet werden.

Nicht aus der Ruhe - vor dem Gewitter - bringen ließen sich die 400m-Sprinter Luna Thiel (VfL Eintracht Hannover) und Malik Diakité (Hannover 96). Beide qualifizierten sich souverän am Samstagabend für das 400m-Finale.

VfL Wolfsburg-Sprinter Deniz Almas qualifizierte sich mit einer Zeit von 10,41 Sekunden über die 100 Meter



Silber über 400 m Hürden für Jordan Gordon vom OTB Osnabrück.

Foto: T. Flatemersch

der Männer ebenfalls für das Finale, jedoch verzichtete er auf seinen Start. Talea Prepens (TV Cloppenburg) sprintete die 100m in 11,49 Sekunden und löste somit ebenfalls ein Finalticket. Die erhoffte Steigerung im Finale gelang ihr jedoch nicht. Mit 11,50 Sekunden wird die Kurzspringerin siebtbeste Deutsche.

Im Hochsprung der Frauen konnte Titelverteidigerin Imke Onnen (Hannover 96), die vor kurzem noch mit einer Corona-Infektion zu kämpfen hatte, nicht im Kampf um die Medaillen mitspielen. Bereits die Höhe von 1,84 Meter war am Wettkampftag zu hoch für die Hannoveranerin. Mit 1,80 Meter belegte sie Rang 5.

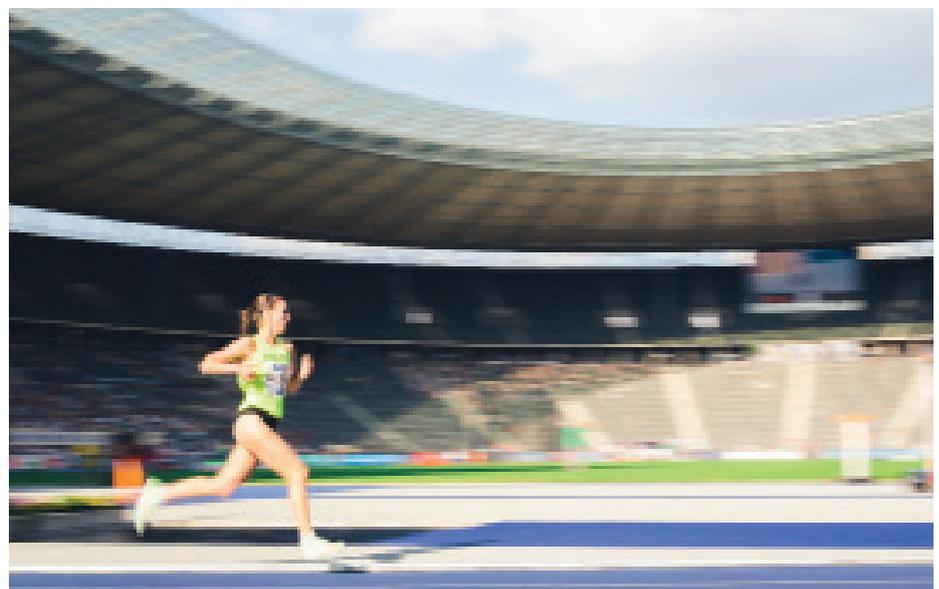
Den Start am zweiten Wettkampftag machte Torben Schaper (VfL Eintracht Hannover), er belegte Rang 8 im Finale der Hammerwerfer. Sein 7,26kg schwere Hammer landete bei 62,13m.

Am Sonntag legte Talea Prepens den Fokus auf die 200m. Hier qualifizierte sie sich mit der drittschnellsten Zeit für das Finale der Frauen. Ebenfalls ins Finale einziehen konnte Nele Jaworski vom VfL Wolfsburg. Im Finale lief Prepens in 23,36 Sekunden zu Bronze, Jaworski wurde Sechste in 23,89 Sekunden.

Das gleiche Szenario wie Lea Ahrens am Vortag ereilte auch Wolfsburg-Sprinter Tobias Morawietz, auch er

rannte in den Halbfinals der 200m Männer die acht beste Zeit, dennoch reichte dies nicht zum Einzug ins Finale der besten Acht. Stattdessen zog der Kontrahent hinter dem U20-Athleten mit einem großen Q ins Finale ein. Morawietz, der bereits die U20-WM Norm für die Meisterschaft in Cali/Kolumbien hat, konnte sein gutes Niveau dennoch präsentieren.

Merle Homeier, (LG Göttingen) die im letzten Jahr bei der Deutschen Meisterschaften in Braunschweig die Bronzemedaille erzielte, musste sich am Sonntagabend mit Rang 5 und 6,46m zufriedengeben.



Bronze-Medaille über 5.000 m der Frauen:

Svenja Pingpank (Hannover Athletics) Foto: T. Flatemersch

Nach ihrer so guten Vorstellung im Halbfinale konnte Luna Thiel ihren zweiten Platz nicht halten, im Finale wurde sie mit 52,80 Sekunden über die Stadionrunde Sechste.

Malik Diakité rannte nur 1/100 Sekunde langsamer als seine Bestzeit aus dem Mehrkampf von Ratingen und erzielte in einer knappen Entscheidung Rang 7.

Für die wohl größte „niedersächsische“ Überraschung am Sonntag sorgte Jordan Gordon. So überraschend sein Finaleinzug bereits war, umso unerwarteter war der Ausgang des Endlaufs. Mit persönlicher Bestzeit erlief sich der Athlet aus Osnabrück in 51,55 Sekunden die Silbermedaille. Jan Niclas Kaluza rannte erneut zu einer neuen persönlichen Bestzeit (52,43 Sekunden) und belegte Rang 6. Svenja Pingpank von Hannover Athletics konnte ebenfalls etwas überraschend aufs Podium laufen. Nach einem achten Platz im letzten Jahr nun Platz 3 im Finale 5000 m der Frauen.

Insgesamt gingen an dem Wochenende der Leichtathletik-Finals eine Goldmedaille, eine Silbermedaille und zwei Bronzemedailles ins Land. Hinzu kamen weitere neun Top 8 Platzierungen.



# DM Jugend U18/U20 in Ulm

## 18 Medaillen und 29 Top-8 Platzierungen



Gewann gleich zweimal Gold bei der DM Jugend in Ulm.  
Carolin Hinrichs (VfL Lönigen). Foto: T. Flatemersch

### fg. Für die Jugend U20 waren die Meisterschaften gleichzeitig als Trials für die Tickets zur U20-WM in Kolumbien ausgeschrieben.

Die Deutschen Jugend-Meisterschaften 2022 (U18/U20) versprachen einen ganz besonderen Wettkampfscharakter. Bei der DM in Ulm erst- und zweitplatzierte Normerfüller qualifizierten sich nämlich automatisch für die U20-Weltmeisterschaften im kolumbianischen Cali (01.-06.08.).

Carolin Hinrichs (VfL Lönigen), NLV-Nachwuchssportlerin des Jahres 2021, ließ ihrer Konkurrenz über 2.000 Meter Hindernis (6:46,71 Minuten) keine Chance und holte sich neben der souveränen Gold-Medaille die Fahrkarte nach Cali. Noch eine halbe Stunde zuvor ging die Löningerin im Vorlauf über 1.500m an den Start. Im Finallauf am Folgetag machte sie dann noch den Doppelpack perfekt und gewann ihr zweites Gold in 4:32,79 Minuten.

Schnell auf der Laufbahn unterwegs waren in Ulm noch zahlreiche weitere Niedersachsen. Allen voran die beiden Wölfe Nele Jaworski und Tobias Morawietz (VfL Wolfsburg), die beide Silber über 200 Meter (Jaworski 23,72 Sekunden, Morawietz 21,23 Sekunden) in der U20 holten.

Sprinter Thorben Finke (SV Sigiltra Sögel) empfahl sich in Ulm mit Bronze über die 200 Meter (21,69 Sekunden) für einen Ländervergleich im Münchener Olympiastadion im August.

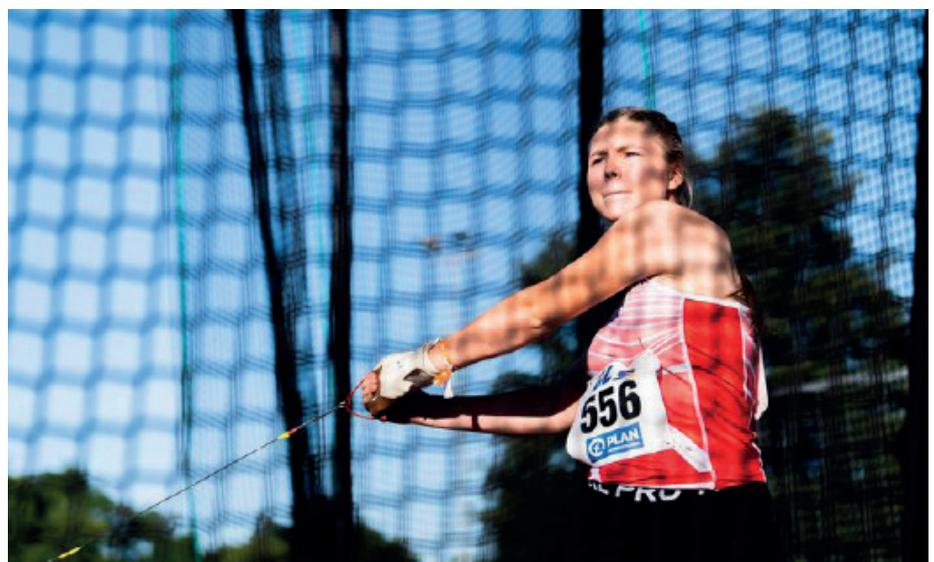
Florian Kroll (LG Osnabrück) empfahl sich über 400 Meter als Fünfundzwanzigster (47,69 Sekunden) für Cali. „Jetzt muss Flo seinem Chef nur noch erklären, dass und warum er drei Wochen auf der Arbeit fehlen wird“, scherzte Trainer Anton Siemer über die stolze Nominierung seines

Schützlings.

Als deutsche Vize-Meisterinnen in der U20 konnten sich ebenso Hammerwerferin Lara Hundertmark (Einbecker SV, 61,05 Meter), Speerwerferin Christina Lahrs (TSV Wehdel, 51,59 Meter) und Hürdensprinterin Naomi Krebs (Hannover 96, 13,49 Sekunden) auf eine Premiere im deutschen Nationaldress freuen.

Für den Höhepunkt des Wochenendes in der Jugend U18 aus NLV-Sicht sorgte Hürdensprinterin Mayleen Bartz (VfL Stade). Das Nachwuchstalent konnte sich in Ulm berechnete Hoffnungen auf eine Medaille machen, doch mit der Goldmedaille hatte wohl auch der große mitgereiste Fanclub aus Stade nicht gerechnet. Dass sich Sekunden manchmal wie Stunden anfühlen mögen, erlebte Mayleen Bartz nach der Zielbildauswertung ihres 100 Meter Hürden Finallaufes. Umso größer war die Freude, als Bartz als Erste auf der Anzeigetafel ausgegeben wurde – zeitgleich mit der Zweitplatzierten in 13,73 Sekunden.

Einen beachtlichen Meistertitel heimste auch Max Husemann (Eintracht Hildesheim) ein. Noch eine Woche vor den Meisterschaften an Corona erkrankt bewies der Hildes-



Silber für Lara Hundertmark (Einbecker SV) im Hammerwurf der WJ U20  
Foto: T. Flatemersch



heimer die beste Sprintausdauer auf der Stadionrunde und wurde Deutscher U18-Meister über 400 Meter in 49,09 Sekunden. Über die halb so lange Distanz von 200 Metern konnte der Schützling von Trainer Marvin Linke darüber hinaus seine zweite Medaille in Ulm gewinnen – Bronze in 22,14 Sekunden.

Weitere Medaillen heimsten Tim Kalies (Braunschwieger LC, 3:54,09 Minuten) über 1.500 Meter und Marius Numrich (SVG GW Bad Gandersheim, 62,23 Meter) im Hammerwurf mit Silber, sowie Emily Pischke (Hannover 96, 12,76 Meter) im Dreisprung, Emmy Lisanne Steinbrecher (Rukele Trollmann, 62,38 Sekunden) über 400 Meter Hürden, Jason Lee Hoppe (LC Hansa Stuhr, 1,94 Meter) im Hochsprung und Bjarne Bernstein (Hannover 96, 8:41,02 Minuten) über 3.000 Meter mit Bronze ein.



Mayleen Bartz (VfL Stade) nach dem Sieg über 100 m Hürden der WJ U18  
Foto: T. Flatemersch

„Neben den 18 gewonnenen Medaillen in Ulm erfreuen mich noch umso mehr die weiteren insgesamt 29 Top 8-Platzierungen von NLV-Athleten. Das zeigt die Dichte des Leistungspotenzials im Jugendbereich in Nie-

dersachsen, für dessen Erfolg ich mich vor allem bei den Heimtrainern ganz besonders bedanken möchte“, bilanziert Jan Gutzeit, Vizepräsident Jugend im NLV.

## Sieben Niedersachsen bei der U20-WM in Cali (COL) Top 10 Platzierung für C. Hinrichs und F. Kroll



Die niedersächsischen U20-WM-Starter\*innen (Foto: NLV)

md. Unsere Niedersachsen präsentieren sich gut bei der U20-Weltmeisterschaft in Cali/Kolumbien.

Hammerwerferin Lara Hundertmark vom Einbecker SV warf den Hammer auf 60,09 Meter und sicherte sich damit ihren Finalplatz. Im Finale warf

sie den 4kg schweren Hammer auf 57,56 Meter und wird damit die Nummer 12 in der Welt.

Naomi Krebs (Hannover 96) rannte in Bestzeit (13,45 Sekunden) über die 100 Meter Hürden-Distanz und erreichte so das Halbfinale. Im zweiten Rennen passierte sie den „Hürdenwald“ leider etwas langsamer und wird in ihrem Halbfinalauf Sechste mit einer Zeit von 13,80 Sekunden.

Die VfL-Wolfsburg Sprinter Nele Jaworski und Tobias Morawietz schafften den Einzug ins Halbfinale über 200 Meter leider nicht. Jaworski rannte in ihrem Vorlauf 24,02 Sekunden schnell und Morawietz starke 21,17 Sekunden.

Christina Lahrs (TSV Wehdel) qualifizierte sich mit 52,72 Meter für das Speerwurffinale der weiblichen Jugend. Damit warf sie knapp an ihre persönliche Bestleistung heran, im Finale warf sie jedoch etwas weniger weit. Der Speer landete bei 50,55 Meter, die Platz 12 für Lahrs bedeuten.

Die Löningerin Carolin Hinrichs konnte in ihrem Vorlauf in 10:34,57 Minu-

ten direkt ein Qualifikationsticket für das Finale erzielen. Im Finale packte die 3000m-Hindernisläuferin dann nochmal einen drauf, lief 10:29,66 Minuten und schaffte es als neuntbeste der Welt ins Ziel. Damit ist dies aus niedersächsischer Sicht die beste Platzierung.

Florian Kroll von der LG Osnabrück brachte die 4x400 Meter Mixed-Staffel ebenfalls mit einem großen Q ins Finale. Im Finale belegte die Staffel Platz 6 in einer Zeit von 3:24,34 Minuten. In der 4x400 Meter Staffel der männlichen Jugend belegte er Platz 9 und verpasste das Finale leider knapp.

Insgesamt konnte das DLV-Team acht Medaillen in Kolumbien gewinnen. Das sind so viele Podestplätze wie seit 14 Jahren nicht mehr. Zu den Medaillengewinnern zählt auch der ehemalige Niedersachse Max Dehning (jetzt TSV Bayer 04 Leverkusen). Er erzielte im Speerwurf der männlichen Jugend die Silbermedaille.



# DM U23 in Bochum-Wattenscheid

## 6 Medaillen für Niedersachsen



Gold mit neuer Bestleistung im Dreisprung für Kira Wittmann  
Foto: NLV

md. Am 23./24 Juli wurde im Bochumer Lohrheidestadion die Deutsche Meisterschaft der U23 ausgetragen. Für viele Athletinnen und Athleten der diesjährige Saisonhöhepunkt, da in diesem Jahr keine U23-EM stattfindet.

Insgesamt sechs Medaillen gingen ins Land Niedersachsen, je drei bei den Männern und drei bei den Frauen. Hinzu kamen elf deutsche Top 8 Platzierungen.

Über einen Doppelsieg durfte Talea Prepens vom TV Cloppenburg jubeln. Sie gewann die 100 Meter und 200 Meter gegen die Konkurrenz jeweils in persönlicher Bestzeit. Ihr neuer Hausrekord über die 100 Meter liegt nun bei 11,42 Sekunden und über die 200 Meter Distanz gelang ihr die Einstellung der persönlichen Bestmarke von 23,30 Sekunden. Eine weitere Goldmedaille bei den Frauen mit persönlicher Bestleistung erzielte Dreispringerin Kira Wittmann (LG Göttingen). Nachdem sie bereits am vergangenen Wochenende ihre Bestleistung auf 13,80 Meter steigerte,

gelang ihr nun eine weitere Steigerung um zehn Zentimeter. 13,90 Meter sind nun ihr neuer persönlicher Bestwert.

Ebenfalls in Bestform präsentierten sich Torben Schaper (VfL Eintracht Hannover) und Alexander Bai (TV Hanstedt). Torben Schaper steigerte seine persönliche Bestleistung in der Männer-Hammerwurfkonkurrenz auf

64,66 Meter und gewann damit die Goldmedaille.

Hochspringer Alexander Bai übersprang am Wochenende erstmals die 2,12 Meter und sicherte sich somit den zweiten Platz. Eine weitere Silbermedaille konnte Jordan Gordon (OTB Osnabrück) für sich gewinnen, die 400 Meter Hürden rannte er in 52,63 Sekunden.

### Des Weiteren konnten folgende Top 8 Platzierungen erzielt werden:

#### 5. Plätze:

Louis Quarata vom VfL Wolfsburg, 400 m in 49,11 sek  
Xenia Krebs vom VfL Lönningen, 800 m in 2:07,28 sek

#### 6. Plätze:

Torben Finke vom SV Sigiltra Sögel, 200 m in 21,62 sek  
Henning Schiel vom SG Bredenbeck-Holtensen, 400 m in 49,14 sek  
Smilla Kolbe vom VfL Eintracht Hannover, 800 m in 2:09,45 min  
Jede Jakob vom VfL Eintracht Hannover im Hochsprung 1,70 m  
Julia Kellner von der LG Göttingen im Dreisprung 12,77 m  
Nadine Leigers vom SC Osterbrock im Kugelstoßen 13,60 m

#### 7. Plätze:

Jasmina Stahl von Hannover 96, 5000 m in 17:29,88 min  
Sophie Hinrichs vom VfL Lönningen, 3000 m Hindernis in 11:08,91 min

#### 8. Plätze:

Jana Schlüsche vom VfL Eintracht Hannover, 800 m in 2:12,89 min



Doppel-Gold für Talea Prepens bei der DM U23.  
Foto: T. Flatemersch



## Zahlreiche Medaillen für Niedersachsen bei der DM Jugend U16 in Bremen



Siegerin über 3.000m der WJ U16.  
Lera Miller (VfL Lönningen)

bg. Jede Menge Girlpower sorgte für die niedersächsischen Medaillen bei den Deutschen U16-Meisterschaften in Bremen. Dreimal Gold, zweimal Silber und viermal Bronze lautete die Bilanz der stimmungsvollen Meisterschaften, bei denen die Nachwuchstalente erstmals Erfahrung auf nationaler Bühne sammeln konnten.

Als Favoritin war Lera Miller (VfL Lönningen) in das Rennen über 3.000 Meter gegangen. Nachdem im Rennen zunächst zwei Runden gebummelt wurde, zog die Lönningerin das Tempo an, gefolgt von zunächst zwei Athletinnen, die sich an ihre Fersen hefteten. Lera Miller machte aus dem Rennen einen Steigerungslauf und lief in 10:29,58 Minuten souverän zum Titel. „Ich wollte erst abwarten, was die anderen machen, deswegen war die Zeit nicht so schnell. Aber ich bin glücklich über den Titel. Ich war ziemlich aufgeregt, aber habe mir gesagt, dass ich das schaffen kann“, erzählte Lera Miller hinterher.

Die zweite niedersächsische Starterin im Feld, Tanya Schulz vom SV Rosche, hatte sich zwischenzeitlich an fünfter Position aufgehalten, konnte aber stets den Anschluss zu den beiden vor ihr laufenden Konkurrentinnen halten und zog gut 600 Meter vor Schluss mutig vorbei. In 10:46,56 Minuten gewann die Roscherin die Bronzemedaille.

Auch 800-Meter-Läuferin Paula Terhorst (LAV Meppen) wurde als schnellste der Deutschen Jahresbestenliste als Favoritin gehandelt. Sie lief ein sehr couragiertes Rennen,

indem sie zu Beginn auch für ein hohes Tempo sorgte. Auf den letzten 150 Metern konnte sie sich ganz auf ihren Endspurt verlassen und gewann in 2:13,47 Minuten den Titel.

Pia Albers (VfL Lönningen) machte im Vorlauf bereits mit einem souveränen Sieg über 300 Meter Hürden auf sich aufmerksam. Im Finale steigerte sie sich noch einmal deutlich: Mit neuer deutscher Jahresbestzeit von 43,92 Sekunden konnte sie ihre bisherige Bestleistung um mehr als zwei Sekunden nach unten drücken und holte sich den überlegenen Sieg. „Es war ein hartes Rennen, aber besonders die letzten 100 Meter liefen irgendwie richtig gut“, freute sich die vielseitig talentierte Athletin, die im vergangenen Jahr bei den Deutschen Meisterschaften im Block Lauf bereits ihren ersten Titel feiern durfte.

Jubeln durfte auch Karla Humphrey vom VfL Eintracht Hannover, die in 45,02 Sekunden zu Silber lief und damit den niedersächsischen Doppelsieg perfekt machte. Auch sie durfte sich über eine neue Bestleistung freuen und kratzte erstmals an einer Zeit unter 45 Sekunden.

Ein packendes Duell im Stabhochsprung lieferten sich Klara Härke vom MTV 49 Holzminden und Anna Hiesinger vom LAZ Ludwigsburg. Nachdem sie ab einer Höhe von 3,30 Metern bereits alleine im Wettbewerb waren, versuchten sich beide noch jeweils zweimal über 3,70 Meter, was eine neue deutsche Jahresbestlei-

stung bedeutet hätte, bevor sie den langen Wettkampf beendeten. Für Klara Härke bedeuteten übersprungene 3,60 Meter der Gewinn der Silbermedaille.

Luna Fischer (VfL Eintracht Hannover) überzeugte im Halbfinale über 300 Meter mit einer neuen Bestleistung von 40,01 Sekunden. Im Finale konnte sie noch einmal in diese Region laufen: Mit 40,06 Sekunden stürmte sie auf den Bronzerang.

In einem spannenden Weitsprung-Wettbewerb zeigte Lena Anochilli (TSV Eintracht Hittfeld) konstant gute Sprünge im Bereich ihrer Bestleistung. Im letzten Versuch gelang ihr der Sprung aufs Treppchen: Mit 5,62 Metern durfte sie über den dritten Platz jubeln. Bereits am Tag zeigte sie mit dem Sieg des B-Finals über 100 Meter in 12,45 Sekunden eine starke Leistung.

Ein überraschender Erfolg im Speerwurf gelang Savanna-Sara Wölfer vom TK zu Hannover. Nachdem einige Favoritinnen bei schwierigen Windverhältnissen nicht ihre Leistungen abrufen konnten, zeigte die Athletin vom TK zu Hannover gleich im ersten Versuch ihre beste Weite und durfte sich mit 39,46 Metern über die Bronzemedaille freuen.

Alle weiteren Platzierten finden Sie hier: <https://www.nlv-la.de/service/archiv/detail/news/zahlreiche-medailen-fuer-niedersachsen-bei-der-dm-u16>



Gold über 300 m Hürden der WJ U16 - Pia Albers (Fotos: B. Grote)



# 15. Staffellauf zum Tag der Niedersachsen Staffelstab von Wilhelmshaven an Hannover übergeben



**tw./au. Am 10./11. Juni 2022 wurde mit dem 15. Staffellauf zum Tag der Niedersachsen die ehemaligen Ausrichterstadt Wilhelmshaven mit der neuen Ausrichterstadt Hannover „laufend“ verbunden.**

Eine ausgewählte Stammläuferschaft aus 20 Teilnehmer\*innen absolvierte die Strecke von 260 km von Wilhelmshaven nach Hannover. Seit 2003 und bereits zum 15. Mal wirbt der NLV gemeinsam mit seinen Partnern AOK Niedersachsen, Novo Nordisk, Vilsa Brunnen und dem Behinderten-Sportverband Niedersachsen „laufend“ für den Breitensport und für mehr Bewegung in der Gesellschaft. Der Staffellauf ist zudem in die Kampagne „Lauf dem Diabetes davon“ eingebettet. Übergewicht und Adipositas, d.h. schweres Übergewicht, gelten als Hauptrisikofaktoren für die Entwicklung von Typ 2 Diabetes. Die Förderung von Sport- und Bewegungsangeboten ist ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung, betont Kerstin Zuege von Novo Nordisk in Deutschland und erklärt: „Gemeinsam können wir mehr Menschen in der Region erreichen und so wichtige Veränderungen vorantreiben – für mehr Gesundheit und weniger Adipositas und Diabetes in der Region.“

## Der Weg von Wilhelmshaven nach Hannover

Nach einer Übernachtung in Wilhelmshaven, organisiert vom TSR Olympia Wilhelmshaven, erteilte Oberbürgermeister Carsten Feist am 10. Juni 2022 um 6:15 Uhr den Startschuss am Rathaus in Wilhelmshaven und schickte die Staffelläufer\*innen Richtung Hannover. Mit dabei waren Stammläufer\*innen aus 17 Vereinen, die den Staffellauf zum ersten, zweiten, dritten oder bereits zum 15.

Mal absolvierten. Mit dabei aus dem Lauftreff „Lebenshilfe – Wir bewegen uns“, der sich für den Laufsport für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung engagiert, waren Peter Reisinger und Ludgar Norrenbrock. Eine ganz besondere Leistung ist auch den Staffelläufern Hilde und Dietrich Steinke anzuerkennen. Mit 77 und fast 81 Jahren absolvierten sie ihren 15. Staffellauf zum Tag der Niedersachsen und haben somit keinen Einzigen seit der Premiere ausgelassen. Die beiden Urgesteine wurden von NLV-Vizepräsidenten Andreas Ull für Ihre Verdienste um den Laufsport in Niedersachsen mit einem gravierten Staffelstab ausgezeichnet. Die weiteren 15 Stammläufer\*innen standen der anstehenden Herausforderung ebenfalls nichts nach und liefen Tag und Nacht knapp 32 Stunden abwechselnd Streckenabschnitte von 8 bis 12 km zwischen den 29 Stopps auf der Strecke. Absoluter Spitzenreiter in Punkto Kilometersammeln war Michael Groth, der 103 Kilometer für sich verbuchen konnte. „Jede\*r Einzelne leistete seinen Beitrag zu diesem tollen Erfolg des Staffellaufs“, so NLV-Vizepräsident Andreas Ull.



Immer mit dabei, NLV-Vizepräsident Andreas Ull (vorne links).  
Hier vor dem Rathaus in Wilhelmshaven.



Bei schönstem Wetter auf dem Weg in Richtung Hannover. (Fotos: NLV)

Immer mit dabei Fahrrad-Guide und NLV-Vizepräsident Andreas Ull, der die Staffelläufer\*innen gemeinsam mit dem Begleit-Bully auf teils unwegsamen Strecken zum nächsten Stopp geleitete. Unterstützt wurde er auf dem Fahrrad von Cynthia Haake aus dem NLV und Staffelläufer Frank Klose. Ausruhen konnten sich sie Staffelläufer\*innen im Doppeldeckerbus, der als mobiles zuhause die Nichtlaufenden von Stopp zu Stopp fuhr. Die Stammläuferschaft wurde durch Laufgruppen der örtlichen Vereine, an denen die Stopps erfolgten, auf den jeweils folgenden Teilstrecken unterstützt. Circa die Hälfte der Gesamtstrecke konnte somit gemeinsam bewältigt werden. Auch

der Hauptorganisator des außergewöhnlichen Events, Till Wöllenweber, ließ es sich nicht nehmen, neben der Bully-Begleitung einen Staffellaabschnitt in der Dunkelheit zu leisten.

Ein ganz besonderer Dank gilt den Verantwortlichen in den insgesamt 19 Vereinen, die die Staffelläufer\*innen auf Ihrem Weg von Wilhelmshaven nach Hannover herzlich bei sich in Empfang genommen haben und keinen Wunsch offenließen. Ob eine warme Dusche oder liebevolle Verpflegung – die Läufer\*innen fühlten sich immer Bestens aufgehoben und lobten die tolle Gastfreundschaft – selbst zu nächtllicher Stunde. Auch ließen es sich insgesamt 12 (Ober-) Bürgermeister\*innen nicht nehmen,

die Staffelläufer\*innen auf Ihrem Weg nach Hannover persönlich zu empfangen und Grußbotschaften an den Oberbürgermeister von Hannover zu übergeben. Unabhängig ob im festlichen oder sportlichen Ambiente war es immer eine besondere Würdigung, die der Unternehmung entgegengebracht wurde.

### Zieleinlauf in Hannover

Nach 32 Stunden und 260 absolvierten Kilometern sowie einer schlaflosen Nacht im Bus war es geschafft. Die Staffelläufer\*innen wurden auf der NDR-Bühne vor dem Rathaus Hannover von Ministerpräsidenten Stephan Weil und Oberbürgermeister der Stadt Hannover Belit Onay herzlich empfangen. Neben der symbolischen Übergabe des Staffelholzes an die neue Ausrichterstadt wurden auch die gesammelten Grußbotschaften an Oberbürgermeister Belit Onay übergeben. Anschließend drehten alle Staffelläufer\*innen gemeinsam eine Ehrenrunde über die Sportbühne des LandesSportBundes Niedersachsen am Nordufer des Maschsees.

### Herzlicher Dank

Ein herzlicher Dank gilt der außergewöhnlichen und hochmotivierten Stammläuferschaft, den Verantwortlichen in den Vereinen auf dem Weg nach Hannover, den unterstützenden Mitläufer\*innen, den (Ober-) Bürgermeister\*innen und den Sponsoren, ohne die der Staffellauf nicht möglich gewesen wäre.



Angekommen in Hannover auf der Bühne des NDR. (Fotos: NLV)



# Tag der Niedersachsen in Hannover NLV bringt Besucher der Sportmeile zum Schwitzen



Mit Vollgas durch die Lichtschranken bei der Fitness-Challenge!

bieren, wie vielfältig der Sport in Niedersachsen ist und welche präventive Aufgaben er hat.

Gefördert wurde das kostenfreie Mitmachangebot des NLV aus Mitteln des Landes Niedersachsen im Rahmen des Aktionsprogramms „Startklar in die Zukunft“ für Kinder und Jugendliche.



aw./vle. Alle zwei Jahre treffen sich Vereine, Verbände, Künstlerinnen und Künstler, Menschen aus der Politik, dem gesellschaftlichen Leben und alle, die in Niedersachsen leben, es lieben oder kennenlernen wollen zum „Tag der Niedersachsen“. Unter dem Motto „Stadt.Land.Fest“ ging es in diesem Jahr am zweiten Juniwochenende um den Maschsee rund.

Und als hätte es Petrus geahnt gab es drei Tage Sonnenschein, was die Besucher insbesondere auf der Sportmeile am Nordufer ganz schön ins Schwitzen brachte. Auch der Niedersächsische Leichtathletik-Verband war vertreten.

An dem sportlichen Stand konnten sich Besucher in verschiedenen Disziplinen messen. Im Sprinten, im Streichholzweitwurf, im Koordinationsparcours, beim Speerwurf-Simulator und bei einem Geschicklichkeitsspiel. Angefeuert wurden die Sportler von DLV-Maskottchen JuLe und Moderatoren, die sonst die

Teilnehmer an Landesmeisterschaften zu Bestleistungen anspornen. Über Diabetes und seine Folgeerkrankungen klärte der dänische Diabetes-Spezialist Novo Nordisk die Besucher auf und bot zudem Blutzuckermessungen an.

Nicht nur beim Leichtathletik-Verband, sondern auf der gesamten Sportmeile konnten die rund 500.000 Besucher sehen und selbst ausprobieren.

Mit dem Landesfest feierte Niedersachsen auch seinen 75. Geburtstag nach. Dafür war der Tag der Niedersachsen erstmals in seiner Geschichte in der Landeshauptstadt zu Gast. Der Festakt hatte bereits im vergangenen Herbst in Hannover stattgefunden, ein großes Fest für alle Bürgerinnen und Bürger war damals wegen Corona jedoch nicht möglich gewesen.



DLV-Maskottchen JuLe motivierte die Teilnehmer\*innen der NLV-Fitness-Challenge. (Fotos: NLV)



# HAJ Marathon mit DM Marathon 2022 Laufevent kehrt nach zwei Jahren zurück



David Brecht (Nr. 2689) vom Braunschweiger Laufclub vor seinem Team-Kollegen Silas Bergmann (Nr. 2654). (Fotos. B. Grote)

bg. Die Vorfreude auf HAJ Hannover-Marathon war auch besonders groß, weil es sich mit der 30. Auflage um die Jubiläumsveranstaltung handelte. Mehr als 18.000 Laufbegeisterte ließen sich es nicht nehmen, beim Sportevent dabei zu sein, zahlreiche Zuschauer sorgten entlang der Strecke für gute Stimmung. Gekrönt wurde der Marathon durch zwei deutsche Gesamtsiege: Hendrik Pfeiffer (TV-Wattenscheid; 2:10:59 std) und Domenika Mayer (LG Telis Finanz Regensburg; 2:26:50 std) ließen sich vom Wind und kalten Temperaturen nicht abhalten und zeigten Leistungen der Spitzenklasse. Beide unterboten die Normen für die Welt- und Europameisterschaften deutlich und liefen in die Nähe der Streckenrekorde.

Unter den 3.527 Marathon-Läufern sammelten auch Niedersachsens Starter zahlreiche Erfolge. Ein starkes Teamergebnis stellte der Braunschweiger Laufclub auf die Beine: Raoul Jankowski (8.), David Brecht (13.) und Silas Bergmann (15.) wurden in der Mannschaftswertung deutscher Vizemeister. Zudem platzierten sich Valentin Hawardt (VfL Wolfsburg; 12.), Dustin Karsch (Osnabrücker TB; 14.), Nicolai Riechers (Braunschweiger Laufclub; 16.) und Michael Majewski (BV Garrel; 17.)

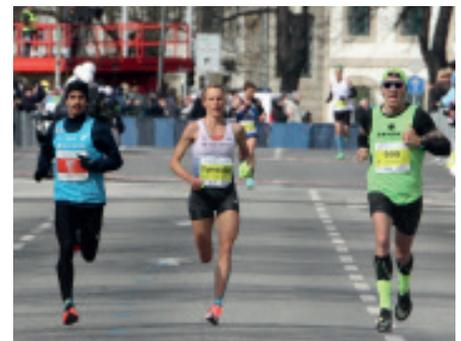
unter den Top 20. Bei den Frauen lief Florentine Beese (Hannover Athletics) auf den siebten Rang.

In den Altersklassen gingen die Meistertitel an Christian Looschen (BV Garrel) in der M40 und Valentin Hawardt (VfL Wolfsburg) in der M45, der gemeinsam mit Oliver Sebrantke (LC Hansa Stuhr) den niedersächsischen Doppelsieg erreichte. In der M50 lief Oliver Sonnemann (Hannover 96) auf den Bronzerang, mit M55-Sieger Guido Vollkommer (Hannover 96) konnte ein weiterer Hannoveraner einen großen Erfolg feiern. Britta Mergel-

meyer (TV Georgsmarienhütte) lief in der W50 auf den zweiten Rang.

Auf der Halbmarathon-Distanz wurde Sören Sprehe (SC Melle) als Vierter bester Niedersachse vor Christian Wiese (TSV Burgdorf) und René Menzel (Braunschweiger Laufclub). Bei den Frauen platzierten sich Christin Nitschke (SG Bredenbeck-Holtensen) und Katja Kruse (Hannover 96) unter den Top 10.

Der 10-Kilometer-Lauf war fest in der Hand der niedersächsischen Nachwuchsläufer: Sieger Felix Ebel (Emdener Laufgemeinschaft) schrammte mit 31:01 Minuten nur knapp an der 30-Minuten-Marke vorbei. Dahinter liefen Philipp Tabert (VfL Eintracht Hannover; 31:39 min) und U18-Athlet Elias Matthäus (SC Kirch-Westerweyhe



Domenika Mayer (mi.) auf dem Weg zum Sieg im Marathon der Frauen.





## Wettkampf „Mensch gegen Maschine“ - Immer wieder ein großes Spektakel!



Zieleinlauf am Museumsbahnhof in Asendorf. Foto: NLV

ch./au. Am 10.07.2022 stellten sich rund 180 Läufer\*innen der über 110 Jahre alten Lok „Hermann“ in der Kategorie Ausdauer beim Wettkampf Mensch gegen Maschine in Bruchhausen-Vilsen.

Nach zwei Jahren Zwangspause konnte das Format „Wettkampf Mensch gegen Maschine“ endlich wieder auf die Gleise gebracht werden. Die fünfte Auflage startete in Bruchhausen-Vilsen durch ein Grußwort des Niedersächsischen Kultusministers Grant Hendrik Tonne, der insbesondere den Kinder-Wettkampf, sowie die gesundheitsfördernde Prävention von Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche priorisierte.

Im Startbereich liefen sich nicht nur die Läufer\*innen für den Wettkampf warm, auch die Lok „Hermann“ wurde von Heizer Jens Hatesohl (DEV) für den 8 km AOK-Wettkampf sowie die 2x4km NOVO-Nordisk-Staffel schon rechtzeitig vorher aufgeheizt. Die Anspannung wurde durch das Dampflok-Pfeifen als „Startschuss“ durch Schirmherr Grand Hendrik Tonne durchbrochen und die über 130 Teilnehmer\*innen im Hauptlauf nahmen sich der Herausforderung der doch recht anspruchsvollen Strecke in Richtung Asendorf an. Zeitgleich setzte Lokführer Eric Arndt die Lok Hermann aus dem Jahr 1911 mächtig unter Dampf, begleitet von

Kinder-Lokführer Kjell Böttcher. Den Gesamtsieg sicherte sich Tobias Middendorf (Hamburg Running) mit einer Top-Zeit von 26:40 min. Eine ebenfalls beachtliche Zeit brachte die erste Frau Sabrina Timmes (TuS Varrel) mit 34:19 min über die Zielinie. Parallel zum AOK-Wettkampf bot die 8 km Strecke auch den 2x4km Novo Nordisk-Staffellauf an. Den Staffelsieg holte sich hier das Team FAS Syke mit Dennis Stelljes und Kristin Krenzer in 43:20 min.

Empfangen wurden die Läufer\*innen am Bahnhof in Asendorf durch Moderator Bernd Rebischke und den vielen Begleitpersonen der Läufer\*innen, die durch die Dampflok vom Startpunkt zum Ziel transportiert wurden. „Hermann“ erreichte unter großem Getöse durch Betreuer und Zuschauer den Bahnhof Asendorf erst nach 42:39 min und musste sich einmal mehr den schnellsten Läufer\*innen geschlagen geben.

Anschließend folgte der 1 km Kinder-Wettkampf der Jahrgänge 2013 und jünger. Gemeinsam mit der Dampflok wurden die Kinder zur Startlinie gefahren und mussten sich ebenfalls mit der Lok Hermann messen. Dies gelang unter anderem dem Gesamtsieger Lars Ulmann (SV Bruchhausen-Vilsen) in einer Zeit von 3:53 min. Bei den Teilnehmerinnen sicherte sich Alina Zurbitzki den ersten Platz auf dem Siegetreppchen in 4:16 min. Der letzte Startschuss an diesem erfolgreichen Tag fiel für den 1,8 km Volksbank-Wettkampf der Jahrgänge 2007 bis 2012. Eine ausgezeichnete Leistung und damit den ersten Platz in der Gesamtwertung sicherte sich Jim Leon Söhnle (1. TCO die Bären Oldenburg) in einer Zeit von 6:35 min. Mit einer ebenfalls überragenden Zeit von 7:19 min lief Leila Ehlers (TSV Asendorf) auf den ersten Platz unter den weiblichen Teilnehmern.

Abgeschlossen wurde der „Wettkampf Mensch gegen Maschine“ mit der Siegerehrung vor der Dampflok, die in Form von Präsenten der Spon-

soren Vilsa Brunnen, Novo Nordisk, Volksbank Grafschaft Hoya und der AOK-Niedersachsen bereichert wurde.

Zuständig für diesen reibungslosen Ablauf und damit ein großes Dankeschön geht an Christa Gluschak und Jasmin Beusse aus der Stabstelle Tourismus im Rathaus Bruchhausen-Vilsen, und Till Wöllenweber und Cynthia Haake aus dem NLV-Referat Breitensport und Sportentwicklung, die nach intensiver Vorbereitung zufrieden auf den tollen Veranstaltungstag zurückschauen konnten. Ein besonderer Dank gilt dem DEV, des TSV Asendorfs und dem Lauftreff des TV Bruchhausen-Vilsen sowie den Sponsoren ohne die eine Durchführung nicht möglich gewesen wäre. „Die Veranstaltung findet auch deshalb Unterstützung durch den NLV, weil dieses Breitensport-Format „Mensch gegen Dampf-Maschine“ wohl einzigartig in ganz Deutschland ist“, so Andreas Ull, Vizepräsident für Breitensport und Sportentwicklung im NLV, der dieses Spektakel bereits zum dritten Mal miterleben durfte und begeistert ist von dem außergewöhnlichen Eventcharakter.



Leila Ehlers (TSV Asendorf) bei der Siegerehrung von der Eisenbahn. (Foto: U. Schröder)

Athletic Sport Sponsoring

— ICH BIN DEIN AUTO

# KIA SPEED-DATING

TRIFF DEN KIA, DER ZU DIR PASST.

Unser Unkomplizierte: Der Kia Picanto ab mtl. 289 €!

*Klein, oho, trendig und wendig: der Picanto ist für jeden Spaß zu haben!  
Ganz schön frech, passt er in (fast) jede Parklücke. In ihm steckt übrigens  
mehr als man auf den ersten Blick vermutet. Und wenn er will, zischt er  
einfach ab – kein Thema für ihn mit seinen spritzigen 84 PS!*



Eine Rate, in der wirklich alles drin ist.  
Scanne den QR-Code & erhalte weitere Infos.

Limitiertes Angebot! Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer.  
Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Stand: 08.11.2022

0234 - 95 128 0 | [www.ichbindeinauto.de](http://www.ichbindeinauto.de)



Offizieller Partner

Wir haben für jeden das passende Auto  
und mehr als 60 Fahrzeugmodelle in  
unserem Angebot:



# Es gibt viele Gründe, nicht zur Vorsorge zu gehen. Nur eben keinen guten.

Wenn Krankheiten frühzeitig erkannt werden,  
sind sie besser zu behandeln.  
Nutzen Sie unsere vielfältigen Vorsorgeangebote.

Mehr erfahren auf [aok.de](https://aok.de)

Deutschland, wir müssen über Gesundheit reden.