

Liebe Leichtathletinnen und Leichtathleten des LAC Passau,

Anfang August beendeten die Athletinnen und Athleten des LAC Passau mit dem Austrian Top Meeting im oberösterreichischen Andorf ihre internationale Sommersaison. Im September starten dann die Vorbereitungen für die Cross- und Hallensaison.



Nach einem starken 6. Platz im 100-Meter-Finale krönte **Sebastian Hetzner** (Zweiter von rechts) am letzten Wettkampftag des **European Youth Olympic Festival** im nordmazedonischen **Skopje** vom 27.07. - 02.08.2025 seine Leistung mit der **Bronze-medaille in der Schwedenstaffel**. Ein gelungener internationaler Auftritt, der Lust auf mehr macht.

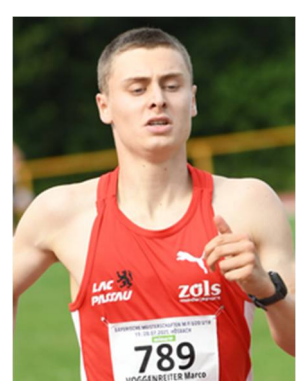
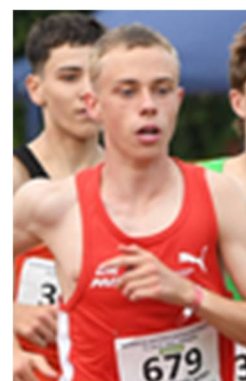


Auf **nationaler Bühne** feierte **Sebastian Hetzner** (neben Trainer Tobias Bilka) seinen größten Erfolg der Saison, als er über 100 Meter der U18 zum **Deutschen Meistertitel** sprintete. **Lilo Ketzel** begeisterte im Dreisprung der U18 mit der **Bronze-medaille**.





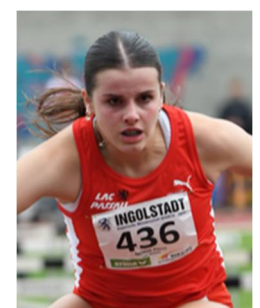
Marco Voggenreiter wurde Fünfter bei der U20-DM über **3000 Meter Hindernis**, wobei er lediglich um vier Sekunden trotz EM-Normerfüllung an einer Nominierung für die EM vorbeischrammte. **Lorenz Schmidmaier** wurde Neunter der U18 über **2000 Meter Hindernis** und die **4 x 100-Meter-Staffel** der U20 mit **Catharina Walz, Emma Plöching, Emma Lange** und **Lilo Ketzel** Zehnter.



Bei den **bayerischen Meisterschaften** sammelten unsere Athletinnen und Athleten zahlreiche Titel und Podestplätze. Die **4 x 100-Meter-Staffel** der Startgemeinschaft Passau-Pfarrkirchen mit **Catharina Walz, Emma Plöching, Emma Lange** und **Lilo Ketzel** holte **Gold**. Ebenfalls ganz oben auf dem Siegerpodest stand **Anton Schmidmaier** über **2000 Meter Hindernis** der U18. **René Hamberger** sicherte sich im **Kugelstoßen** der M30 den Titel.

Silbermedaillen gingen an **René Hamberger** im **Kugelstoßen** der **Männer**, an **Bernhard Schneider** über **200 Meter** und **800 Meter** der M40 sowie an **Emma Plöching** über **100 Meter** der U20 und U23. **Marco Voggenreiter** gewann Silber über **1500 Meter** der U20 und **Lilo Ketzel** im **Dreisprung** der U18.

Über **Bronze** freuten sich **Fiona Moog** über **100 Meter** der W15, **Laura Pap-Orsag** im **Speerwurf** der W14, **Franziska Bichlmeier** über **1500 Meter Hindernis** in der W14 sowie **Anton Schmidmaier** über **1500 Meter** in der U18.



„Save the date“

Unsere **Jahreshauptversammlung** findet am **15.11.2025** im Gasthof Knott in Tiefenbach statt. Genaue Infos folgen im nächsten Newsletter.

Das mittlerweile traditionelle **Dreikönigsmeeting** am **04.01.2026** wird dann der nächste von uns ausgerichtete Wettkampf sein.

An dieser Stelle ergeht auch die herzliche Einladung an alle Vereinsmitglieder zum Pfaffinger Ausbildungstag am **Samstag, 27. September 2025 um 9 Uhr** auf dem Gelände der Pfaffinger Unternehmensgruppe in Passau (Wienerstr. 35)!

Unter dem Motto

„Deine Zukunft bei Pfaffinger – mit Teamgeist im Beruf und im Sport“

möchte die Pfaffinger Unternehmensgruppe interessierten Jugendlichen die Möglichkeit geben, ihre Ausbildungsberufe sowie Angebote zu dualen Studiengängen hautnah kennenzulernen. An verschiedenen Stationen können die Jugendlichen praxisnahe Einblicke gewinnen, sich mit Azubis, Ausbildern und Mitarbeitern austauschen, Fragen stellen und in die vielseitigen Berufe bei Pfaffinger Bau hineinschnuppern. Familienmitglieder sind ebenfalls herzlich eingeladen.

Ablauf für den LAC-Passau:

09:00	Come together am Standort Passau, Wiener Straße 35, 94032 Passau
09:15	Firmenpräsentation & Vorstellung im Seminarkubus
09:45	Austausch zur Partnerschaft, Erfolge & Review LAC – Pfaffinger-GO!
10:00	Firmenrundgang
Ab 10:30	Besuch der Ausbildungsstationen inkl. Brotzeit

Für das leibliche Wohl ist während der gesamten Veranstaltung bestens gesorgt.

Anmeldung bei Sara Just bis 01.09.2025 - Koordination gemeinsam mit René Hamberger.

Die Pfaffinger Bau Unternehmensgruppe freut sich auf euer Kommen!

Und nun viel Spaß bei der Lektüre des Newsletters.

Ihre bzw. Eure Vorstandschaft

Elke Eisenreich, Klaus Hammer-Behringer, Sara Just, Ralf Knettel-Adler

Im Zuge des Frühjahrssportfestes hat sich auch wieder der FLAP (Verein zur Förderung der Leichtathletik in Passau) mit einem Stand in's Gedächtnis zurückgerufen und mit einem Plakat bzw. Flyer auf sich aufmerksam gemacht.

Wir freuen uns auf viele Unterstützer für unseren FLAP.



FLAP e. V.
Danziger Str. 40
94036 Passau
info@flap-passau.de

FLAP - Gemeinsam die Leichtathletik in Passau fördern!

Wir setzen uns aktiv für die Entwicklung und Förderung der Leichtathletik in unserer Region ein, insbesondere beim LAC Passau. Unser Ziel ist, junge Talente zu unterstützen, Trainingsbedingungen zu verbessern und das Gemeinschaftsgefühl zu stärken.

WIR FÖRDERN

-  **Teilnahme an Wettkämpfen**
-  **Organisation von Trainingslagern und Freizeitaktivitäten**
-  **Anschaffung von Sportgeräten und Ausrüstung**
-  **Förderung des Nachwuchses**
-  **Entwicklung von Talenten**
-  **Reise- und Fortbildungskosten von Trainer:innen**

SIE UNTERSTÜTZEN

-  **Spenden Sie einmalig oder regelmäßig!**

Bankverbindung:

Sparda Bank Passau

IBAN: DE42 7509 0500 0000 2956 03

Für Spenden ab 300 € stellen wir eine Spendenbescheinigung aus, darunter gilt der Überweisungsträger.

-  **Engagieren Sie sich ehrenamtlich bei Veranstaltungen!**

Ihre Spende fließt direkt in die Förderprojekte und somit direkt in die Nachwuchsarbeit des LAC Passau!



Nachfolgend sind sämtliche Ergebnisse seit April zusammengefasst.

Sollten wir einen Wettkampf übersehen haben, bitten wir das zu entschuldigen.

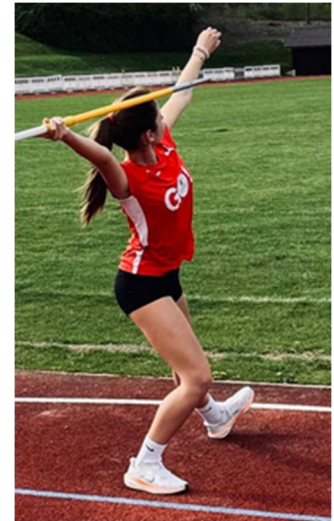
12.04.2025: Werfertag in Regensburg

Laura Pap-Orsag stark mit Kugel und Speer

Mit zwei Bestleistungen stieg **Laura Pap-Orsag** in Regensburg in die Sommersaison ein. Beim Werfertag, verbunden mit den Oberpfalz-Meisterschaften, flogen Kugel und Speer der vierfachen niederbayerischen Meisterin von 2024 so weit wie noch nie. Herausragend die Weite im Speerwurf.

Speer fliegt nahe an die Kadernorm

Gleich im ersten Versuch feuerte die 13-Jährige ihren 500-Gramm-Speer auf 34,82 Meter hinaus. 2024 landet der 400-Gramm-Speer noch eineinhalb Meter früher. Nur ein guter Meter fehlte dem Nachwuchstalent zur Norm für den Bayernkader (36,00 m). Außerhalb der Wertung startend ließ Pap-Orsag in der W14 die zweitplatzierte Lea Schmied (SWC Regensburg, 22,26 m) deutlich hinter sich.



Neuneinhalb Meter mit der Kugel

Im Kugelstoß brachte der zweite Versuch eine neue Bestweite mit 9,45 Metern. Vier Zentimeter weiter als beim Dreikönigsmeeting flog die Drei-Kilo-Kugel. Hier war Schmied die Beste mit 10,45 Metern vor Pap-Orsag. Da die LAC-Athletin wegen der Bezirks-Meisterschaften außer Konkurrenz startete, hatte sie anders als ihre Konkurrentinnen nur drei Versuche mit Speer und Kugel.

21.-25.04.2025: Trainingslager in Schielleiten (Steiermark)

Anreise mit Unterstützung des Sponsors Pfaffinger Unternehmensgruppe

Wichtige Grundlagen für die Sommersaison 2025 wurden im österreichischen Bundesleistungszentrum Schielleiten gelegt. Angereist waren 35 Athletinnen und Athleten unter anderem mit zwei Kleinbussen der Pfaffinger Unternehmensgruppe. Der Sponsor des LAC Passau stellte die Busse für fünf Tage kostenlos zur Verfügung. Einen der Busse kann der LAC Passau bis Mitte September nutzen.



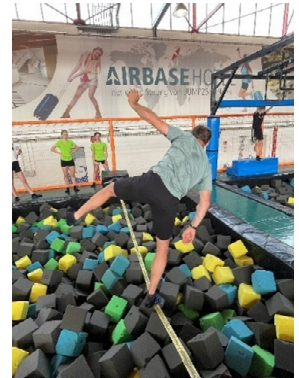
Klasse Trainingstage an der steirischen Apfelstraße

Ein bunter Querschnitt der LAC-Athletinnen und -Athleten von der U12 bis zur U20 genoss an der steirischen Apfelstraße optimale Sportanlagen. Leichtathletik- und Turnhalle, Kraftraum, 400-Meter-Bahn, Basketball- und Beachvolleyballfelder inmitten eines Schlossparks, umgeben von Wiesen, Obst- und Weingärten, Seen und Teichen.



Täglich zweimal Training und viel Freizeitspaß

Zweimal am Tag wurde bei typischem Schielleiten-Wetter trainiert - schönes Frühjahrs Wetter mit ein paar Regenschauern und -güssen. Nass wurde es für einige auch beim kühlenden Sprung in den See nach dem Training. Höhepunkte waren für den jüngeren Nachwuchs die „Trampolineinheit“ in einer Trampolinhalle in Graz und der tägliche Spieleabend. Wer noch genug Energie hatte, tobte sich zwischendurch oder abends beim Beachvolleyball, Basketball oder Kicken im Soccer Court aus. Tobias Brilka, Klaus Hammer-Behringer, Sara Just, Albert Leidl, Annette Pingel und Alois Schwarzmeier betreuten die Athletinnen und Athleten.



04.05.2025: Frühjahrssportfest mit Kinder-Leichtathletik und Niederbayerischen Langstrecken-Meisterschaften

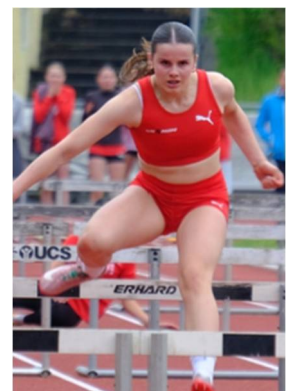
Anton Schmidmaier glänzt über 5.000 Meter, Fiona Moog über die Hürden

Im Dreiflüssestadion startete die Leichtathletik mit den Niederbayerischen Langstrecken-Meisterschaften, Kinder-Leichtathletik, Wettbewerben von der U14 bis zu den Aktiven in die Sommersaison. Das Wetter spielte nicht ganz mit. Die Temperaturen kühlten am Sonntag merklich ab; zwischendurch regnete es immer wieder. Nichts für Sprinter, Springer und Werfer. Des einen Freud des anderen Leid. Vom kühlen Wetter profitierten die Langstreckenläufer bei ihren Niederbayerischen Meisterschaften.



Fiona Moog knackt die DM-Norm

Hervorragende 16:33,47 Minuten spulte im Alleingang der 16-jährige **Anton Schmidmaier** ab. Für das herausragende Ergebnis bei den Sprinterinnen sorgte **Fiona Moog**. Die bayerische U16-Hallen-Vizemeisterin im Weitsprung sprintete über 80 Meter Hürden erstklassige 12,18 Sekunden, blieb zwei Hundertstel unter der Norm für die U16-DM. Für die endgültige Qualifikation braucht sie noch die Zusatznorm im Blockmehrkampf Sprint/Sprung. Lilo Ketzler (U18) steigerte sich deutlich um zweieinhalb Zehntel im 100-Meter-Sprint auf 12,58 Sekunden. Nur wenige Sekunden



fehlten über 3.000 Meter Lena Koch (W14, 12:19,57 min) und Anneli Dinse (W15, 12:24,53 min) zur Qualifikation für die U16-BM.

Kinder-Leichtathletik

Ein Höhepunkt war wie immer die Kinder-Leichtathletik. Der Nachwuchs der U8, U10 und U12 absolvierte in vier- bis siebenköpfigen Teams die Hindernis-Sprint-Staffel, den Bälle-Transport, den Additions-Weitsprung, Speed-Bounce und Zielweitwurf mit Heulern. Begeistert nahmen die „Kleinen“ bei der Siegerehrung Medaillen, kleine Sachpreise und Urkunden in Empfang. In der U10 ein schier unglaubliches Ergebnis mit vier punktgleichen Mannschaften. Über die Platzierungen mussten die Zahl der Disziplinsiege und weitere Kriterien entscheiden.



U8 Kinder-LA 1. LAC Passau I (10 Punkte) 2. LAC Passau II (8)

U10 Kinder-LA 1. LAC Passau I (16, 2 Disziplinsiege) 2. LAC Passau II (16, 1 Disziplinsieg) 3. LG Passau/TuS Pfarrkirchen (16, 1 Disziplinsieg), 4. TV Hauzenberg (16), 5. TV Simbach (13)

U12 Kinder-LA 1. TuS Pfarrkirchen (30), 2. TV Hauzenberg (25), 3. LG Passau (23), 4. LAC Passau I (20), 5. LAC Passau III (19), 6. LAC Passau 2 II (14)



07.05.2025: Karlsfelder Läufercup I

Paul Schmidmaier siegt über 1.500 Meter

Sein erstes 1.500-Meter-Rennen absolvierte **Paul Schmidmaier** beim Karlsfelder Läufercup I. Der 16-Jährige siegte mit guten 4:39,27 Minuten in der U18. Im Gesamteinlauf platzierte er sich auf Rang zwei. Den gewann Quirin Brumberger (TSV Wolfratshausen) in 4:30,37 Minuten. Den Kampf um Platz zwei entschied Paul Schmidmaier in einem Hundertstel-Duell zeitgleich mit Bernhard Lex (Lauffeuer Chiemgau) für sich.



11.05.2025: Bayerische 10-Kilometer-Meisterschaften in Markt Indersdorf

Kein guter Tag für Jonathan Adler

Optimistisch ging **Jonathan Adler** bei den Bayerischen Straßenlauf-Meisterschaften in Markt Indersdorf an den Start. Die Form stimmte. Nach dem Start bildete sich hinter dem enteilenden späteren Sieger Tobias Ritter (LG Telis Finanz Regensburg, 31:26 min) eine Verfolgergruppe mit Jonathan Adler. Das Tempo passte. Nach vier Kilometern verschärfte einer der Verfolger deutlich das Tempo, legte einen Zwischenspur ein.

Nichts ging mehr ab Kilometer fünf

Abrupt zog es Adler den Stecker, er verlor den Anschluss, befand sich im „Niemandland“ zwischen erster und zweiter Verfolgergruppe. Gelaufen wurde bei windigem Wetter auf einer 1,67 Kilometer langen Pendelstrecke mit zwei 180-Grad-Wenden. Die Läufer kämpften in eine Richtung mit starkem Gegenwind. Ein paar Grad weniger hätten an diesem schönen Frühlingstag auch nicht geschadet. Alleine im Wind baute Adler kontinuierlich ab. Nach und nach



überholten ihn die Läufer der zweiten Verfolgergruppe. Als Zehnter überquerte er in 33:22 Minuten den Zielstrich. Für Silber und Bronze hätten 32:19 und 32:26 Minuten gereicht – in Normalform kein Problem für Adler (PB 31:24 min)

11.05.2025: World Athletics Continental-Meeting in Domažlice

René Hamberger Siebter bei internationalem Meeting

Nur ein paar Tage zuvor erreichte **René Hamberger** die Nachricht. Organisator David Sekerak schickte ihm eine Wildcard für das Meeting der World Athletics Continental Tour in Domažlice – der Heimatstadt von Hamberger. Die Tour ist nach der Diamond League die zweite Liga der internationalen Ein-Tages-Meetings, aufgeteilt nach Gold-, Silber-, Bronze- und Challenger-Meetings. Das kleine westböhmische Domažlice, 11.000 Einwohner, rangiert unter dem Bronze-Label. Die Begeisterung über die Wildcard war etwas getrübt durch die Verletzungsmisere und den Trainingsausfall in den vorherigen Wochen. Das Knie bereitete dem Süddeutschen Meister große Sorgen. Würde er starten können? Mit reduzierter Geschwindigkeit beim Angleiten klappte es, sogar mit Saisonbestleistung.



Saisonbestleistung mit 16,21 Metern

Im vierten Versuch flog die 7,26-Kilo-Kugel auf 16,21 Meter. Den Wettbewerb gewann Tomáš Staněk (Dukla Prag), EM-Bronze 2022 in München und Hallen-Europameister 2021, mit 20,17 Metern (PB 22,17) vor dem Schweden Jesper Arbinge (19,17) und dem Franzosen Franck Elemba (18,96). Im internationalen Feld platzierte sich Hamberger hervorragend auf Rang sieben. Ein vielversprechendes Ergebnis, das bei völliger Fitness auf Weiten um die 17 Meter hoffen lässt. Im Speerwurf zeigte der Olympiasieger von 2016, Thomas Röhler (LC Jena), dass mit ihm wieder zu rechnen ist. Nach einer Flaute von mehreren Jahren schleuderte er den 800-Gramm-Speer über 80 Meter. Aus kurzem Anlauf landete er bei 80,37 Metern.

10.05.2025: Bayern-Top-Meeting in Germering

Sebastian Hetzner sprintet in die deutsche und europäische Spitze

Auch Trainer Tobias Brilka konnte es kaum fassen. **Sebastian Hetzner** trommelte beim Bayern- Top-Meeting in Germering 10,66 Sekunden auf die Bahn. Auch wenn die Saison noch jung ist. Rang eins in der deutschen U18-Bestenliste, Rang zwei in der europäischen U18-Bestenliste, zwei niederbayerische Rekorde. Grandioser konnte der Saisonstart des 17-jährigen Pockingers nicht ausfallen. Und es war erst der dritte 100-Meter-Wettbewerb in seiner jungen Karriere als Leichtathlet. Anfang letzten Jahres war er nach einigen Fußballjahren zum LAC Passau gestoßen. Bereits beim zweiten Wettkampf unterbot er im Juni mit 11,18 Sekunden die Norm für den Bayernkader. Im anschließenden Finale verletzte er sich, musste lange pausieren. Im Winter ließ er als Bayerischer 60-Meter-Meister sein Talent wieder aufblitzen.



Leistungsexplosion im 100-Meter-Sprint

In Germering erwischte Hetzner bereits im Vorlauf einen guten Start, beschleunigte hervorragend, agierte technisch „sehr sparsam“ beim Kniehub im freien Sprint. Bei 0,9 Meter Gegenwind leuchteten 10,84 Sekunden auf. Das war schon mal ein Brett. Aufgrund des unorthodoxen Zeitplans der Germeringer und Verzögerungen lagen zwischen Vorlauf und Finale nur 35 Minuten. Hetzners Start glückte im Finale noch besser, er sprintete technisch noch besser weiter, hatte glänzende Beine an diesem Tag. Durch die kurze Pause ging ihm die letzten 20 Meter unübersehbar die Luft aus, „knautschte“ er ordentlich bis zum Ziel.

Niederbayerischer Rohdiamant

Trotz 10,66 Sekunden (+0,5) ist Hetzner immer noch ein Rohdiamant mit technischen Defiziten und einiger Luft nach oben. Nur der Zweite Julian Rylke (LG Würm Athletik) konnte ihm in 10,86 Sekunden auf Schlagdistanz folgen. An diesem Tag war nur einer schneller als Hetzner, in der Männerklasse Fabian Olbert (LG Stadtwerke München) in 10,53 Sekunden. In der deutschen Bestenliste rangiert Hetzner für das Erste auf Rang eins. In Europa war bisher nur der Franzose Kays Flamand drei Hundertstel schneller.

Niederbayerische U18- und U20-Rekorde

Die niederbayerischen Rekorde nahm Hetzner Vereinskollegen ab. Max Grieger rannte 2015 als 19-Jähriger U20-Rekord in 10,67 Sekunden; in diesem Jahr startete er bei der U20-EM über 200 Meter. Der U18-Rekord gehörte bis Germering **David Kantzog** (2022, 10,80 sec).

Aufwärtstrend bei David Kantzog

Beim ehemaligen Nationalkaderathleten geht es nach langer Verletzungsmisere wieder aufwärts. Er gewann das U20-Finale in 11,16 Sekunden (VL 11,25 sec). Der Respekt vor Verletzungen ist noch da. Jetzt gilt es, Selbstvertrauen aufzubauen, um die Trainingsergebnisse im Wettkampf umzusetzen.

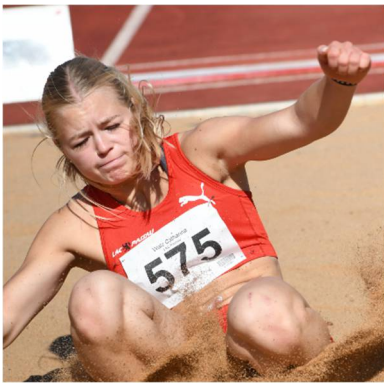


Bestzeiten für Julia Zeindl und Lilo Ketzel

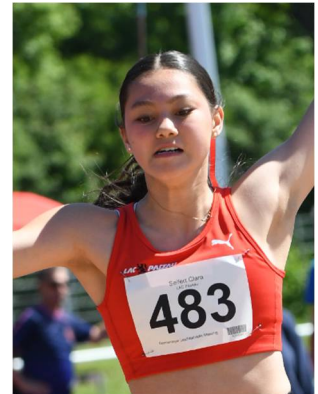
Deutlich verbessert präsentierte sich **Julia Zeindl** bei den Frauen. Sie steigerte ihre Bestzeit um über eine halbe Sekunde im Vorlauf auf 12,94 Sekunden. Ihre neue Sprintqualität bestätigte sie im Finale mit 12,95 Sekunden als Siebte. Über 200 Meter blieb sie in 26,81 Sekunden 38 Hundertstel unter ihrer Bestzeit (10.). Eine erste Standortbestimmung nahm Franziska Rohmann über 400 Meter vor. Sie lieferte als Sechste bei den Frauen - nicht wirklich erschöpft - solide 61,13 Sekunden ab. Ein Leistungssprung gelang über 100 Meter auch Dreispringerin **Lilo Ketzel**. Die U18-Athletin steigerte sich nach Passau erneut deutlich um 25 Hundertstel als Vierte im Finale auf 12,33 Sekunden (VL 12,38 sec). Mit einem guten Start und schönen freien Sprint verbuchte sie die DM-Norm.



Catherina Walz - Bestzeit vom Winde verweht - Bestweite mit 5,45 Metern



Ebenso Bestzeit rannte **Catharina Walz** (U20) im Vorlauf in 12,53 Sekunden, doch mit 2,1 knapp zu viel Rückenwind (Finaldritte mit 12,70 sec). Im Weitsprung flog sie im ersten Versuch mit zulässigem Rückenwind (1,8) als Zweite der U20 zur neuen Bestweite von 5,45 Metern. Im Dreisprung zeigte Ketzel drei stabile Sprünge um



elfeinhalb Meter (2., 11,48 m). Die guten Sprünge übertrug sie. Das Potential für Sprünge deutlich über zwölf Meter ist mit der neuen Schnelligkeit vorhanden. **Clara Seifert** (U18) sprang mit 4,54 Metern eine neue Bestweite und im Hochsprung über 1,35 Meter.

11.05.2025: Niederbayerische Meisterschaften im Block-Mehrkampf in Landshut

Gold für Patrik Haselböck und das W14/15-Team des LAC Passau



Fünfmal Edelmetall im Gepäck hatte der Nachwuchs bei der Heimreise von den Niederbayerischen Meisterschaften im Block-Mehrkampf. Bei fünf Einzeldisziplinen absolvierten alle Athletinnen und Athleten der W/M12 bis W/M15 den Hürdensprint, Kurzsprint und Weitsprung sowie je nach Disziplingruppe (Sprint/Sprung, Lauf, Wurf) zwei weitere Disziplinen. Überlegen mit 200 Punkten Vorsprung siegte **Patrik Haselböck** (M15) im Block Lauf (2.457). Über 100 Meter und 80 Meter Hürden steigerte er sich deutlich, stellte zwei persönliche Bestleistungen auf (11, 55 und 12,43 sec).

Bestweite mit dem Speer, Bestzeit über 100 Meter und Silber für Fiona Moog

Fiona Moog (W15) gewann im Block Sprint/Sprung Silber (2.662). Sie hatte 350 Punkte mehr auf dem Konto als 2014. Ein Patzer vor der ersten Hürde kostete ihr viele Zehntel und den Titel. Sie freute sich über starke 28,93 Meter mit dem 500-Gramm-Speer und ihre 100-Meter-Bestzeit in 12,94 Sekunden. Ebenfalls in der W15 belegten **Aura Ganczer** (2.222), **Joline Spakowski** (2.111) die Plätze 5 und 7, in der W14 **Leyla Dressel** (1.903), **Nora Jacobi** (1.830), **Viktoria Lange** (1.815) und **Neneh Fofana-Dirschlmayer** (1.565) die Plätze 10,11,12 und 17. Fünfte wurde **Mira Koller** (W14) im Block Lauf (1.788).

Silber und Bronze für Theresa Reiser und Lilly Straub

Edelmetall drei und vier gingen an **Theresa Reiser** und **Lilly Straub** (beide W12) im Block Lauf. Reiser gewann Silber mit vier neuen Bestleistungen (2.200). Nur 29 Punkte fehlten zum Sieg. Bronze sicherte sich Straub (1.906). Den siebten Rang belegte **Sophia Leidl** (W13) im Block Spring/Sprung (1.895).

Team-Gold für Moog, Ganczer, Spakowski, Dressel und Jacobi

Den zweiten Meistertitel feierte das W14/15-Team mit Moog, Ganczer, Spakowski, Dressel und Jacobi mit 10.728 Punkten und über 500 Punkten Vorsprung auf den TV Eggenfelden (10.205) und die LG Region Landshut (10.139).

17.05.2025: Neustädter Kugelstoß-Cup

René Hamberger stößt Saisonbestleistung

In illustrierter Gesellschaft bewegte sich **René Hamberger** beim Neustädter Kugelstoß-Cup. Der Ortsteil von Gerstungen an der hessisch-thüringischen Landesgrenze hatte es wieder geschafft, ein hochkarätiges Starterfeld auf die Beine zu stellen.

Europameister Leonardo Fabbri gewinnt Kugelstoß-Cup

Europameister und Vizeweltmeister **Leonardo Fabbri** (Aeronautica Militare) war eine Klasse für sich. Der Italiener wuchtete die Kugel viermal über die 20-Meter-Marke. Im fünften Versuch schlug die Kugel bei 20,79 Metern ein (PB 22,98 m). Zweiter wurde U23-Europameister **Tizian Lauria** mit 19,47 Metern, dahinter der amtierende Deutsche Freiluft- und Hallenmeister **Eric Maihöfer** (beide VfL Sindelfingen) mit 19,39 Metern auf Rang drei.



16,37 Meter mit lädiertem Knie und betreut von David Storl

Hocherfreut war René Hamberger über die Startzusage bei diesem hochklassigen Meeting mit World-Athletics-Status. Er nutzte die tolle Stimmung und betreut vom dreifachen Weltmeister David Storl für eine neue Saisonbestleistung von 16,37 Metern und Rang fünf. Zwei weitere Male flog die Kugel über 16 Meter. Ans Limit gehen konnte er aufgrund des lädierten Knies erneut nicht, musste mit angezogener Handbremse stoßen.



17.05.2025: Rolf-Watter-Sportfest in Regensburg

Sebastian Hetzner wieder pfeilschnell

Germering war keine Eintagsfliege. Pfeilschnell brannte **Sebastian Hetzner** in Regensburg erneut eine Spitzenzeit auf die Bahn, untermauerte sein hohes Leistungsniveau. Der 17-Jährige distanziert nicht nur die Sprinter der U18, er ließ auch alle U20-Athleten und Männer über 100 Meter hinter sich. 10,68 Sekunden leuchteten bei 1,1 Meter Rückenwind im Ziel auf, nur zwei Hundertstel langsamer als beim Rekordlauf in Germering vor Wochenfrist. Rang zwei belegte der Sieger bei den Männern, der Penzberger Raffieu Johnson in 10,87 Sekunden, Rang drei der ebenfalls starke Julian Rylke (LG Würm Athletik, 10,88 sec), sogar noch ein Jahr jünger als Hetzner.

Kriterien für die Aufnahme in den NK1 erfüllt

Früh in der Saison hat Hetzner bereits die Kriterien für die Aufnahme in den Nationalkader erfüllt (NK1). Entweder 100 Meter in 10,75 und die Zusatznorm von 22,10 Sekunden über 200 Meter oder ein Schnitt von 10,81 Sekunden in drei 100-Meter-Sprints sind erforderlich. Mit drei Rennen in 10,66, 10,68 und 10,84 Sekunden und einem Schnitt von 10,73 Sekunden ist das klar der Fall.

David Kantzog im Aufwind

Im Aufwind befindet sich David Kantzog. Er lieferte über 200 Meter schnelle 22,22 Sekunden ab. Als Zweiter der U20 verpasste er nur um 22 Hundertstel eine neue Bestzeit. Eine Saisonbestzeit wäre über 100 Meter drin gewesen. Mit einem völlig verpatzten Start blieb für Kantzog als Dritter der U20 die Uhr erst bei 11,21 Sekunden stehen. Die 200-Meter-DM-Norm von 22,50 Sekunden unterbot er klar.

Für Emma Plöchinger läuft es nicht rund

Ein Stolperer beim Start kostete Emma Plöchinger im 100-Meter-Sprint einige Zehntel. In 12,56 Sekunden lief sie Bestzeit, schöpfte aber ihr Potential bei weitem nicht aus (Fünfte U20). Gut lief es für sie über die halbe Stadionrunde bis 150 Meter. Dort verlor sie plötzlich ihren Schritt, musste sich als Zweite der U20 mit 26,07 Sekunden begnügen. Erneut steigerte Julia Zeindl ihre

Bestmarke um fünf Hundertstel auf 26,74 Sekunden. Über 100 Meter blieb die Uhr bei ihr bei 13,13 Sekunden stehen. Franziska Rohmann kam nicht über 27,02 Sekunden hinaus.

BM-Norm für Lena Koch und Anneli Dinse

Große Freude hingegen bei **Lena Koch** und **Anneli Dinse**. In 7:48,92 und 7:49,72 Minuten unterboten beide als Dritte und Vierte des 2.000-Meter-Rennens trotz eines unangenehmen Windes die U16-Morm für die „Bayerische“.



18.05.2025: Läufermeeting in Pliezhausen

Marco Voggenreiter bricht niederbayerischen Hindernisrekord

Marco Voggenreiter, **Anton Schmidmaier** und **Franziska Bichlmeier** präsentierten sich beim 34. Internationalen Läufermeeting in Pliezhausen mit national erstklassigen Resultaten in starker Form. Im „Hindernis-Mekka“ Pliezhausen sind die Hindernisrennen stets ein Höhepunkt, besetzt beim Nachwuchs und bei den Aktiven mit vielen deutschen und ausländischen Spitzenathleten. Ein gut gefülltes Schönbuchstadion und optimales Wetter schufen perfekte Bedingungen für 820 Läuferinnen und Läufer.

Nationale Hinderniselite in der U20 am Start

Der Wettbewerb über die 92 Zentimeter hohen Balken des 2.000-Meter-Hindernisrennens war in einen A- und B-Lauf gesplittet. Im A-Lauf die Männer, im B-Lauf überwiegend der U20-Nachwuchs, hochkarätig besetzt mit Marco Voggenreiter und Moritz Gutowski, 2024 Gewinner von DM-Bronze und -Silber in der U18, sowie Levin Saveur (beide LG Stadtwerke München), frisch gekürter deutscher U20-Vizemeister über 5.000, allesamt Mitglied des Nationalkaders.



Mit fulminanter Schlussrunde zum niederbayerischen Rekord

Spannend entwickelte sich das von Voggenreiter und Saveur geplante Temporennen. Beide wechselten sich in der Tempoarbeit mit Runden von 71 Sekunden ab, im Schlepptau Gutowski. Auf den letzten 500 Metern „ging die Post ab“. Voggenreiter und Saveur verschärften das Tempo. Gutowski ließ abreißen, Saveur legte auch zwischen sich und Voggenreiter einige Meter. Er siegte in 5:50,03 Minuten vor Voggenreiter (5:52,91) und Gutowski (5:55,04). Voggenreiter jubelte zum Saisonestand über ein bärenstarkes Rennen in niederbayerischer Rekordzeit, zweieinhalb Sekunden unter seiner Bestzeit vom letzten Jahr über die niedrigeren U18-Hindernisse, und Rang drei in der deutschen Bestenliste.

Haarscharf an der DLV-Kader-Norm vorbei

Ein Wermutstropfen schwang in der Freude mit. Im Gegensatz zu Levin verpasste der Fürstenzeller die Nationalkader-Norm (5:52,50) um 31 Hundertstel, umgerechnet knapp zwei Meter. Nach dem U18-Rekord riss er jetzt auch den niederbayerischen U20-Rekord an sich. Er löste den Landshuter Valentin Unterholzner ab (5:54,02). Bei der Laufnacht in Karlsruhe in zwei Wochen tritt Voggenreiter erstmals über 3.000 Meter Hindernis an, die Meisterschaftsstrecke der U20. 9:15 Minuten sind hier das Maß der Dinge für den Bundeskader. Noch einmal ein anderes Kaliber ist die Norm von 9:06 Minuten für die U20-EM im finnischen Tampere.

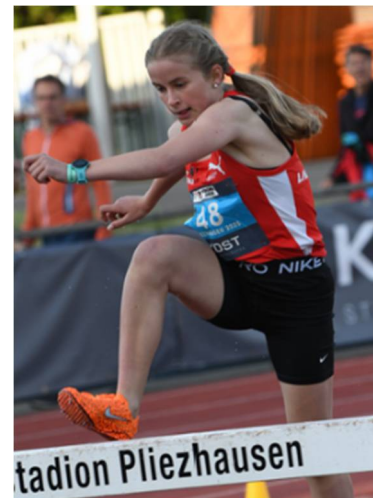


Anton Schmidmaier unterbietet DM- und Bayernkader-Norm

Für Anton Schmidmaier, Fünfter der U16-DM von 2024, ging es in Pliezhausen erstmals über die 84 Zentimeter hohen 18 Hindernisse und fünf Wassergräben der U18. Das Feld blieb in der ersten Runde eng zusammen. Vier setzten sich ab mit Tempo Richtung sechs Minuten. Schmidmaier zog als „Alleinunterhalter“ zwischen erster und zweiter Gruppe seine Runden. Einer aus der zweiten Gruppe überholte den Pfarrkirchner eingangs der letzten Runde, zog ihn in der letzten Runde mit. Als Gesamtsechster und Bester des Jahrgangs 2009 unterbot Schmidmaier in 6:16,07 Minuten klar die U18-DM- und Bayernkader-Norm (6:30,00).

Toller Hinderniseinstieg für Franziska Bichlmeier mit DM- und Bayernkader-Norm

Ähnliches gelang auch der erst 13-jährigen Franziska Bichlmeier in ihrem ersten Hindernisrennen auf Anhieb. In 5:37,36 Minuten knackte sie die W15-DM- und Bayernkader-Norm (5:40). Über die 76 Zentimeter hohen Hindernisse lief sie im 14-köpfigen U16-Feld auf Rang sieben.



21.05.2025: Karlsrufer Läufercup II

Spurtsieg für Paul Schmidmaier mit Bestzeit

Zum Schluss trennten die beiden ersten über 1.500 Meter vier Hundertstel. **Paul Schmidmaier** hatte eingangs der Zielgeraden den Turbo gezündet und in 4:26,50 Minuten Kurt Müller und Florian Herzog (beide Tomerdingen LV) auf Platz zwei und drei verdrängt. Lange hatte der Dreierzug aus Tomerdingen, nördlich von Ulm, mit Müller, Herzog und Hannes Ohmayer das Tempo bestimmt. Alle drei wie Schmidmaier U18 und bis auf Herzog (2008) Jahrgang 2009.



Wimpernschlagfinale über 1.500 Meter

Bis 1.200 Meter liefen das Feld konstant 72er-Runden. Auf den letzten 300 Metern ging es zur Sache. Schmidmaier musste einige Meter abreißen lassen. Mit einem fulminanten Spurt auf der Zielgeraden zog der Sechzehnjährige an Müller (4:26,54) und Herzog (4:26,95) noch vorbei. Vierter wurde Ohmayer (4:32,16). Schmidmaier, noch ein Greenhorn im Wettkampfsport, steigerte seine Bestzeit um 13 Sekunden. Die A-Norm für die Bayerischen U18-Meisterschaften (4:30) hakte er mit dem Karlsfelder Rennen ab.

24.05.2025: Ludwig-Jall-Sportfest im Münchner Dantestadion

Emma Plöching und Patrik Haselböck wieder mit Bestzeit im 100-Meter-Sprint

Den nächsten Schritt nach vorn machten **Emma Plöching** und **Patrik Haselböck** beim Ludwig-Jall-Sportfest in München, einem World Athletics Meeting. Mit Bestzeit gewann Plöching den 100-Meter-Sprint der U20. Patrik Haselböck war ebenfalls schneller unterwegs als je zuvor, belegte Rang fünf im 100-Meter-Finale der U16. Luft nach oben haben beide immer noch.

Bestzeit im Vorlauf und Finale für Emma Plöching

Gleich zweimal schlug Plöching mit Bestzeit zu. Im Vorlauf steigerte sich die Bayerische Hallen-Vizemeisterin gegenüber Regensburg vor eine Woche um 17 Hundertstel auf 12,39 Sekunden (+0,3). Im Finale überquerte sie bei Windstille zeitgleich mit Marie Niederhammer (Kirchheimer SC) in ausgezeichneten 12,36 Sekunden den Zielstrich. Ein Hauch von acht Tausendsteln entschied zugunsten von Plöching. Genügend Potential für schnellere Zeiten hat Plöching noch auf den ersten Metern, da sie mit den ersten beiden Schritten nicht gut aus dem Block kam, und am Ende des Rennens, bei dem ihr etwas die Schrittlänge fehlte.



Patrik Haselböck unter den Top 20 in Deutschland



Richtig gut startete Patrik Haselböck im Vorlauf. Blitzschnell kam er aus dem Startblock, sprintete ausgezeichnete 11,43 Sekunden (+0,4), blieb zwölf Hundertstel unter seiner bisherigen Bestzeit. Im Finale verschlief er den Start. In 11,52 Sekunden (-0,1) blieb ihm nur der fünfte Platz. Aber auch dort unterbot er seine alte Bestzeit. Die 11,43 Sekunden aus dem Vorlauf sichern ihm aktuell einen Platz unter den Top 20 in Deutschland. Bei seinem ersten Rennen über 200 Meter lief der Bayerische Weitsprungmeister der Vorjahres sehr geschmeidig. Nachdem er zu vorsichtig aus der Kurve kam, konnte er dennoch zwei Konkurrenten auf den letzten Metern abfangen. In

23,45 Sekunden stand er als Dritter auf dem Siegerpodest.

24.05.2025: Tschechische Mannschaftsliga in Budweis

Erneut Saisonbestleistung für René Hamberger

Die Formkurve von **René Hamberger** geht stetig nach oben. Mit 15,89 Metern stieg er in Schweinfurt in die Sommersaison ein. Beim internationalen Meeting in Domažlice flog die Kugel erstmals über die 16-Meter-Marke, grub sich bei 16,21 Metern in den Sand. Beim Neustädter Kugel-Cup packte Hamberger 16 Zentimeter drauf. Nochmal vier Zentimeter mehr waren es jetzt in Budweis in der ersten Runde der tschechischen Mannschaftsliga. Im 22 Mann starken Feld belegte Hamberger Rang drei, holte viele Punkte für seinen tschechischen Heimatverein AC Domažlice.



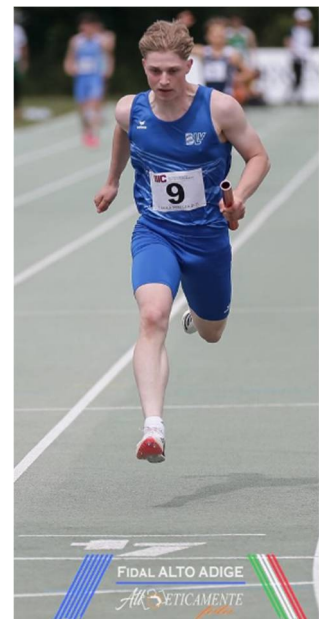
Knie verhindert größere Weiten

Im sechsten und letzten Durchgang landete die Kugel bei 16,41 Metern. Den Wettbewerb gewann Tomáš Vilímek (TJ Spartak Třebíč) mit 17,17 Metern vor Vladislav Tuláček (SC Start Karlovy Vary; 17,14 m). Stoß für Stoß hatte Hamberger sich an seine Tagesbestweite mit 14,98, 15,76, 15,89, 15,83 und 15,82 Metern herangetastet. Er konnte auch in Budweis nicht ans Limit gehen, sein Potential nicht ausreizen. Im Vordergrund steht für das Erste die medizinische Abklärung der Knieprobleme.

25.05.2025: U18-Vergleichskampf der Regionen in Brixen

Sebastian Hetzner steuert viele Punkte für das Team Bayern bei

Drei Jahre musste der LAC Passau warten. Jetzt war er beim jährlichen U18-Vergleichskampf der Regionen in Brixen wieder vertreten. Der Bayerische Leichtathletik-Verband hatte Sprint-As **Sebastian Hetzner** für das Bayernteam im Südtiroler Eisacktal nominiert. 2022 waren es mit Elina Dressel, Annika Just, David Kantzog und Maximilian Spielbauer gar vier LAC-Athleten gewesen. Zwölf Teams aus Italien, von der Emilia Romagna bis Venetien, vier aus Bayern, Baden-Württemberg, der Schweiz und Slowenien konkurrierten um den Sieg beim Brixia-Meeting für junge Nachwuchstalente unter 18 Jahren. Bei insgesamt 36 Wettbeerbren schlüpfte Hetzner zweimal für Bayern in das blaue Trikot, im 100-Meter-Sprint und in der 4x100-Meter-Staffel.



Fünfter in 10,77 Sekunden

Hetzner maß sich erstmals mit internationaler Konkurrenz und erfüllte die ihn in gesetzten Erwartungen. 13 Punkte steuerte er als Fünfter über 100 Meter bei und 14 Punkte mit der 4x100-Meter-Staffel, die er als Schlussläufer auf Rang drei führte. Mit 10,77 Sekunden war er „einigermaßen zufrieden“, immerhin seine bisher drittschnellste Zeit. Die ersten drei Plätze gingen mit Zeiten unter 10,65 Sekunden weg, der Sieg an Edwin Fermini Galvani (Venetien, 10,47). Den Start hatte er „total verpennt“ (Trainer Tobias Brilka). In der Mitte des Rennens lief es gut. Auf den letzten Metern wollte der 17-Jährige zu viel, verkrampfte etwas.

Bayernstaffel auf dem Siegerpodest

Das Staffelquartett mit Julian Rylke (LG Würm Athletik), Daniel Spiegel (LG Festina Rupertiwinkel), Florian Hiller (LG Stadtwerke München) und Hetzner war zwangsläufig zusammengewürfelt. Die Bayernstaffel versuchte ihr Glück ohne ordentliches Staffeltraining. Sicherheitswechsel waren angesagt, der Staffelstab musste in das Ziel. Hetzner sprintete auf Position vier verhalten los und führte seine Staffel in sehr guten 41,66 Sekunden hinter Latium (41,34) und der Lombardei (41,61) auf Rang drei. Zur vierten Staffel klaffte eine Lücke von einer Sekunde. Bayern, in der Vergangenheit ein Kandidat für einen Platz unter den ersten drei, musste sich in der Gesamtwertung heuer mit Rang acht begnügen.

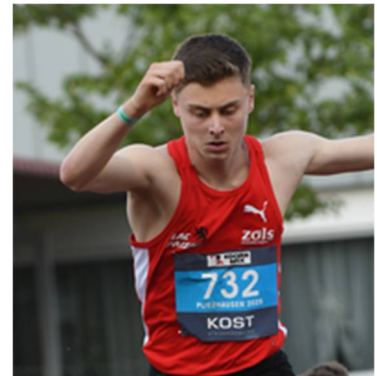
Gesamtergebnis

1. Venetien (426 Punkte) 2. Lombardei (417) 3. Baden-Württemberg (397) 4. Piemont (393) 5. Slowenien (391) 6. Toskana (381) 7. Emilia Romagna (377) 8. Bayern (377) 9. Latium (366) 10. Marche (290) 11. Friaul-Julisch Venetien (238) 12. Trentino (189) 13. Ligurien (184) 14. Südtirol (182) 15. Tessin (144) 16. Apulien (22)

31.05.2025: Lange Laufnacht in Karlsruhe

Marco Voggenreiter läuft Nationalkadernorm mit Bezirksrekord

Für **Marco Voggenreiter** hielt die Lange Laufnacht in Karlsruhe, was sie versprach. Das Carl-Kaufmann-Stadion verwandelte sich wieder in eine Hochburg des Laufsports, brachte nationale und internationale Spitzenathletinnen und -athleten und ambitionierte Nachwuchstalente auf die Bahn. In 61 Rennen mit über 1.000 Läuferinnen und Läufern aus über 30 Nationen ging es zehn Stunden Schlag auf Schlag, 800, 1.500, 5.000 und 3.000 Meter Hindernis.



Hindernisrennen im Fokus

Heuer standen die Hindernisrennen im Fokus, gerade auch beim Nachwuchs, bei der Jagd nach den Normen für die U20- und U23-Europameisterschaften. Beflügelt durch die besondere Atmosphäre, mit einem Publikum, das jeden Lauf feiert, präsentierte sich Voggenreiter in Topform über 3.000 Meter Hindernis. Er lief in seinem ersten Rennen über diese Distanz hervorragende 9:09,57 Minuten.

Nationalkadernorm für 2025/2026 für erfüllt

Im B-Lauf, gespickt mit nationalen und internationalen Nachwuchssathleten, profitierte er von einem gleichmäßigen Rundentempo von 72/73 Sekunden. Die sieben Wassergräben meisterte er souverän, an den 28 Hindernissen zeigte er sich gegenüber Pliezhausen verbessert. Dort hatte er über 2.000 Meter Hindernis die nationale Kadernorm für 2025/2026 um drei Zehntel verfehlt. In Karlsruhe unterbot er die Norm für den NK1 (9:15 min) um über fünf Sekunden, belegte im B-Lauf Rang neun.

Auf Tuchfühlung mit der U20-EM-Norm

Zu hoch hingen für den Fürstenzeller, der im Juli seinen 18. Geburtstag feiert, noch die Trauben für die U20-EM in Tampere (Finnland). 9:06,00 Minuten fordert der DLV für eine Nominierung.

Deutschland hat aktuell eine noch nie gesehene Leistungsdichte beim Hindernis-Nachwuchs. Jakob Rödel (SC DHfK Leipzig), Dritter der U18-EM 2024, legte Mitte Mai in Leipzig 8:55,01 Minuten vor. Levin Saveur (LG Stadtwerke München), Deutscher U20-Vizemeister über 5.000 Meter, gewann den B-Lauf in 8:56,57 Minuten, Zweiter wurde Karl Geburek (ASV Erfurt) in 9:01,40 Minuten. Für eine große Überraschung sorgte als Sieger des C-Laufes der bisher fast unbekannte Noah Cais (LG Wehringen). Auch er unterbot die EM-Norm (9:03,34 min). Und mit Tristan Kaufhold (SCC Hanau-Rodenbach) wagte sich ein vielfacher deutscher Jugendmeister und Rekordhalter im 10-Kilometer-Straßenlauf (29:40 min) im A-Lauf ebenfalls auf die Hindernisstrecke. Er setzte sich an die Spitze der deutschen Bestenliste mit 8:52,73 Minuten. Voggenreiter überspurtete in Karlsruhe auf der Zielgeraden Moritz Gutowski (LG Stadtwerke München, 9:11,06 min), U18-EM-Starter von 2024.

High Noon über die Hindernisse bei den Deutschen Jugend-Meisterschaften

Bereits fünf deutsche U20-Hindernisläufer haben nach der Langen Laufnacht die EM-Norm erfüllt. Zum „High Noon“ kommt es bei den Deutschen Meisterschaften Mitte Juli in Bochum Wattenscheid. Wer die EM-Norm erfüllt, sei es zuvor oder bei der DM, und bei der DM auf das Siegerpodium läuft, hat das Ticket für Tampere sicher.

Bezirksrekord von Paul Feuerer gebrochen

In Pliezhausen schlug Voggenreiter bereits über 2.000 Meter Hindernis zu. In Karlsruhe holte er sich von Paul Feuerer auch den niederbayerischen Rekord über 3.000 Meter Hindernis. Den hatte der zweifache deutsche Jugendmeister ebenfalls in Karlsruhe in 9:19,85 Minuten aufgestellt.

31.05.2025: Niederbayerische Meisterschaften Langhürden- und Staffel in Arnstorf

Theresa Reiser, Lena Koch und Anneli Dinse gewinnen 3x800-Meter-Staffel

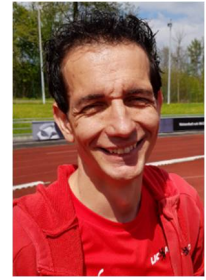


Hauchdünn fiel die Entscheidung zugunsten der U16-Staffel der StG Passau-Pfarrkirchen bei den Bezirksmeisterschaften aus. **Theresa Reiser, Lena Koch und Anneli Dinse**, alle drei vom LAC Passau, gewannen in 8:33,68 Minuten mit zwölf Hundertsteln Vorsprung vor der StG Rottal/Inn. Danach hatte es lange nicht ausgesehen. Die Jüngste im Feld, W12-Athletin Theresa Reiser lief an, übergab den Stab auf Lena Koch. 50 Meter

Lücke musste Schlussläuferin Anneli Dinse schließen. Nach der ersten Runde hatte sie zur Konkurrenz fast aufgeschlossen. Ausgangs der Schlusskurve attackierte sie, konnte sich jedoch nicht absetzen. Kopf an Kopf kämpften die beiden Staffeln bis zum Zielstrich - mit dem besseren Ende für Anneli Dinse und die StG Passau-Pfarrkirchen.

Bernhard Schneider mit klasse Zeit über 400 Meter Hürden

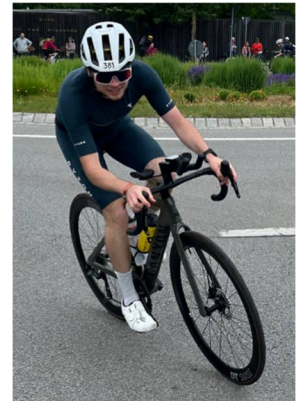
Eine klasse Zeit lieferte **Bernhard Schneider** über 400 Meter Hürden ab. Der 42-Jährige gewann in 61,89 Sekunden, blieb nur acht Zehntel über seiner Bestzeit von 2024, als er in seiner Altersklasse M40 die deutsche Vizemeisterschaft gewann.



01.06.2025: Triathlon in Ingolstadt

Überzeugendes Debut von Felix Adler auf der Mitteldistanz

Regen und Wind hatten an ihm nach 4:26:27 Stunden im Wasser, auf dem Rad und in den Laufschuhen gezehrt. Nichtsdestotrotz präsentierte sich **Felix Adler** im 500 Mann starken Feld als 75. in der Gesamtwertung und 14. seiner Altersklasse AK25 in guter Verfassung. Erfolgreich verlief sein Test auf der halben Ironman-Distanz, sein erster Mitteldistanz-Triathlon mit 1,9 Kilometer Schwimmen, 89 Kilometer Radfahren und 20 Kilometer Laufen.



Kühle, Nässe, Wind

Am Sonntagmorgen hatte der Ingolstädter Oberbürgermeister ab acht Uhr die Triathleten in mehreren Gruppen bei leichtem Regen in den Baggersee geschickt. Das Wasser war kalt, Neoprenanzüge waren erlaubt. Der „Landstart“ verursachte Staus und Turbulenzen. Auch Adler bekam ein paar Schläge ab. Nach exakt 35 Minuten stieg er aus dem Baggersee. Über zwei Runden, zwei kleine Abzweigungen und 600 Höhenmeter führte die Radstrecke. Immer wieder kämpften die Triathleten gegen heftigen Gegenwind. Nach 40 Kilometern ging das Tröpfeln in Dauerregen über. Patschnass wechselte Adler als 204. (Schnitt 34,4 km/Std) vom Rad in die Laufschuhe.



Zwischenstation erfolgreich absolviert

Im Laufen spielte der vielfache Bayerische Meister seine Stärken aus. Mit 1:13:41 Stunden rannte er in seiner Altersklasse M25 die drittschnellste Zeit (Schnitt 3:43/km), war gesamt der siebtschnellste Läufer. Die Mitteldistanz in Ingolstadt - für Adler eine erfolgreiche Zwischenstation auf dem Weg zum Ironman-Triathlon mit 3,8 Kilometern Schwimmen, 180 Kilometern Radfahren und 42,195 Kilometern Laufen.

04.06.2025: Karlsfelder Läufercup III

Paul Schmidmaier mit Bestzeit über 800 Meter

Aller guter Dinge sind drei - nicht ganz. **Paul Schmidmaier** startete auch beim dritten Rennen des Karlsfelder Läufercups. Nach zwei starken 1.500-Meter-Rennen ging es über 800 Meter. Der Siebzehnjährige peilte entsprechend seiner Trainingsform 2:07 Minuten an. Bei 400 Meter ging

er sehr zügig in 62 Sekunden durch, mit einem Durchhänger auf den nächsten 200 Metern. Dann nahm Schmidmaier wieder Fahrt auf, überspurtete zwei Konkurrenten und landete in 2:11,45 Minuten auf Rang vier. Das Rennen gewann Benito Rekitt (TSV Gräfelfing) in 2:02,49 Minuten. Im erst zweiten 800-Meter-Rennen steigerte sich Schmidmaier um sieben Sekunden, hatte sich jedoch den ganzen Tag über unwohl gefühlt.

06.06.2025: MeetIN in Ingolstadt

Kantzog, Plöchinger, Haselböck - pfeilschnell mit SB und PB

Beim MeetIN in Ingolstadt bewiesen die Sprinterinnen und Sprinter des LAC Passau erneut, dass sie zu den Schnellsten in Bayern gehören. Mit persönlicher Bestzeit oder Saisonbestzeit (PB, SB) unterboten **David Kantzog**, **Emma Plöchinger** und **Patrik Haselböck** die Normen für die Deutschen Jugend- bzw. U16-Meisterschaften deutlich.

David Kantzog weiter im Aufwind

Kantzog pirscht sich von Rennen zu Rennen an die Elf-Sekunden-Marke heran. Im A-Finale der Männer belegte der 19-Jährige in starken 11,03 Sekunden Rang vier (-0,3). Bereits im Vorlauf hatte Kantzog seine Saisonbestleistung um eine Zehntel auf 11,06 Sekunden gesteigert. Ebenfalls auf Platz vier sprintete Kantzog über 200 Meter in 22,30 Sekunden (+1,0). Hier war der U18-Europameister über 100 Meter Jakob Kemminer (LAC Quelle Fürth, 21,33) eine Klasse für sich.



Von Rennen zu Rennen schneller – Emma Plöchinger

Die 17-jährige Emma Plöchinger glänzte als Dritte im Finale der Frauen mit persönlicher Bestleistung von 12,19 Sekunden (+0,9; VL 12,33). Den Endlauf gewann Annika Just in 11,72 Sekunden vor Millicent Mensah (12,07, LAC Quelle Fürth). Just bestritt nach ihrem Wechsel vom LAC Passau zur LG Stadtwerke München und einer gravierenderen Verletzung im Winter ihren ersten Wettkampf im Münchner Trikot.

Patrik Haselböck auf Rang 13 in Deutschland

Der Schnellste im 100-Meter-Finale der U18 war der noch der U16 angehörende Haselböck. Trotz 1,3 Meter Gegenwind fegte er mit neuer PB von 11,34 Sekunden über die Bahn (VL 11,61) und auf Platz 13 der aktuellen deutschen Bestenliste. Über 200 Meter blieben für ihn die Uhren bei guten 23,59 Sekunden stehen.

Zweimal Podest für Fiona Moog

Zweimal zur Siegerehrung durfte Fiona Moog in der U18. Die 14-Jährige wurde im 100-Meter-Finale Dritte in 12,83 Sekunden (VL 12,75). Eine DM-Norm hat sie bereits über 100 Meter Hürden. Mit ihrer Vorlaufzeit unterbot sie zudem erneut die 100-Meter-Norm (12,80). Bei



5,24 Meter landete Moog in der Weitsprunggrube - Rang zwei im Weitsprung hinter Sita Nachbichler (5,49 m, TV Geisenfeld).

Weitere Ergebnisse: Elena Gust (F) 100 m 13,19 sec, 200 m 27,41 sec; Franziska Rohmann (F) 200 m 26,59 sec (SB), Laura Eisenreich (F) 800 m 2:27,17 min; Hannah Loibl (F) Weit 4,95 m; Joline Spakowski (W15) 100 m 14,08 sec (PB); Anneli Dinse (W15) 800 m 2:43,54 min (PB); Lena Koch (W14) 800 m 2:45,71 min (PB)

06.06.2025: Bayerische Hindernis-Meisterschaften in Ingolstadt

Anton Schmidmaier gewinnt seinen ersten Bayerischen Meistertitel

Ungefährdet rannte **Anton Schmidmaier** bei den Bayerischen Hindernis-Meisterschaften zu seinem ersten Bayerischen Meistertitel. Der 16-Jährige wurde seiner Favoritenrolle gerecht. Er brachte nach dem starkem Saisonauftakt in Pliezhausen mit 6:16,07 Minuten die schnellste Zeit nach Ingolstadt mit.

Souverän am Wassergraben und über die Hindernisse

Mit dem Startschuss nahm er das Heft in die Hand, bestimmte das Tempo. Richtung 6:10 Minuten sollte es gehen. Mit einer sehr flotten 69er-Runde verschoss er jedoch zu viel Pulver, büßte dies auf den weiteren Runden. Souverän überquerte er fünfmal den 3,66 Meter langen Wassergraben, überlief flüssig die 18 Hindernisse. Von seinem Bayernkader-Kollegen Taha Turan (LAC Quelle Fürth) setzte er sich in der vierten Runde ab. Nur zwei Sekunden über seiner Bestzeit siegte Schmidmaier (6:17,96 min) vor Taha (6:23,73 min).



Franziska Bichlmeier spurtet mit Bestzeit zu Bronze

Ihre dritte Bronzemedaille 2025 bei Bayerischen Meisterschaften gewann **Franziska Bichlmeier** über 1.500 Meter Hindernis. Die 13-Jährige, noch dem jüngeren Jahrgang der U16 angehörend, steigerte ihre Bestzeit von Pliezhausen um fünf Sekunden auf 5:32,87 Minuten, unterbot ein weiteres Mal die Norm für die Aufnahme in den Bayernkader. Am Wassergraben „schwächelte“ sie etwas, verlor dort einige Meter auf die Konkurrentinnen. Auf der Zielgeraden geriet die Bronzemedaille noch in Gefahr. Anna



Deuringer (LG Wehringen) lief auf Bichlmeier auf. Spurtstark distanzierte sie Deuringer um fünf Zehntel, gab ihr Edelmetall nicht mehr aus der Hand. Gold und Silber gingen an Greta Hanselmann (MTV Ingolstadt, 5:19,77 min) und Clara Groher (LG Stadtwerke München, 5:27,89 min). Die zweite Starterin des LAC Passau, die 14-jährige **Mira Koller**, erst seit Ende März Mitglied des Teams Lauf, belegte in ihrem ersten Hindernisrennen Rang neun (6:27,07 min).



07.06.2025: Zweite Runde der tschechischen Mannschaftsliga in Prag

Konstant auf hohem Niveau: René Hamberger

Das Leistungsniveau von **René Hamberger** bleibt hoch. In der zweiten Runde der tschechischen Mannschaftsliga flog die Kugel viermal über 16 Meter. Im zweiten Durchgang landete sie bei 16,40 Metern, im Anschluss stieß er nur einem Zentimeter kürzer. Damit knüpfte Hamberger an die letzten drei Wettkämpfe mit 16,21, 16,37 und 16,41 Metern an. Der Ausrutscher Richtung 17 Meter fehlte erneut. Hamberger belegte Rang zwei hinter Tomáš Vilímek (16,70 m, TJ Spartak Třebíč) und vor seinem Vereinskollegen Dominik Sládek (15,87 m, AC Domažlice). Mit seinem zweiten Platz holte er elf Punkte für die Mannschaft des AC Domažlice. Es waren wichtige Punkte. Denn in der Mannschaftswertung betrug der Abstand zwischen den Plätzen vier und sieben keine zehn Punkte. Auf den Diskuswurf musste Hamberger erneut wegen seiner Probleme mit dem Knie verzichten.



07.06.2025: U18-Gala und EYOF-Ausscheidung in Wetzlar

Sebastian Hetzner rockt die 100 Meter

Bei der U18-Gala in Wetzlar schlug **Sebastian Hetzner** den Weg zu seinem ersten internationalen Auftritt ein. Glänzend aufgelegt präsentierte er sich im 100-Meter-Finale, siegte unangefochten in exzellenten 10,58 Sekunden. Der Deutsche Leichtathletik-Verband (DLV) entscheidet, wen er dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) zur Nominierung für das Europäische Olympische Jugendfestival (EYOF) vorschlägt.



Europäisches Olympisches Jugendfestival in Skopie (Nordmazedonien)

Das EYOF findet vom 20 bis 26. Juli in Skopie (Nordmazedonien) statt. Rund 3.500 Nachwuchssportler aus 50 Ländern werden sich bei der größten europäischen Veranstaltung für Sporttalente unter 18 Jahren messen. Die Leichtathletik ist nur eine von vielen Sportarten. Die Anforderungen des DLV vor Wetzlar waren klar. Wer die Norm erfüllt, sei es vor oder in Wetzlar

(10,85 sec), und dort gewinnt, den schlägt der DLV dem DOSB zur Nominierung vor. Allerdings stehen der Leichtathletik insgesamt nur 28 Startplätze zur Verfügung. Maßgeblich ist daher im Zweifel auch die Position im europäischen Ranking.

Bereits pfeilschnell im Vorlauf

Kühle Temperaturen, mal Sonne, mal Regenschauer, mal über zwei Meter Schiebewind, mal 1,5 Meter Gegenwind – die äußeren Bedingungen waren schwierig. Eine ordentliche Portion Nervosität war bei Hetzner unverkennbar. Beide Starts, im Vorlauf und Finale, glückten „nicht so gut, bieten definitiv noch Potential zur Verbesserung“ (Trainer Tobias Brilka). Den Vorlauf gewann er souverän in 10,68 Sekunden (+2,1), nur zwei Hundertstel über seiner bisherigen Bestzeit. Die letzten zehn Meter ließ er es austrudeln. Hauptkonkurrent Tyrese Stewart (TSV Amicitia Viernheim), bis Wetzlar Jahresschnellster mit 10,65 Sekunden, siegte ebenso souverän im zweiten Vorlauf in 10,92 Sekunden (+0,2).

Souveräner Sieg im Finale mit Bestzeit

Im Finale kam es nicht zum erwarteten engen Duell zwischen Hetzner und Stewart. Bereits nach 25 Metern löste sich Hetzner von der Konkurrenz, zog Meter um Meter von ihr weg. Mit neun Hundertsteln Vorsprung bezwang Hetzner Stewart klar.

Auf Rang vier in Europa – Sebastian Hetzner auf Kurs EYOF

Als aktuelle Nummer drei in Europa kann Hetzner mit hoher Wahrscheinlichkeit mit einem Start in Skopje planen. Der Siebzehnjährige hat beste Aussichten für eine Nominierung durch den DOSB. Nur drei waren heuer in Europa bisher schneller. Der Pockinger hat in der aktuellen Verfassung eine realistische Chance auf das Finale beim EYOF, könnte vielleicht sogar bei der Vergabe der Medaillen mitmischen. Jetzt heißt es warten auf die Entscheidungen des DLV und DOSB. Geht der Traum von der Nominierung in Erfüllung, bietet sich für den jungen Athleten die einmalige Gelegenheit, erstes olympisches Feeling zu erleben. Dass er seine beiden hochkarätigen niederbayerischen U18- und U20-Rekorde in Wetzlar weiter nach unten schraubte, geriet zur Nebensache.

14.06.2025: Track Night Vienna

Marco Voggenreiter knackt die U20-EM-Norm mit Niederbayerischem Rekord

Marco Voggenreiter setzte bei der Track Night Vienna noch einen drauf. Er toppte in Wien seinen Niederbayerischen Jugendrekord von der Laufnacht in Karlsruhe um über fünf Sekunden. Das Mitglied des Nationalkaders knackte in 9:03,86 Minuten die Norm für die U20-EM in Tampere (Finnland), rangiert jetzt unter den Top 25 in



Europa. 30 Rennen fanden in Wien über 800, 5.000 und 3.000 Meter Hindernis statt, in den „Road-to-Tokio“-Läufen durchweg international besetzt bei der Hatz nach den WM-Normen.

Gewaltige Stimmungskulisse

Bei der Track Night Vienna dürfen die Fans in den Innenbereich, stehen direkt am Wassergraben und auf der Zielgeraden bis auf Bahn vier und feuern die Läufer lautstark an. Diese Stimmungskulisse trieb auch Voggenreiter bei seinem Rekordlauf an. In der ersten Runde des B-Laufes ging es turbulent zu, mehrere Läufer stürzten am Hindernis. Voggenreiter sortierte sich als Dritter in der Läuferkette ein, fiel jedoch ins Mittelfeld zurück.

Der Jüngste des international besetzten B-Laufes wird Dritter

Der 17-jährige Fürstenzeller, der noch dem jüngeren Jahrgang der U20 angehört, attackierte auf dem letzten Kilometer, sammelte Läufer um Läufer ein. Voll im Tunnel wusste er im Ziel nicht um seine Platzierung, wähnte sich auf Rang zehn. Doch der Jüngste des Feldes war bis auf Platz drei hinter dem Niederländer Tsega Kifle (8:57,73) und Schweden Albin Gezelius (9:03,31) nach vorne gelaufen. Vierter wurde der Slowake David Mazuch (9:05,76). Voggenreiter hat jetzt wie fünf andere deutsche U20-Athleten die EM-Norm über die Hindernisse. Er liegt aber aufgrund des enorm starken U20 national „nur“ auf Platz sechs, in der Männerklasse ist er Neunzehnter. Drei Hindernisläufer nominiert der DLV für die EM. Das sind die drei ersten bei der Jugend-DM, wenn sie zugleich die EM-Norm haben, gelaufen vor und bei der DM.

14./15.06.2025: Sparkassen-Gala in Regensburg

Viele DM-Normen für Passaus Sprintasse

Just und Hetzner stark in den Elite-Sprints - Walz, Plöchinger, Lange und Ketzel mit Staffelnorm für Jugend-DM

Die geballte deutsche Sprintelite versammelte sich bei der Sparkassen-Gala in Regensburg, bot Sprintkost vom Feinsten, flach und über die Hürden, von 100 bis 400 Meter. Die DLV-Staffeln der U20 und U23 testeten mit Annika Just (bis 2024 LAC Passau) und Sebastian Hetzner für die U23-EM und U20-EM. Sommerliche Temperaturen, leistungsfördernder Rückenwind durch die geänderte Sprint-Richtung und starke Konkurrenz boten optimale Bedingungen. Lucas Ansh-Pepurah (Hamburger SV) blieb in 10,00 Sekunden nur eine Hundertstel über dem deutschen Rekord. Auf der Stadionrunde machte die Jüngste in 51,66 Sekunden das Rennen, die 19-jährige Johanna Martin (1. LAV Rostock). Jean Paul Bredau (VfL Wolfsburg) sicherte sich in 45,16 Sekunden den Sieg. Über 200 Meter glänzte Sophia Junk (LG Rhein-Wied) in 22,90 Sekunden. In den Vorläufen über 100 Meter steigerte sich Lisa Mayer auf 11,10 Sekunden. Vereinskollegin Rebekka Haase (Sprintteam Wetzlar) dominierte einen anderen Vorlauf in 11,16 Sekunden.

Annika Just nahe an der Bestleistung - Sieg mit DLV-Staffel

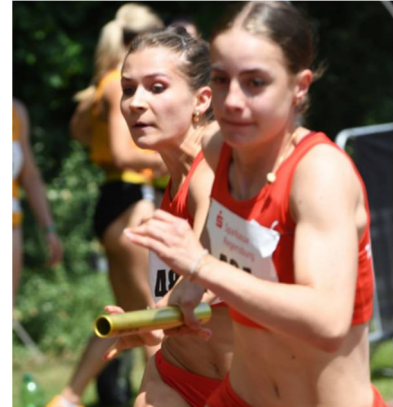
Zugleich bot Regensburg den Talenten eine Bühne in den Eliteläufen, mit am Start Bundeskader-Athletin Annika Just (U23) und Sebastian Hetzner (U18). Annika Just lief im 100-Meter-Vorlauf der Frauen in ihrem erst zweiten Wettkampf nach einer langen Verletzungspause erstklassige 11,56 Sekunden. Im B-Finale landete sie auf Rang vier in wiederum starken 11,68 Sekunden. Die deutsche U23-Staffel führte sie als Schlussläuferin zum Sieg (44,01), 21 Hundertstel vor DLV-U23 II.

Sebastian Hetzner stark im Jugend-Elitesprint - DNF mit der DLV-Staffel

Im zweiten Vorlauf des Jugend-Elitesprints belegte **Sebastian Hetzner** hinter U18-Europameister Jakob Kemminer (10,42; LAC Quelle Fürth) in 10,62 Sekunden einen hervorragenden zweiten Platz. Ab der Mitte des Rennens dosierte er das Tempo, da seine Adduktoren „etwas zumachten“. Um nichts zu riskieren, verzichtete der 17-Jährige auf den Endlauf. Zwei Stunden zuvor war Hetzner Mitglied der Nationalstaffel U20 II. DNF stand in der Ergebnisliste. Hetzner lief als Schlussläufer zu früh los, unerreichbar für seinen Staffelkollegen.

Staffel der StG Passau Pfarrkirchen unterbietet klar die DM-Norm

Hervorragend im Reigen der drei deutschen und zwei österreichischen U20- und U23-Nationalstaffeln schlug sich die Nachwuchsstaffel der StG Passau-Pfarrkirchen. **Catharina Walz, Emma Plöchinger** und **Lilo Wetzel** (LAC Passau) und Emma Lange (TuS Pfarrkirchen) waren mit 47,57 Sekunden die schnellste Vereinsstaffel, unterboten deutlich die Norm für die Jugend-DM.

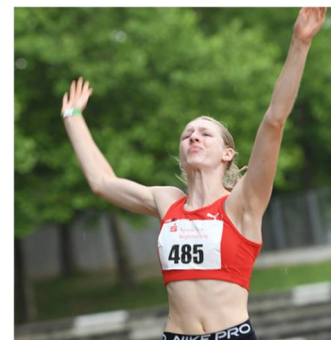


Saisonbestleistung für David Kantzog über 200 Meter

David Kantzog schrammte in 11,04 Sekunden nur um eine Hundertstel an seiner Saisonbestleistung vorbei. Über 200 Meter drückte er sie um 21 Hundertstel auf 22,01 Sekunden. Wie Kantzog unterbot Emma Plöchinger in 12,27 Sekunden die Norm für die U20-DM.

Lilo Ketzel und Anton Schmidmaier mit Bestleistung und DM-Normen

Dreispringerin **Lilo Ketzel** (U18) zeigte sich erneut stark über 100 Meter in 12,39 Sekunden (DM-Norm), sprang als Zweite des Weitsprungs mit 5,52 Metern persönliche Bestleistung. Über 1.500 Meter blieb **Anton Schmidmaier** (U18) in 4:10,08 Minuten (PB) drei Sekunden unter der DM-Norm.



Weitere Ergebnisse: Frauen: Elena Gust 100 m 12,98 sec (SB), 200 m 27,03 sec (SB); **U20:** Catharina Walz 100 m 12,65 sec (SB), Weitsprung 5,13 m; **U16:** Fiona Moog 100 m 12,81, Weitsprung 5,29 m; Franziska Bichlmeier 800 m 2:26,82 sec (PB), Lena Koch 800 m 2:50,20 sec

19.06.2025: Werfermeeting in Plzeň (Tschechien)

René Hamberger kratzt an den 17 Metern

Mit einem lachenden und einem weinenden Auge verließ René Hamberger das Leichtathletikstadion in Plzeň (Pilsen). Beim Werfer-Meeting des Škoda Plzeň, einer der besten Leichtathletik-Vereine Tschechiens, flog seine Kugel auf 16,92 Meter, weiter als je zuvor. Eine Klasse Bestweite mit einer Steigerung der bisherigen Bestleistung um elf Zentimeter.



„Bestweite“ beim Einstoßen

Die Bedingungen waren perfekt in Plzeň, bestes Wurfweather. Das Einstoßen verlief perfekt. Die Kugel landete bei etwa 17,30 Metern. Doch zäh verlief der Beginn des Wettbewerbs mit 15,86 und 15,96 Metern.

Kugel fliegt auf 16,92 Meter

Nach 16,58 Metern stellte Hamberger im vierten Durchgang mit 16,81 Metern seine bisherige Bestleistung ein. An der heiß ersehnten 17-Meter-Marke kratzte er im fünften Durchgang mit 16,92 Metern. Hinter Tomáš Vilímek (17,27 m, TJ Spartak Třebíč) belegte er Rang zwei. Für eine Weite über 17 Meter bleiben Hamberger noch ein paar Stellschrauben, an denen er drehen kann. Das Einknicken in der Hüfte und die zu starke Neigung der linken Schulterachse müsste er abstellen. Durch diese kleinen Fehler ist die Höhe des Abstoßes zu niedrig, die Kugel fliegt zu früh weg.

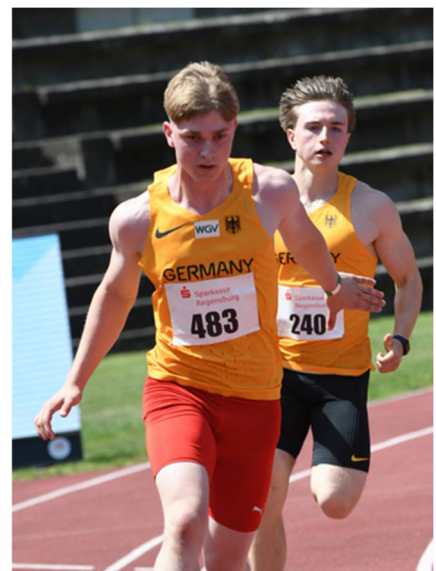
26.06.2025: Nominierung des DOSB für das European Youth Olympic Festival

Sebastian Hetzner im Aufgebot für Skopje

Sebastian Hetzner hat in Skopje seinen ersten internationalen Auftritt, streift sich dort Ende Juli das Nationaltrikot über. Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) nominierte für das European Youth Olympic Festival (EYOF) das deutsche Team. Hetzner gehört zu den 28 Leichtathletik-Talenten, die der DOSB nach Skopje schickt.

Über 3.000 Nachwuchssportler beim größten Multisport-Event

Die nordmazedonische Stadt richtet die 18. Auflage des EYOF aus. Vom 20. bis 26. Juli messen sich über 3.000 Nachwuchssportler der Jahrgänge 2008 und 2009 aus 50 europäischen Ländern. Sie können dort internationale Wettkampfluft schnuppern, im Umfeld anderer Sportarten einen Blick über den Tellerrand werfen.



Schnellster U18-Sprinter über 100 Meter in Deutschland

Anfang Juni legte Hetzner in Wetzlar den Grundstein für seine Nominierung. Beim finalen Wettbewerb für das EYOF siegte er im 100-Meter-Sprint mit Bestzeit in hochklassigen 10,58 Sekunden. Im Anschluss schlug ihn der DLV für die Nominierung vor.

Chance auf den Einzug in das Finale

In der aktuellen europäischen Bestenliste liegt der 17-Jährige auf Rang sieben. Ein Einzug in das 100-Meter-Finale liegt im Bereich des Möglichen. Hundertstel werden darüber entscheiden. In der europäischen Bestenliste ist die Konkurrenz vor und hinter Hetzner nur um ein, zwei Hundertstel von ihm getrennt. Vor dem EYOF stehen für ihn in zwei Wochen die Deutschen U18-Meisterschaften an. In Bochum-Wattenscheid geht Hetzner als einer der Favoriten auf Gold über 100 Meter an den Start.

27.06.2025: Läufermeeting in Neustadt an der Waldnaab

Bestzeit für Anneli Dinse

Perfekte äußere Bedingungen bot das Neustädter Läufermeeting im windgeschützt oberhalb der Stadt im Wald liegend Stadion. Auch für Langstrecken waren die Temperaturen optimal. Aufgrund der anstehenden Deutschen U16- und Jugend-Meisterschaften waren die Startfelder dieses Mal dünn besetzt. **Anneli Dinse** (W15) steigerte sich über 800



Meter deutlich um vier Sekunden auf 2:39,64 Minuten. Nicht ihren besten Tag erwischten **Lena Koch** und **Mira Koller** (beide W14) über 3.000 Meter. Mit 12:34,19 und 13:37,12 Minuten blieben sie deutlich über ihren Bestzeiten. Sie hatten das Pech, aufgrund der wenigen Starterinnen ihr Rennen im Alleingang bestreiten zu müssen.

29.06.2025: Oberbayerische Meisterschaften in Vaterstetten

Schnell, schneller, Hetzner

Hochsommerliche Temperaturen machten den Sprintern und Springern in Vaterstetten schnelle Beine. Sie präsentierten sich in bestechender Form vor den Deutschen U16- und Deutschen Jugend-Meisterschaften. Außer Konkurrenz starteten sie bei fast durchgehend Windstille bei den Oberbayerischen Meisterschaften.

Bei Windstille 10,52 Sekunden

Sebastian Hetzner brannte erneut eine 100-Meter-Bestzeit auf den Tartan. Überrascht vom schnellen Startschuss schraubte er diese trotzdem um sechs Hundertstel auf 10,52 Sekunden. Deutschlands schnellster U18-Sprinter liegt vor dem European Olympic Youth Festival auf Rang fünf in Europa. Und im Gegensatz zur der vor ihm platzierten europäischen Konkurrenz erzielte er seine 10,52 Sekunden bei Windstille, nicht mit kräftigem Rückenwind. Nach ausgiebigem „Braten in der Sonne“ rannte Hetzner zwei Stunden später aus Trainingsgründen in einem Einlagelauf noch 10,69 Sekunden. Die U18- und U20-Bezirksrekorde verbesserte er heuer bereits zum dritten Mal.

Lilo Ketzel fliegt erstmals über zwölf Meter

Lilo Ketzel setzte im Dreisprung um, was sie schon länger in den Beinen hat. Das kurz vor knapp. Am Sonntag lief die Meldefrist für die Jugend-DM ab. Ketzel fehlte noch die Norm (11,65 m). Mit Hop, Step und Jump landete sie bei 12,02 Metern. Die Siebzehnjährige flog nicht nur erstmals über zwölf Meter. Sie bot auch eine stabile Serie mit Sprüngen um die 11,70 Meter. Vor der DM gehört die Bayernkader-Athletin zu den Top Sieben der deutschen U18-Dreispringerinnen.

Schneller denn je Emma Plöching

Schneller denn je zeigte sich im 100-Meter-Sprint **Emma Plöching** (U20). Die Bayerische Hallen-Vizemeisterin steigerte sich auf 12,17 und im Einlagelauf auf erstklassige 12,12 Sekunden. Die Vilshofnerin kam deutlich besser aus dem Startblock als bei vorherigen Rennen.

David Kantzog mit Muskelfaserriss

Ohne guten Start musste sich **David Kantzog** (U20) mit 11,05 Sekunden begnügen. Etwas „platt“ im Einlagelauf blieben die Uhren bei 11,26 Sekunden stehen. Nach einem tollen 200-Meter-Start und klasse Kurvenlauf musste er das Rennen wegen eines Muskelfaserrisses beenden. Sehr bitter für Kantzog: Das Aus für die Jugend-DM, für die er mit einem Start über 100 und 200 Meter geplant hatte.

Catharina Walz auf hohem Niveau im Sprint und Sprung

Mit 12,60 und 12,68 Sekunden zeigte sich **Catharina Walz** (U20) gut vorbereitet für die 4x100-Staffel bei der Jugend-DM. Die 17-Jährige schrammte nur um zwei Hundertstel an ihrer Bestzeit vorbei. Trotz einiger technischer Mängel zeigte sie im Weitsprung eine gute Serie. Mit 5,35 Metern blieb sie zehn Zentimeter unter ihrer Bestweite. Der Ausreißer nach oben fehlte.

Patrik Haselböck mit Top-Zeit im Langsprint

Im Langsprint glänzte **Patrik Haselböck** (M15). Über 300 Meter stürmte er ohne ernsthafte Konkurrenz zu starken 36,94 Sekunden. Der 15-Jährige aus Hofkirchen hat noch Luft nach oben. Er rangiert mit der neuen Bestzeit auf Rang zwölf der deutschen Bestenliste. Bei der U16-DM in Ulm stellt er sich der nationalen Konkurrenz über 100 und 300 Meter.

Fiona Moog über die Hürden auf Kurs Ulm

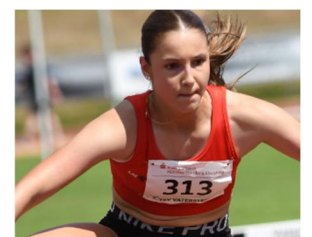
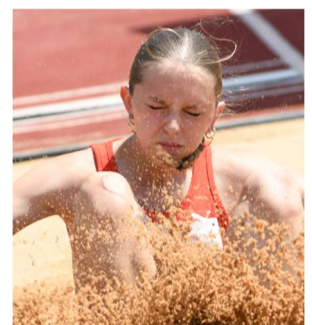
Dort startet **Fiona Moog** über 80 Meter Hürden und 100 Meter. Sie überzeugte über die Hürden in sehr guten 12,04 Sekunden, ihrer zweitbesten Zeit. Im Weitsprung kam sie mit dem Anlauf nicht klar, blieb mit 4,93 Metern fast einem halben Meter unter ihrer Bestmarke.

Bestzeiten für Laura Pap-Orsag über 100 Meter und 100 Meter Hürden

Zwei neue Bestleistungen verbuchte **Laura Pap-Orsag** (W14). Die Pfarrkirchnerin schraubte ihre PB im Hürdensprint um 14 Hundertstel auf 12,95 und über 100 Meter um gleich 33 Hundertstel auf 12,99 Sekunden. Im Weitsprung landete sie erst nach fünf Metern; mit 5,06 Metern fehlte nur ein Zentimeter zur Hallenbestleistung.

Hürden- und Weitsprung-Bestmarken für Joline Spakowski

Ebenfalls über zwei neue Bestmarken freute sich **Joline Spakowski** (W15). Mit 13,18 Sekunden verbesserte sie sich über 80 Meter Hürden deutlich um 26 Hundertstel. Im Weitsprung sprang sie mit 4,58 Metern einen Viertel Meter weiter als bisher.



29.06.2025: Bärenlauf in Grafenau

Anneli Dinse auf dem Siegerpodium

Bei hochsommerlichen Temperaturen fiel am Kurparkpavillon in Grafenau der Startschuss zum zweiten Bärenlauf. Auf das Siegerpodium lief **Anneli Dinse** über 2,6 Kilometer. Trotz der Hitze gewann sie in flotten 9:39 Minuten Bronze in der U16.



5./6.07.2025: Bayerische Meisterschaften der Masters in Regensburg und Wiesau

Edelmetall für René Hamberger und Bernhard Schneider

An zwei verschiedene Wettkampfstätten reisten die Masters zu ihren Bayerischen Meisterschaften. Am Samstag standen in Regensburg Sprint, Lauf und Sprung, am Sonntag in Wiesau Lauf und Wurf auf dem Programm.

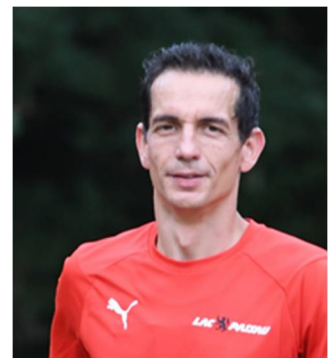
Seriensieger im Kugelstoß

Zum vierten Mal in Folge gewann René Hamberger den Titel des Bayerischen Meister in der M30. Nach Trainingspause und nächtlicher Rückkehr aus dem Urlaub rief die körperliche Verfassung am gleichen Tag nicht nach Höchstleistung. Nach drei Stößen um fünfzehneinhalb Meter rutschte Hamberger im letzten Versuch noch ein 16-Meter-Stoß raus. Mit 16,08 Metern distanzierte er den Zweiten um dreieinhalb Meter.



Zweimal Silber für Bernhard Schneider

Vor drei Jahren war **Bernhard Schneider** (M40) letztmals 200 und 800 Meter gelaufen. Über die Mittelstrecke gewann er in Regensburg Silber in 2:10,59 Minuten. Taktisch nicht optimal attackierte er in der letzten Kurve, musste dadurch rund drei Meter mehr laufen als der spätere Sieger. Auf der Zielgeraden gingen Schneider die Körner aus. Ebenfalls den Vizetitel gewann er eineinhalb Stunden später über 200 Meter in 26,37 Sekunden. Deutlich zu langsam löste er sich aus dem Startblock, kam erst nach 50 Meter ins Sprinten. Hier war die Sache klar. Der Sieger war eine Klasse für sich mit knapp zwei Sekunden Vorsprung. Unter dem Strich eine erfolgreiche Meisterschaft für Schneider. Zweimal realisierte er sein Hauptziel, die Norm für die Masters-DM abzuhaken.



Sieben Mastertitel für Elisa Schöne

Sieben Starts, siebenmal Bayerische Meisterin in der W30. Elisa Schöne war die erfolgreichste Athletin der Meisterschaften. Sie gewann die 100, 200, 400, 800 und 1500 Meter sowie den Weitsprung und Kugelstoß. Beeindruckend ihre 26,60 und 58,44 Sekunden über 200 und 400 Meter. Schöne trainiert seit zwei Monaten zweimal in der Woche mit dem Team Lauf des LAC Passau, ist ihm bereits beigetreten. Die Senioren-Weltmeisterin über 800 Meter startet aktuell noch für die LG Wolfstein. Sie wird sich ab 2025 das Trikot des LAC Passau überstreifen.

5./6.07.2025: Deutsche U16/23-Meisterschaften in Ulm

Fiona Moog und Patrik Haselböck erstmals auf der nationalen Bühne

Fiona Moog und Patrik Haselböck gehören zu den U16-Talenten, die im Ulm erstmals DM-Luft schnupperten. Sie allein vertraten Niederbayern im Donaustadion bei der U16-DM. Haselböck feierte seinen bisher größten sportlichen Erfolg als Siebter im 300-Meter-Finale.

Mit Bestzeit in das Finale

Der 15-Jährige präsentierte im Vorlauf und Finale zwei fast identische Läufe bei einer Hundertstel Differenz. Im Vorlauf steigerte er seinen Hausrekord um drei Zehntel auf 36,63 Sekunden, blieb nur drei Zehntel über dem niederbayerischen Rekord. Bei vier Vorläufen mit 31 Teilnehmern zogen die Sieger und weitere vier Zeitschnellste in das Finale ein. Auf der Außenbahn laufend wurde Haselböck Dritter seines Vorlaufs. Auf den letzten zwanzig Metern flog er an einem Konkurrenten vorbei, lief auf den Zweiten Finley Stricker (LG Rhein-Wied) auf. Mit dem bloßen Auge nicht zu erkennen, nur drei Tausendstel trennten sie. Als Achter und Letzter qualifizierte sich Haselböck für das Finale.



Patrik Haselböck Siebter über 300 Meter

Im Gegensatz zum Vorlauf hatte er im Finale auf Bahn zwei fast alle Konkurrenten vor sich, nur Stricker auf Bahn eins hinter sich. Erneuert zimmerte der Bayernkader-Athlet, der bis 2024 für die TG Vilshofen startete, in 36,64 Sekunden eine glänzende Zeit auf den Tartan. Stricker distanzierte er um 22 Hundertstel. Das war das Optimum für Haselböck an diesem Tag.

Windlotterie über 100 Meter

Am Tag zuvor schrammte er mit etwas Pech am 100-Meter-Finale vorbei. Mit einer Bestzeit von 11,34 Sekunden war er angereist. Nach fünf Vorläufen qualifizierten sich fünf Sieger und drei weitere Zeitschnellste für das Finale. Bei 11,39 Sekunden mit 2,5 m/s Gegenwind blieb für Haselböck die Uhr stehen. In einem anderen Vorlauf liefen die ersten Fünf persönliche Bestzeit mit 2,0 m/s Rückenwind. Vier zogen in das A- und B-Finale ein. Bei dieser Windlotterie war Haselböck der klare Verlierer. Als Gesamtzwölfter hatte er sich für das B-Finale qualifiziert. Zugunsten des noch anstehenden Vorlaufs über 300 Meter verzichtete er auf das B-Finale - die absolut richtige Entscheidung.

Fiona Moog Zwölfte im Hürdensprint

Fiona Moog zeigte ihr Talent auf der DM-Bühne in ihrer Paradedisziplin, dem Hürdenlauf. Sie hatte in den Vorläufen den mit dem deutlich größten Gegenwind erwischt (-1,2). In 12,05 Sekunden fehlten ihr nur elf Hundertstel zur Bestzeit. Für das Finale waren starke 11,77 Sekunden erforderlich. Im Gesamtranking lag die 14-Jährige nach den Vorläufen auf dem zwölften Platz.

Mit kaputten Schlaufen im 100-Meter-Vorlauf

Den 100-Meter-Vorlauf bestritt Moog leicht gehandicapt. An einem Spike waren Schlaufen ausgerissen. Sie konnte diese nicht richtig befestigen. 12,74 Sekunden leuchteten im Ziel auf (gesamt 25). Moogs Bestzeit steht bei 12,58 Sekunden. 12,61 Sekunden waren für das B-Finale gefordert.

Annika Just und Maximilian Spielbauer auf Rang acht

Ex-LAC-Athletin Annika Just (LG Stadtwerke München) qualifizierte sich bei der zeitgleich stattfindenden U23 -DM in sehr guten 11,65 Sekunden für das A-Finale. Vier Tage Trainingspause vor der DM aufgrund einer Magen-Darm-Grippe beförderten sie im Finale in 11,75 Sekunden auf Rang acht. Ebenfalls Achter wurde Ex-LAC-Athlet Maximilian Spielbauer (Dresdner SC) über 3.000 Meer Hindernis mit Bestzeit von 9:31,95 Minuten.

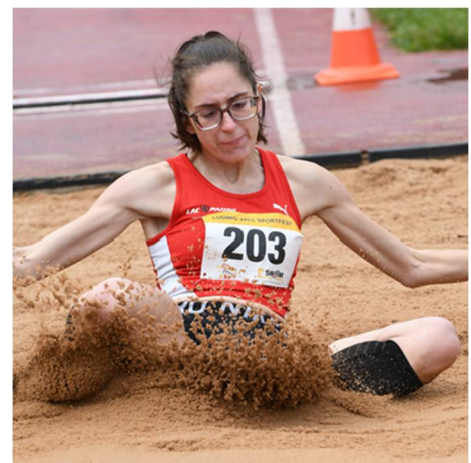
06.07.2025: Mehrkampfmeeting in Bad Kötzting

Klasse Vierkampf von Theresa Reiser

Mit drei persönlichen Bestleistungen (PB) erzielte **Theresa Reiser** (W12) exzellente 1.762 Punkte als Siegerin des Vierkampfs. Die meisten Punkte sammelte sie mit 4,42 Metern im Weitsprung und 1,46 Metern im Hochsprung. Eine weitere PB sprintete sie mit 10,75 Sekunden über 75 Meter. Ihr Schlagball schlug bei 25 Meter auf. Dritte wurde Lilly Straub (W12) im Dreikampf mit 1.130 Punkten. Mit 28 Metern warf sie eine PB (75 m 11,27 sec, Weit 3,36 m). Cosima Al-Khatib (W13) platzierte sich mit 1.560 Punkten im Vierkampf auf Rang acht (75 m 11,34 sec, Weit 3,75 m, Ball 31,50 m, Hoch 1,26 m PB). Siebte wurde Anastasia Groh (W11) im Dreikampf mit 1.103 Punkten (50 m 8,01, Weit 3,86 m, Ball 21 m).

Hannah Loibl Zweite im Dreikampf

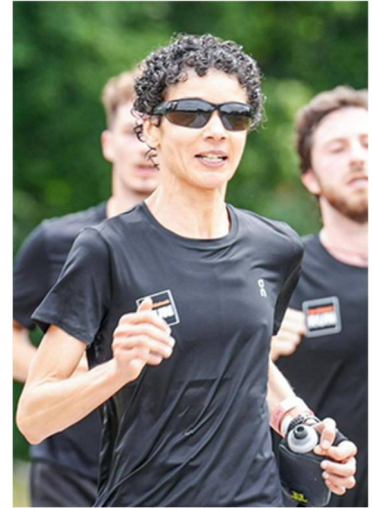
Mit 100 Metern in 13,54 Sekunden und dem Weitsprung mit 5,11 Metern gewann **Hannah Loibl** klar zwei Disziplinen des Dreikampfs. Den Sieg gab sie im Kugelstoß aus der Hand, verlor mit der Vier-Kilo-Kugel gleich 179 Punkte auf die Siegerin Julia Niedermeier (TV Burglengenfeld; 1.660 Punkte). Mit 1.555 Punkten rettete Loibl einen minimalen Vorsprung vor Nina Birk (TV Burglengenfeld; 1.548 Punkte).



07.07.2025: SportScheck RUN in München

Katrina Jordan Dritte über zehn Kilometer

Seit 1979 ist der SportScheck RUN ein fester Bestandteil der Münchner Laufkultur. Mit Start und Ziel am Odeonsplatz bot er einigen tausend Läufern wieder ein eindrucksvolles Erlebnis über fünf oder zehn Kilometer oder im Halbmarathon. Die Strecken führten durch den Englischen Garten, vorbei am Monopteros und Chinesischem Turm. Bei ihrem ersten Start für den LAC Passau belegte Katrina Jordan (W40) über zehn Kilometer in 44:54 Minuten Rang drei in ihrer Altersklasse. Gesamt wurde sie unter 101 Starterinnen 49. Ihre Bestzeit schraubte sie um knapp drei Minuten nach unten.



10.07.2025: „Kinder Joy of Moving“

Die Vielfalt der Kinderleichtathletik erleben



„Planentenspringen“ mit dem Stab, Zielwerfen, Puzzlestaffeln, Hindernisrennen und „Superkräfte“ entwickeln - damit begeisterte das Trainerteam unserer Kindergruppe der Sechs- bis Neunjährigen am 10. Juli 2025 im Dreiflüssestadion.

Ausgestattet mit der Aktionsbox des Deutschen Leichtathletikverbands probierte sich unser LAC-Nachwuchs an



den verschiedensten Stationen aus und zeigte große Freude an den Aufgaben und Bewegungen, arbeitete in Teams zusammen und übte grundlegende Fähigkeiten wie Laufen, Springen und Werfen.

Zum Abschluss gab es für alle Kinder ein Eis zur Belohnung und ein tolles Buffet zur Stärkung! Ein riesiges Dankeschön an **Christoph Lehner** und sein Trainerteam und an

die Eltern, die mit ihren mitgebrachten Speisen dieses leckere Buffet möglich gemacht haben 😊



12.07.2025: Niederbayerische Meisterschaften im Lauf und Wurf in Deggendorf

Sieg mit 16-Meter-Stoß

Auf der Jagd nach der DM-Norm für Dresden waren die Erwartungen bei **René Hamberger** hoch - aber auch der Druck (B-Norm 17,00 Meter). Ohne Konkurrenzdruck war das Unterfangen bei einer „Niederbayerischen“ mehr als schwierig. Hambergers Saisonbestleistung liegt bei 16,92 Metern. Seine Kugel landete beim weitesten Stoß bei 16,13 Metern. Zwei weitere Stöße streiften die 16-Meter-Marke.



David Wührer stark in seinem ersten Rennen

Frisch zu den Läufern ist **David Wührer** (U18) gestoßen. Die fünf Jahre zuvor war er im Leistungssport als Turner unterwegs. In Deggendorf bestritt der 16-Jährige seinen ersten Wettkampf für den LAC Passau. Er gewann Silber über 800 Meter in prima 2:11,76 Minuten. Schnellster über 1.500 Meter in der U18 war nach einer dreiwöchigen Verletzungspause Paul Schmidmaier in 4:46,18 Minuten.

13.07.2025: Schülersportfest in Zorneding

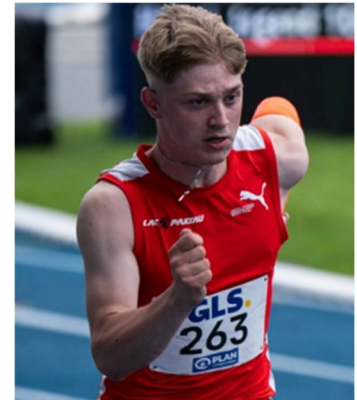
Vierkampf für Aura Ganczer, Valentina Pratelli, Sophia Leidl und Lilly Straub

Große Teilnehmerfelder prägten das Schülersportfest mit Mehrkampfwertung in Zorneding. **Aura Ganczer** (W15) sammelte im Vierkampf 1.746 Punkte, belegte Rang sechs. Sie freute sich über ihre Bestleistung im Weitsprung mit 4,68 Metern. Ihre weiteren Leistungen: 100 Meter 14,14 Sekunden, Kugelstoß 7,13 Meter und Hochsprung 1,36 Meter. **Valentina Pratelli** (W13) heimste mit ihrem siebten Platz 1.633 Punkte ein. Ihr Schlagball flog mit 25 Metern auf eine neue PB. Ihre weiteren Leistungen: 75 Meter 10,68 Sekunden, Weitsprung 3,99 Meter, Hochsprung 1,28 Meter. 15. wurde **Sophia Leidl** (W13) im Vierkampf mit 1.474 Punkten. Sie verbuchte drei PB im Weitsprung mit 4,17 Metern, im Ballwurf mit 25 Metern und im Vierkampf. Hoch sprang sie 1,16 Meter, sprintete 11,46 Sekunden über 75 Meter. Als Sechste in der W12 hatte **Lilly Straub** 1.474 Punkte auf dem Konto. Der Ball schleuderte sie mit 25 Metern zu einer PB. Die weiteren Leistungen: Weitsprung 3,43 Meter, 75 Meter 11,38 Sekunden, Hochsprung 1,28 Meter.

11.-13.07.2025: Deutsche Jugendmeisterschaften in Bochum-Wattenscheid

Edelmetall für Sebastian Hetzner und Lilo Ketzler – Marco Voggenreiter Fünfter

Sebastian Hetzner hielt dem Erwartungsdruck bei der Jugend-DM in Bochum-Wattenscheid stand. Im Lohrheidestadion, frisch renoviert für die kommende Universiade, kürte er sich im 100-Meter-Sprint zum Deutschen U18-Meister. Unerwartet gewann Dreispringerin **Lilo Ketzler** Bronze. Hindernis-As Marco Voggenreiter rannte auf Rang fünf, Anton Schmidmaier auf Rang neun. Im Bronze-Flow verpasste Ketzler nur um eine Hundertstel das 200-Meter-Finale. Emma Plöchinger streifte die Zwölf-Sekunden-Marke. Die 4x100-Meter-Staffel der StG Passau-Pfarrkirchen belegte Platz zehn.



Vorlauf auf des Messers Schneide

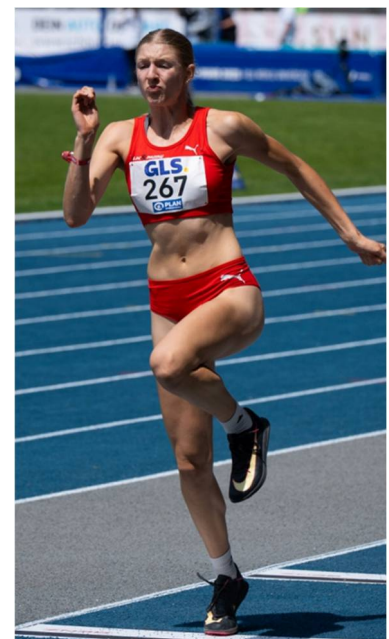
Um ein Haar hätte „Projekt Gold“ bereits nach dem Vorlauf geendet. Hetzner legte sich nach dem Startschuss fast auf die blaue Bahn. Sein Startblock war weggerutscht. Zuvor hatte Hetzner dessen Position verändert, ihn jedoch nicht mehr festgetreten. Reaktionsschnell fing er sich, fand sich jedoch nach zehn Metern auf dem letzten Platz wieder. Der Jahresschnellste der U18 und Aspirant auf Gold musste „ordentlich arbeiten“, um seinen Vorlauf in 10,98 Sekunden zu gewinnen.

Sebastian Hetzner stürmt zu Gold

Der 17-Jährige dominierte sein Halbfinale in 10,80 Sekunden mit der schnellsten Zeit der Konkurrenz. Im Finale katapultierte sich Hetzner blitzschnell aus den Blöcken, hielt nach 50 Metern seinen schärfsten Konkurrenten Tyrese Stewart (TSV Amicitia Viernheim) drei, vier Meter auf Distanz. Stewart verkürzte den Abstand noch leicht. Den souveränen Sieg Hetznerns in 10,56 Sekunden konnte er nicht gefährden. Stewart gewann Silber in 10,61, Julian Rylke (LG Würm Athletik) Bronze in 10,81 Sekunden.

Lilo Ketzler fliegt im letzten Versuch zu Bronze

Für einen überraschenden Glanzpunkt in der Sprunggrube sorgte Dreispringerin **Lilo Ketzler** aus Atting bei Straubing. Angereist mit der siebtbesten Weite der U18-Konkurrenz, jubelte sie über Bronze. In ihrem sechsten und letzten Versuch flog sie mit Hop, Step und Jump auf das Siegerpodium. Hoch konzentriert und fokussiert ging sie zu Werke, sprang bereits im ersten Durchgang um die zwölf Meter, übertrat nur minimal. Der nächste Satz passte. 11,99 Meter und gleich im Anschluss exakt zwölf Meter. Vor dem letzten Durchgang lag Ketzler auf Rang sechs, nur wenige Zentimeter von Bronze entfernt. Jetzt galt volles Risiko, hopp oder top. Mit 12,08 Metern steigerte sie ihre Bestmarke um sechs Zentimeter, aus der Ferne gecoacht von ihrem Trainer Roland Fleischmann.



Fernchoaching durch Roland Fleischmann

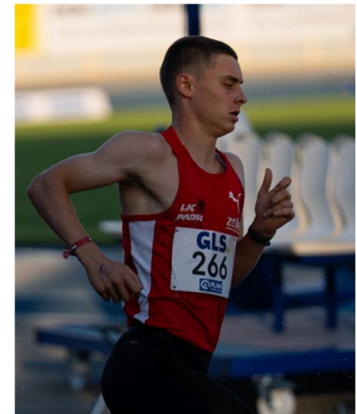
Sprinttrainer Tobias Brilka nahm die Sprünge auf und versandte die Videoclips. Kurze Analyse, postwendend kamen aus Passau die Instruktionen. Zum Schluss trennten die Dritte und die Sechste nur drei Zentimeter. Gold gewann die Berlinerin Carlotta Löwenthal mit 12,79, Silber die Fürtherin Emmanuela Mensah mit 12,39 Metern.

Haarscharf am 200-Meter-Finale vorbei

Am Sonntag gelang Ketzl fast eine weitere kleine Sensation. Im 200-Meter-Vorlauf zeigte sie in 24,87 Sekunden (-1,1) ein exzellentes Rennen, steigerte sich um über eine halbe Sekunde. Die Siebzehnjährige war die Siebtbeste nach sechs Vorläufen. In das Finale zogen jedoch nur die sechs Siegerinnen und weitere zwei Zeitschnellste ein. Ketzl war „nur“ Dritte der weiteren Zeitschnellsten. Eine Hundertstel fehlte ihr zum Einzug in das 200-Meter-Finale.

Marco Voggenreiter Fünfter über die Hindernisse

Drei Plätze für die U20-EM in Tampere (Finnland), sechs Athleten mit erfüllter Norm (9:06 min), 20 Starter, darunter **Marco Voggenreiter** – das war die Ausgangssituation vor dem 3.000-Meter-Hindernisrennen. Nach einem ruhigen ersten Tausender nahm das Feld Fahrt auf. Als die Glocke zur letzten Runde läutete, lagen die Sechs mit EM-Norm dicht beieinander an der Spitze. Laufend wechselten die Positionen, die Führenden ritten eine Attacke nach der anderen. Voggenreiter musste eine kleine Lücke reißen lassen.



EM-Nominierung knapp verpasst

Bei der wilden Hatz nach den EM-Plätzen stürzte Noah Cais (LG Wehringen) am letzten Wassergraben, der Jahresschnellste Tristan Kaufhold (SC Hanau-Rodenbach) strauchelte am letzten Hindernis. Der Leipziger Jakob Rödel, der Erfurter Karl Geburek und der Münchner Levin Saveur sicherten sich die EM-Plätze. Voggenreiter wurde in seinem ersten U20-Jahr hervorragender Fünfter in 9:11,12 Minuten. Für die EM-Nominierung fehlten dem Fürstenzeller Mitglied des Nationalkaders am Vorabend seines 18. Geburtstages vier Sekunden.

Anton Schmidmaier mit Bestzeit auf Rang neun

Knapp die Siegerehrung verpasste **Anton Schmidmaier**. Der Bayerische U18-Meister über 2.000 Meter Hindernis setzte sich im A-Lauf der insgesamt 32-Starter mutig in Szene. Nach fünf Wassergräben und 18 Hindernissen landete er auf Rang neun, steigerte seine Bestzeit um über acht Sekunden auf glänzende 6:07,31 Minuten. 14 Hundertstel trennten den 16-jährigen Pfarrkirchner von Rang acht.



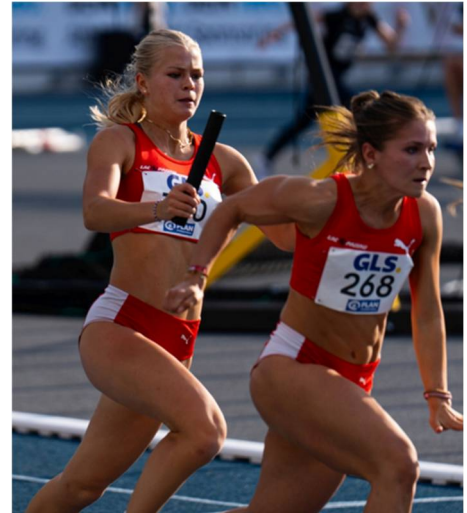
Emma Plöching mit Bestzeit im 100-Meter-Sprint

Sie kratzte an der Zwölf-Sekunden-Marke - Sprint-As **Emma Plöching**. 12,03 Sekunden leuchteten im sechsten Vorlauf nach einem perfekten Start und einer erstklassigen Pick-up-Beschleunigung auf, zehn Hundertstel schneller als je zuvor. Das war das große „Q“ für das

Halbfinale in der U20. Dort absolvierte die Vilshofenerin gleichfalls sehr gute erste 50 Meter. Ab da geriet ihre Lauftechnik zu unruhig, die 17-Jährige kämpfte zu verbissen. 12,17 Sekunden waren trotzdem ihre bisher drittbeste Zeit. 12,02 Sekunden waren für das Finale gefordert.

4x100-Meter-Staffel auf Rang zehn

Die Hoffnungen der StG Passau-Pfarrkirchen auf einen Platz unter den Top-Acht der U20-Staffeln waren berechtigt, erfüllten sich aber am Freitag nicht. Zwei Wechsel funktionierten nicht optimal. Im Gegensatz zu acht anderen Staffeln der besten Zehn sprintete das Staffelquartett zu keiner Bestzeit. Startläuferin Catherina Walz aus Aiterhofen lief auf Plöchinger leicht auf. Diese griff ins Leere, musste nachfassen. Nach einer starken Gerade wechselte Plöchinger mit Kurvenläuferin Emma Lange optimal den Stab. In hohem Tempo sprintete die Pfarrkirchnerin auf Ketzl zu. Diese nahm ohne Not leicht das Tempo raus, drehte den Kopf nach hinten. 47,69 Sekunden bedeuteten in der Endabrechnung Platz zehn.



19./20.07.2025: Bayerische Meisterschaften der Frauen, Männer und Jugend in Hösbach

Sechsmal Edelmetall für die LAC-Athletinnen und -Athleten

Nur sechs Athletinnen und Athleten des LAC Passau gingen im unterfränkischen Hösbach an den Start. Sechsmal Edelmetall bei den Bayerischen Meisterschaften der Frauen, Männer und Jugend war daher eine optimale Ausbeute.

Staffelgold für Walz, Plöchinger, Lange und Ketzl

Das einzige Gold gewann die 4x100-Meter-Staffel der StG Passau-Pfarrkirchen mit **Catharina Walz**, **Emma Plöchinger**, Emma Lange und **Lilo Ketzl** vor der LAC Quelle Fürth. Ein Wimpernschlag von fünf Hundertsteln trennte die StG (47,91 sec) und die Fürtherinnen. Alle vier Staffelläuferinnen glänzten läuferisch. Walz auf Plöchinger



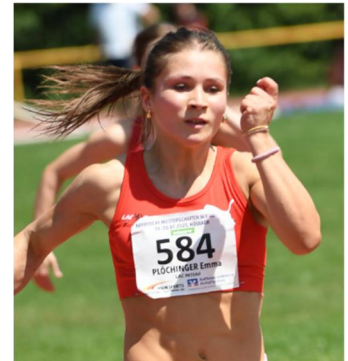
und Plöchinger auf Lange wechselten tadellos und flüssig. Nur beim letzten Wechsel haperte es, machte es Ketzl nochmal spannend. Sie lief zu früh los, musste stark abbremser. Den Rückstand von einem Meter auf die Fürtherinnen kompensierte sie mit einer starken Zielgerade.

Kugel-Silber für René Hamberger

René Hamberger wuchtete seine 7,26-Kilo-Kugel mit dem zweiten Stoß zum Vizetitel bei den Männern auf 16,41 Meter hinter dem Münchner Georg Harpf (18,74), Bronzegewinner bei der U20-WM 2024.

Emma Plöching haarscharf an Gold vorbei

Staffelgold war für **Plöching** (U20) bereits das zweite Edelmetall. Im 100-Meter-Finale zuvor entglitt ihr Gold in 12,16 Sekunden auf den letzten Metern. Sie löste sich sehr gut aus dem Startblock, lag bis 85 Meter vorne. Als Amelie Meier (SV Germering) neben ihr auftauchte, verlor sie etwas die Lockerheit. Nur drei Hundertstel trennten die beiden im Ziel.



Fast Bestzeit trotz heftigem Gegenwinds

Catharina Walz (U20) glänzte mit 12,61 Sekunden im Vorlauf bei Gegenwind von 1,5 m/s. Hauchdünn um eine Hundertstel schrammte sie an ihrer Bestzeit vorbei. Als Siebte des Endlaufs (12,71) war sie bis 60 Meter sehr gut unterwegs. Dann fehlte der letzte Kick.

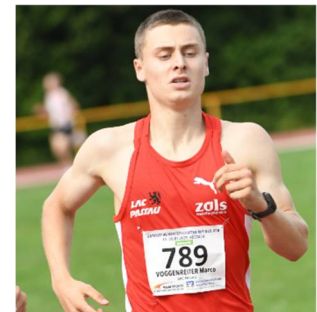


Lilo Ketzl auf Augenhöhe mit den Sprinterinnen

Drei blitzsaubere Sprints zeigte Dreispringerin **Ketzl** (U18) im Vorlauf, Halbfinale und Finale. Im Finale konnte sie nach einer zu zaghaften Pick-up-Beschleunigung nicht mehr in den Kampf um die Medaillen eingreifen. Als Vierte blieb ihr die Holzmedaille (12,45).

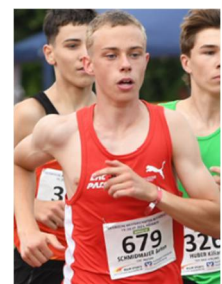
Vier-Minuten-Marke deutlich unterboten

Marco Voggenreiter (U20) steigerte sich über 1.500 Meter um satte fünf Sekunden auf 3:55,04 Minuten, platzierte sich unter die Top 15 der deutschen Bestenliste. Nach einem Kopf-an-Kopf-Spurt auf der Zielgeraden ging Gold mit 18 Hundertsteln Vorsprung an den Münchner Levin Saveur, den deutschen Vizemeister über 3.000 Meter.



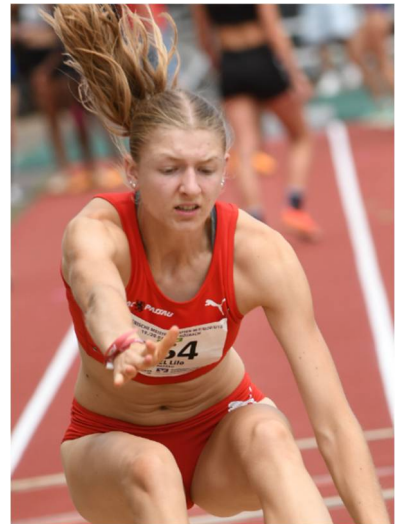
Bronze für Anton Schmidmaier

Noah Möller (LG Staffelstein) Dritter, Emil Oppelt (LG Sempt) Sechster, **Anton Schmidmaier** Neunter. Das war die bayerische Reihenfolge bei der U18-DM über 2.000 Meter Hindernis am Wochenende zuvor. In der gleichen Reihenfolge spurteten die Drei über 1.500 Meter nach einer fulminanten Schlussrunde in das Ziel. Schmidmaier blieb in 4:11,76 Minuten nur knapp über seiner Bestzeit.



Dreisprung-Silber für Lilo Ketzel

Bei der deutschen U18-Vizemeisterin im Dreisprung Emmanuela Mensah (LAC Quelle Fürth) und Bronze-Gewinnerin **Lilo Ketzel** war der Spannungsabfall nach den Deutschen Meisterschaften unverkennbar. Beide sprangen bei der „Bayerischen“ mit 11,85 und 11,55 Metern rund einen halben Meter kürzer. Gold und Silber gingen trotzdem an die Fürtherin und die Passauerin. Unmittelbar nach dem 100-Meter-Finale der U20 begann der Weitsprung. Walz brauchte bis zum dritten Versuch, bis sie im Anlauf „drin“ war. Richtig weit ging erst der minimal übertretene sechste Sprung. Walz blieb mit 5,35 Metern aus dem fünften Durchgang auf Rang sieben.



21.07.2025: European Youth Olympic Festival in Skopje

Sebastian Hetzner Sechster im 100-Meter-Finale

Starke Nerven waren gefragt im 100-Meter-Finale beim European Youth Olympic Festival (EYOF). Dreimal schoss der Starter zurück. Erst der vierte Anlauf glückte. Bei diesem Nervenkitzel sprintete Sebastian Hetzner in 10,71 Sekunden auf einen glänzenden sechsten Platz. Die Medaillen gingen in einem hochklassigen Finale an den Polen Nikodem Dyminski (10,50 sec), den Italiener Edwin Fermin Galvan (10,54 sec) und den Iren Ben Sykes (10,57 sec).



Über 3.500 Nachwuchssportler aus 50 europäischen Ländern

Bei Temperaturen weit über 30 Grad starteten die Leichtathletik-Wettbewerbe des EYOF im nordmazedonischen Skopje. Über 3.500 Nachwuchssportler der Jahrgänge 2008 und 2009 aus 50 europäischen Ländern messen sich in 15 olympischen Sportarten. Hetzner kürte sich vor zehn Tagen in Wattenscheid zum Deutschen U18-Meister. Seinen internationalen Auftritt machte er beim finalen Qualifikationsrennen in Wetzlar als Schnellster in 10,58 Sekunden dingfest. Und er legte mit 10,52 Sekunden nochmal nach. Vor Skopje gehörte das Sprint-As aus Pocking zu den Top-acht-Sprintern in Europa.

Mit drei Hundertsteln Vorsprung als Achter in das Finale

Vorsicht ließ Hetzner beim Start im Vorlauf walten. Dann beschleunigte er gut, riskierte bei 40 Meter einen kurzen Kontrollblick zu Seite. In 10,80 Sekunden rollte Hetzner als Zweiter mit dem großen „Q“ über den Zielstrich. Auf 39 Grad war das Thermometer beim Halbfinale um 18 Uhr geklettert. Als Letzter kam Hetzner aus den Blöcken, zeigte dann aber bis 60 Meter ein optimales Rennen. Unter dem Druck der Konkurrenz wurde er etwas „fest“, büßte Schrittlänge ein. Drei Hundertstel Vorsprung reichten in 10,70 Sekunden als Vierter des Halbfinals und Gesamtachter für den Einzug in das Finale.

Im vierten Anlauf glückt der Start im Finale

Seine besten drei Starts absolvierte Hetzner kurz vor 21 Uhr. Doch die ersten drei Starts schoss der Starter zurück. Nach zwei grünen Karten zeigte das Kampfgericht einem der Favoriten, dem Griechen Dimitrios Vavilis, die rote Karte. Sehr angespannt hatte auch Hetzner auf die Entscheidung des Kampfgerichts gewartet. Früh hatte er sich aus dem Startblock löste, vermutete, er hätte den Fehlstart verursacht.

Suboptimale Vorbereitung aufgrund muskulärer Probleme

Versuch Nummer vier klappte, allerdings mit Hetznerns schwächstem Start beim EYOF. Er beschleunigte ausgezeichnet, lag lange gut im Rennen. Auf den letzten 20 Metern fehlte der „Punch“ für eine Top-Zeit. Als Sechster glückte ihm eine Top-Platzierung unter den Besten Europas, insbesondere angesichts der muskulären Probleme, die ihn bereits in der Woche vor den Deutschen Meisterschaften plagten. Feste Adduktoren zwangen ihn, das Sprinttraining zu reduzieren. Vor Skopje entfiel es ganz. Hetzner musste alternativ trainieren. Mit Rang sechs toppte Hetzner die Platzierung seines Trainingskollegen David Kantzog, der vor drei Jahren beim EYOF im tschechischen Banská Bystrica in 10,87 Sekunden Siebter geworden war. Damals reichten 10,72 und 10,77 Sekunden für Silber und Bronze. Nach der ersten Enttäuschung, denn „es wäre deutlich mehr gegangen“, so Hetzner, richtete sich sein Blick nach vorn, auf die Schwedenstaffel. Dann ist er Startläufer bei dieser Staffel, aufgeteilt in die Teilstrecken 100, 200, 300 und 400 Meter.

23.07.2025: Abendsportfest in Pfungstadt

Marco Voggenreiter bricht 1.500-Meter-Vereinsrekord von Günter Zahn

Drei Tage zuvor hatte **Marco Voggenreiter** als Bayerischer U20-Vizemeister seine 1.500-Meter-Bestzeit mit 3:55,04 Minuten bereits um fünf Sekunden nach unten geschraubt. Beim Abendsportfest in Pfungstadt packte der 18-Jährige eine weitere Schippe drauf. 3:52,63 Minuten leuchteten im Ziel auf. Damit ist er Neunter in der deutschen U20-Bestenliste.

Mit 3:52,63 Minuten haarscharf Bezirksrekord verfehlt

Nur 41 Hundertstel fehlten zum 26 Jahre alten Niederbayerischen U20-Rekord von Andreas Lorenz (TV Zwiesel). Windstille und bis zum Startschuss um halb zehn angenehm kühle Temperaturen boten optimale äußere Bedingungen. Voggenreiter „schwamm im Feld mit“, ging in 2:36 Minuten bei 1.000 Meter durch. Dann verschärfte er das Tempo, arbeitete sich einige Plätze nach vorne. Eng wurde es bei 1.300 Meter, als Voggenreiter, eingekesselt von der Konkurrenz, leicht aus dem Tritt kam. Auf Zielgeraden machte er einige Meter wieder gut und überquerte als Achter die Ziellinie. Sieger wurde der vielfache Deutsche Meister Crosslauf Markus Görger (3:46,35; LG Region Karlsruhe).



der
im

Unmittelbar vor Voggenreiter platzierten sich der Deutsche U18-Meister von 2024 über 1.500 Meter, Aik Straub (3:51,13; LG Olympia Dortmund), und Jan Dilleuth (3:52,04; Königsteiner LV), eben erst von der U23-EM zurück.

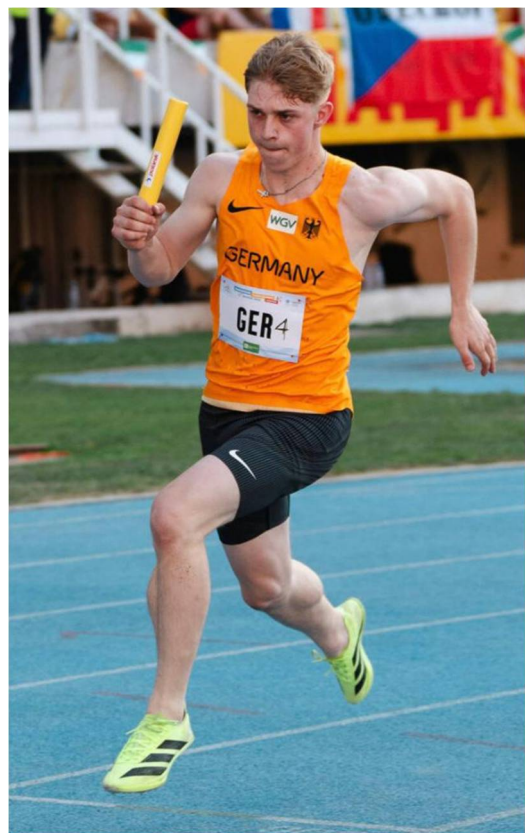
53 Jahre alten Vereinsrekord geknackt

Einen Rekord nahm Voggenreiter aus Pfungstadt mit, den Vereinsrekord des LAC Passau. Ihn hielt bisher Günter Zahn. 1972 rannte er im Trikot des 1. FC Passau nach den Olympischen Spielen von München 3:53,0 Minuten. Am Wochenende wartet mit dem ISTAF in Berlin bereits das nächste Highlight auf Voggenreiter. Dort startet er im Olympiastadion in einem Nachwuchsrennen über die Meile.

26.07.2025: European Youth Olympic Festival in Skopje

Staffel-Bronze für Sebastian Hetzner

Am letzten Tag der Leichtathletik-Wettbewerbe krönte **Sebastian Hetzner** seine Leistungen beim European Youth Olympic Festival (EYOF) nach Platz sechs im 100-Meter-Finale mit Bronze in der Medley-Staffel. Beim EYOF wird traditionell die Schwedenstaffel gelaufen, nicht eine 4x100- oder 4x400-Meter-Staffel. In der Schwedenstaffel werden 100, 200, 300 und 400 Meter gerannt. Sebastian Hetzner (LAC Passau), Gianluca Wessendorf (TSV Bayer 04 Leverkusen), Nils Hofmann (HNT Hamburg) und Andor Schumann (Erfurter LAC) jubelten in einer engen Entscheidung in 1:53,71 Minuten über Bronze. Italien lag nur 13 Hundertstel dahinter. Gold ging an Tschechien (1:52,43). Zur Silbermedaille der Türkei (1:53,58) fehlten dem deutschen Staffelquartett ebenfalls nur wenige Hundertstel.



1999 gewann Johannes Fischer U18-WM-Bronze mit der Staffel

Die Bronzemedaille von Skopje ist das zweite Edelmetall bei einer internationalen Jugendmeisterschaft in der 55-jährigen Vereinsgeschichte des 1. FC Passau/LAC Passau. 1999 gewann Johannes Fischer bei der U18-WM im polnischen Bydgoszcz ebenfalls Bronze als Startläufer der 4x100-Meter-Staffel.

200-Meter-Premiere im Vorlauf

Im Vorlauf am Freitag startete Sebastian Hetzner überraschend nicht auf Position eins, sondern auf Position zwei. Nie zuvor war er 200 Meter in einem Wettbewerb gelaufen. Was war passiert? 400-Meter-Hürdenläufer Hofmann, für die 300 Meter nominiert, bestritt vor dem Vorlauf sein Finale über 400-Meter-Hürden. Stabhochspringer Nikolas Tietze (SV Halle) sprang in die Bresche, übernahm die Startposition. Hetzner rückte auf die 200 Meter und Wessendorf auf die

300 Meter. Die Stadionrunde blieb bei Andor Schuhmann. Der Sohn von 800-Meter-Olympiasieger Nils Schuhmann (Sydney 2000) hatte am Tag zuvor die 800 Meter in starken 1:48,82 gewonnen, lief aber auch bereits 48,14 Sekunden über 400 Meter. Die deutsche Staffel gewann ihren Vorlauf souverän in 1:54,23 Minuten vor Tschechien (1:54,95) und Österreich (1:55,30). Tietze und Hetzner glückte ohne große Vorbereitung ein einwandfreier Wechsel. Hetzner machte seine Sache gut, auch wenn der „Marathon-Sprint“ für ihn richtig hart war.

Glänzender Kurvenlauf

Für das Finale rückte Hofmann wieder in das Aufgebot. Alle gingen auf der für sie ursprünglich vorgesehenen Position an den Start. Als Startläufer zeigte Hetzner einen pfeilschnellen Kurvenlauf, übergab den Stab in Führung liegend an Wessendorf. Das Feld blieb eng zusammen, Deutschland rückte auf Position drei nach hinten. Schlussläufer Schuhmann musste noch eine Staffel vorbeilassen. Ihm steckten bereits drei Rennen in den Beinen, Vorlauf und Finale über 800 Meter und der Medley-Vorlauf über 400 Meter. Auf der Zielgeraden überspurtete der Erfurter mit großem Kampfgeist den italienischen Schlussläufer.

26.07.2025: ISTAF in Berlin

Marco Voggenreiter Sechster beim ISTAF über die „Rudi-Thiel-Meile“

Unter den Augen von „Mr. ISTAF“ persönlich behauptete sich **Marco Voggenreiter** glänzend über die Meile beim Berliner ISTAF. Rudi Thiel zählte seit 1949 zum Organisationsstab des ISTAF. Von 1968 bis 2000 war der 96-Jährige als Meeting-Direktor Herz und Gesicht des ältesten Stadion-Meetings der Welt. 2024 rief Thiel für den U20-Nachwuchs die „Rudi-Thiel-Meile“ ins Leben. Auf der Ehrentribüne war er auch heuer dabei und ehrte die Lauftalente nach dem Rennen.



28.000 Zuschauer sorgen für eine fantastische Stimmung

Nationalkaderathlet Marco Voggenreiter zeigte vor 28.000 lautstarken Leichtathletik-Fans ein taktisch kluges Rennen. Er ließ eine fünfköpfige Spitzengruppe auf Kurs unter vier Minuten ziehen, reihte sich in das Verfolgerfeld ein, das es mit einer 64er-Runde ruhig angehen ließ. Nach einem guten Kilometer nahm der Fürstenzeller, beflügelt durch die „brutal laute Anfeuerung“, das Heft in die Hand, erhöhte druckvoll das Tempo. „Auf der letzten Runde verstand ich nichts mehr, es fühlte sich an wie ein Gehörsturz“, kommentierte er die Stimmung im Stadion.

Fulminante Schlussrunde

Er verteidigte in der letzten Runde seinen sechsten Platz in 4:14,48 Minuten nach 1,609 Kilometern. Beinahe überspurtete er noch den Australier Harnish Donohue (4:13,48), der nach forschem Beginn gewaltig einbrach. Der Sieg auf der blauen Bahn ging an den Tschechen Filip

Toul (4:03,65) vor dem Finnen Joonas Kumpulainen (4:04,26). Ihnen folgten der deutsche 3.000-Meter-Meister David Scheller (4:07,50, LG Main-Spessart) und der deutsche 1.500-Meter-Meister Yannik Graf (4:08,46, TSV Gomaringen). Weitere deutsche Spitzenläufer konnte Voggenreiter im Olympiastadion hinter sich lassen wie Elias Kolar (4:16,70, LG Telis Finanz Regensburg), Starter bei der U20-EM im August.

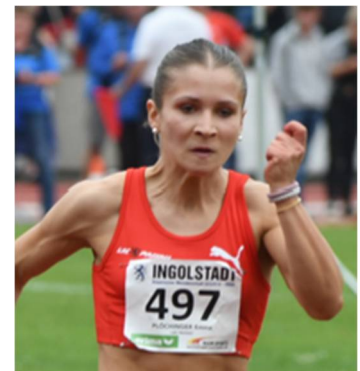
Bühne für die deutschen Leichtathletik-Stars

Die Zuschauer jubelten vor allem über den deutschen Meilen-Rekord von Robert Farken in 3:48,83 Minuten - bereits sein sechster deutscher Rekord in diesem Jahr - und die exzellenten Leistungen der deutschen Leichtathletik-Stars Malaika Mihambo, Gina Lückenkemper und Julian Weber. Das ISTAF nutzten viele als Generalprobe vor den Deutschen Meisterschaften in Dresden (31. Juli bis 3. August). Für sie hat sich auch Voggenreiter über 3.000 Meter Hindernis qualifiziert. Der 18-Jährige kann dort erste Erfahrungen bei den Aktiven sammeln.

26./27.07.2025: Bayerische U16/U23-Meisterschaften in Ingolstadt

Zweites Silber für Emma Plöching im 100-Meter-Sprint

Erneut Bayerische Vizemeisterin im 100-Meter-Sprint wurde **Emma Plöching** bei den Bayerischen U16/23-Meisterschaften in Ingolstadt. Wie eine Woche zuvor in der U20 gewann die DM-Halbfinalistin auch in der U23 Silber. Unterstützte die Siebzehnjährige in Hösbach bei 12,06 Sekunden kräftig der Wind (+1,4), fegte sie in Ingolstadt im Finale bei Windstille in starken 12,09 Sekunden über die Bahn. Bereits zum dritten Mal unterbot sie heuer die 12,10-Sekunden-Marke und damit zum dritten Mal die Norm für den Bayernkader.



Franziska Rohmann Sechste im 200-Meter-Finale

Die ebenfalls erst siebzehnjährige **Catharina Walz** rannte im B-Finale auf Rang zwei. In 12,60 Sekunden erzielte sie eine Saisonbestleistung (SB), verfehlte ihre persönliche Bestleistung (PB) nur um den Wimpernschlag von zwei Hundertsteln. Franziska Rohmann sprintete sowohl im Vorlauf als auch im 200-Meter-Finale SB mit 26,46 bzw. 26,41 Sekunden. Im Finale lief sie auf Rang sechs.



Bronze für Fiona Moog über 100 Meter

Die erste Bronzemedaille für den LAC Passau bejubelte **Fiona Moog** (W15). Ihren 100-Meter-Vorlauf gewann sie bei Windstille in 12,71 Sekunden. Sie nutzte ihre Chance, als die Kampfrichter im Finale eine der Favoritinnen wegen eines Fehlstarts disqualifizierten. Moog wählte sich nach dem Zieleinlauf auf dem vierten Platz. Doch sie hatte in 12,76 Sekunden Bronze gewonnen mit dem Hauch von einer Hundertstel Vorsprung. Nach dem Vorlaufsieg über 80 Meter Hürden in 12,15 Sekunden durchquerte die Vierzehnjährige im Finale den Hürdenwald als Vierte eine Hundertstel schneller. Mit



ihrer SB von 11,94 Sekunden hat sie die Norm für den Bayernkader bereits klar unterboten (12,00).

Bestzeit für Joline Spakowski

Joline Spakowski (W15) verbuchte im Hürdensprint im Vorlauf mit 13,08 Sekunden eine PB, verbesserte sich um eine Zehntel.

Bronze mit dem Speer für Laura Pap-Orsag



Auch eine Wurfmedaille hatten die LAC-Athletinnen bei der Heimfahrt im Gepäck. **Laura Pap-Orsag** (W14) schleuderte ihren 500-Gramm-Speer zu Bronze. Dieser landete bei 34,49 Metern, nur 33 Zentimeter unter der PB. Im Weitsprung sprang Laura Pap-Orsag dreimal über die Fünf-Meter-Marke, zweimal nahe an sie ran. Mit ihrem weitesten Satz von 5,04 Metern wurde sie Siebte, verfehlte ihre PB nur um

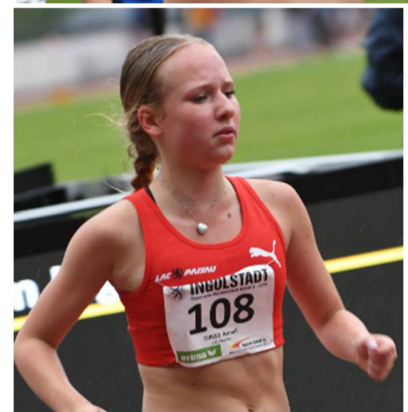
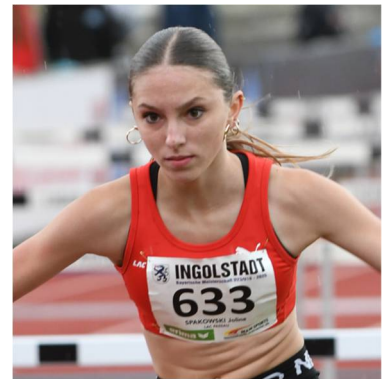
drei Zentimeter.

Franziska Bichlmeier neu im Bayernkader

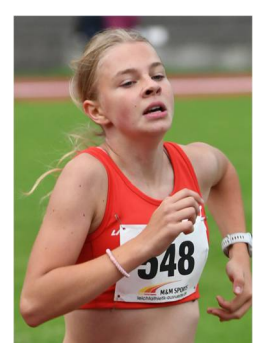
Über 2.000 Meter lief **Franziska Bichlmeier** (W14) auf Rang sieben in 7:06,92 Minuten, verfehlte ihre Bestzeit nur um drei Zehntel. Ein kleiner Trost für die über Platzierung und Zeit enttäuschte Athletin: Landestrainerin Melanie Jäger händigte der 13-Jährigen in Ingolstadt die Zusage für die Aufnahme in den Bayernkader auf.

Bestzeiten für Lena Koch und Anneli Dinse

Im gleichen Rennen steigerte sich **Lena Koch** um sechs Sekunden auf 7:42,45 Minuten (Platz 17). Eine Klasse höher in der W15 unterbot **Anneli Dinse** in 7:41,02 Minuten ihre alte Bestmarke um knapp neun Sekunden (Platz 12).



30.07.2025: Abendsportfest im Dantestadion



Anton Schmidmaier siegt mit Bestzeit über 800 m

Der Wetterbericht für Mittwochabend in München war eindeutig. Zumindest für halb sieben bis sieben Uhr sagte er kräftige Regengüsse vorher. In dieses Zeitfenster fielen beim Abendsportfest im Münchner Dantestadion laut Zeitplan die Startschüsse für die 800-Meter-Rennen. Bei strömenden Regen starteten die ersten Rennen.

Regengüsse und unrealistischer Zeitplan

Die Rennen verzögerten sich um bis zu 25 Minuten. Ihre Zeittaktung war völlig unrealistisch – neun 800-Meter-Rennen in 24 Minuten. Der Aufwärmeeffekt verpuffte. Die Läufer versuchten während des Wartens auf ihren Start einen trockenen Fleck zu finden.

Bestzeit für Anton Schmidmaier und Lena Koch

Die beste Leistung zeigte unter diesen Bedingungen **Anton Schmidmaier**. Im Alleingang steigerte sich der 16-jährige Bayerische Hindernismeister im U18-Rennen um zweieinhalb Sekunden, setzte mit 2:04,32 Minuten eine neue Bestmarke. Zwillingbruder **Paul** blieb als Vierter in 2:11,64 Minuten nur zwei Zehntel über seiner Bestzeit. Auf Rang drei lief **Laura Eisenreich** bei den Frauen in 2:29,72 Minuten. Schnellste U16-Läuferin war **Franziska Bichlmeier** (W14) in 2:30,82 Minuten. **Anneli Dinse** (W15) schrammte als Sechste in 2:39,97 Minuten um drei Zehntel an ihrer Bestzeit vorbei. **Lena Koch** (W14) verbesserte sich als Neunte um eineinhalb Sekunden auf 2:44,14 Minuten.



02./03.08.2025: Deutsche Meisterschaft in Dresden

Marco Voggenreiter wird DM-Elfter über 3.000 Meter Hindernis

In den Genuss einer besonderen Atmosphäre kam **Marco Voggenreiter** bei den Deutschen Meisterschaften in Dresden im Finale über 3.000 Meter Hindernis. Das Heinz-Steyer-Stadion war am Samstag mit 10.400 Zuschauern ausverkauft. Diese fieberten dem Duell zwischen dem Lokalmatador und EM-Dritten Karl Bebendorf (Dresdner SC) und dem deutschen Rekordhalter und heuer Zweitschnellsten der Welt Frederik Ruppert (LAV Tübingen) entgegen. In einem taktisch geprägten Rennen lief das Dresdner Publikum zur Hochform auf, als Bebendorf Ruppert mit einer 56er-Schlussrunde bezwang (8:32,90 min).



Für eine Bestzeit reichten die Körner nicht mehr

Voggenreiter – Bestzeit 9:03,86 Minuten – wollte die Neun-Minuten-Marke angreifen. Doch bereits das Aufwärmen signalisierte ihm, dass er am Samstag nicht die besten Beine hatte. Nach für ihn flotten 1.200 Metern verlor er den Kontakt zu einer Gruppe, bestritt das weitere Rennen ohne Bindung zu anderen Läufern. In 9:14,69 Minuten erkämpfte er sich den elften Platz. Damit unterbot er heuer zum vierten Mal die Norm für den Hindernis-Nachwuchskader. Der 18-Jährige hatte nach seinem fünften Platz bei der U20-DM in den letzten drei Wochen Top-Zeiten über 1.500 Meter und die Meile abgeliefert. Für eine Bestzeit über die Hindernisse reichten nach einer langen Saison die Körner nicht mehr.

Maximilian Entholzner Sechster im Weitsprung

Mit Maximilian Entholzner und Annika Just, jetzt im Trikot der LG Stadtwerke München, erfüllten sich die Erwartungen zweier Ex-Athleten des LAC Passau bei der DM nicht. Weitspringer Entholzner, mehrfacher deutscher Meister, landete fünfmal zwischen 7,05 und 7,12 Metern, wurde mit dieser mäßigen Weite sogar Sechster. Die Saisonbestweite des Wahlmadrilenen steht bei 7,72 Metern. Ein Zentimeter mehr hätte für Bronze gereicht.

Klasse 100 Meter von Annika Just - Staffelpetch

Im 100-Meter-Vorlauf präsentierte sich Just - neben ihr im Startblock Europameisterin Gina Lückenkemper - mit 11,63 Sekunden in ausgezeichneter Verfassung. Sie hatte jedoch den Vorlauf mit dem stärksten Gegenwind erwischt (-0,9). Drei von fünf Vorläufen hatten Rückenwind, einer mit 2,0 m/s. Zwei Hundertstel fehlten Just für das Halbfinale. Mit 44,68 Sekunden und Sicherheitswechseln bei der „Bayerischen“ war die 4x100-Meter-Staffel der LG Stadtwerke München am Sonntag ein klarer Medaillenkandidat. Doch in der Ergebnisliste prangte DQ TR24.7 - Übergabe des Staffelstabes außerhalb des Wechselraums. Bis kurz vor dem letzten Wechsel lagen die Münchner deutlich in Führung. Just beschleunigte hervorragend, Petsch schien nicht die maximale Geschwindigkeit zu haben. Just bremste ab, geriet aus dem Tritt. Die Medaillen gingen an den TSV Bayer Leverkusen (44,29), den Hamburger Sportverein (44,44) und Cologne Athletics (44,81).

06.08.2025: Abendsportfest in Horgau

Klasse Bestzeiten über 800 und 3.000 Meter

Beim Abendsportfest in Horgau ließ die Läuferinnen und Läufer zum Ausklang der Bahnsaison die Bestzeiten purzeln. Den Schmidmaier-Zwillingen gelang ein deutlicher Leistungssprung über 800 Meter um fünf bzw. sechs Sekunden.

Anton Schmidmaier bleibt unter zwei Minuten

Bei optimalen äußeren Bedingungen knackte **Anton Schmidmaier** die Zwei-Minuten-Marke.

Das 16-jährige Mitglied des Bayernkaders bewies seine Qualitäten auf der Unterdistanz, siegte in der U18 in 1:59,52 Minuten und belegte nach einem Kopf-an-Kopf-Endspurt auf der Zielgeraden in der Wertung aller Starter Rang zwei. **Paul Schmidmaier** wurde in der U18 mit einer klugen Renneinteilung Dritter in starken 2:05,68 Minuten. Erneut einen Schritt nach vorne machte **Anneli Dinse** (W15) über 800 Meter. Sie steigerte sich nach einem zu zaghaften Anfangstempo noch um zweieinhalb Sekunden auf 2:37,17 Minuten, war Viertschnellste der U16.

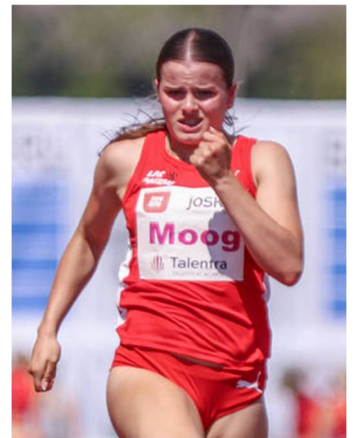
Franziska Bichlmeier unterbietet die W15-DM-Norm

Franziska Bichlmeier zeigte die breite Palette ihres läuferischen Vermögens, lief erstmals 3.000 Meter. In hervorragenden 11:10,25 Minuten setzte sich die 13-Jährige nicht nur an die Spitze der bayerischen W14-Bestenliste. Sie unterbot auch die DM-Norm der W15 über 3.000 Meter (11:15,00). Nach einem äußerst engen Endspurt auf den letzten 200 Metern rang sie eine gleichaltrige Konkurrentin um sieben Zehntel nieder, war die Schnellste der U16 und U18. **Lena**



Koch (W14) ging die erste Runde über 3.000 Meter extrem schnell an, büßte dafür im weiteren Verlauf des Rennens. Sie wurde Fünfte in 12:51,28 Minuten.

09.08.2025: Austrian Top Meeting in Andorf



Sebastian Hetzner sprintet 200-Meter-Bezirksrekord

Das Austrian Top Meeting in Andorf im Innviertel bot mit hochsommerlichen Temperaturen und einer fantastischen Stimmung im Pramtal-Stadion hervorragende Bedingungen für die internationalen, österreichischen und deutschen Top-Athletinnen und -Athleten. Nur der von den Sprintern erhoffte stärkere Schiebewind blieb aus.

Annika Just leiwand über 100 Meter

Annika Just (LG Stadtwerke München) brannte als Schnellste der 100-Meter-Vorläufe exzellente 11,44 Sekunden auf die Bahn (+0,8), steigerte ihre bisherige Bestzeit um neun Hundertstel. In einem hochklassigen Finale ließ sie in 11,45 Sekunden (+0,2) nur der Südafrikanerin Shirley Nekhubui (11,41 sec) den Vortritt. Das 100-Meter-Finale der Männer gewann der kenianische Weltklasseathlet Ferdinand Omanyala in 10,03 Sekunden (+0,5) vor Arthur Cissé von der Elfenbeinküste (10,13) und dem Südafrikaner Retshidisitswe Mlenga (10,14). Omanyala hält den Afrikarekord mit 9,77 Sekunden, war Siebter bei der letzten WM.

Niederbayerischer U18-Rekord durch Sebastian Hetzner

Als Warm up bestritt **Sebastian Hetzner** (LAC Passau) den 100 Meter-Vorlauf in 10,68 Sekunden, verzichtete auf das B-Finale. Der Deutsche U18-Meister wagte sich dann erstmals auf die halbe Stadionrunde. Dort unterbot er den Niederbayerischen U18-Rekord seines Vereinskollegen David Kantzog um 18 Hundertstel, sprintete erstklassige 21,82 Sekunden über 200 Meter. Auf dieser Strecke ist er jetzt auf Rang fünf in der deutschen U18-Bestenliste platziert.

Marco Voggenreiter unterbietet 2:30-Markie über 1.000 Meter

Das 1.000-Meter-Rennen entwickelte sich zu einem Duell zwischen den österreichischen Nachwuchstalenten und **Marco Voggenreiter**. Im Endspurt triumphierte Julian Messi (Sportunion IGLA long life), im letzten Jahr Starter bei der U18-EM über 800 Meter, in 2:28,46 Minuten (PB). Zweiter wurde Daniel Kramer (KSV Alutechnik, 2:29,50 min, PB). Ein Wimpernschlag von vier Hundertsteln trennte den Dritten Jonas Messi (Sportunion IGLA long life) von Voggenreiter. Dieser unterbot in starken



2:29,96 Minuten erstmals die 2:30-Minuten-Marke, rangiert damit auf Rang sechs der deutschen U23-Bestenliste. Jonas Messi rannte in 2:29,92 Minuten österreichischen U16-Rekord.

Weitere Ergebnisse:

100 Meter: Emma Plöching (U20) B-Finale 12,15 sec (VL 12,19), Lilo Ketzel (U18) 12,40 sec, Fiona Moog (U16) 12,71 sec, Catharina Walz (U20) 12,74 sec, Laura Pap Orsag (U16) 13,07 sec

200 Meter: Ketzel 25,38 sec, Walz 26,06 sec, Franziska Rohmann (Frauen) 26,09 sec

1.000 Meter: Laura Eisenreich (Frauen) 3:07,37 min, Anneli Dinse (U16) 3:29,55 min, Lena Koch (U16) 3:48,06 min

100 Meter Hürden: Elena Gust (Frauen) 15,11 sec

15.08.2025: Volksfestwettkampf in Dachau

Laura Pap-Orsag springt in den Bayernkader

Beim Volksfestwettkampf in Dachau ließen **Catherina Walz**, **Lilo Ketzel** und **Laura Pap-Orsag** die Sommersaison ausklingen. Die Jüngste im Bunde, die dreizehnjährige Pap-Orsag, krönte diese mit einem Satz auf 5,32 Meter. Die vielseitige Pfarrkirchnerin gewann bei den Bayerischen W14-Meisterschaften Bronze mit dem Speer. In Dachau flog sie 25 Zentimeter weiter als je zuvor. Als Achte nach drei Sprüngen gerade noch in den Endkampf der U18 gerutscht, zauberte sie nach zwei Sprüngen auf 5,06 und 5,10 Meter im finalen Durchgang 5,32 Meter in die Sandgrube. Die Norm für den W15-Bayernkader überbot sie klar um 12 Zentimeter, jubelte nach einer Saison mit Krankheiten und Verletzungen über ihre starke Leistung. Im Gesamtklassement landete sie auf Rang drei, haarscharf hinter Ketzel (5,35 m) und Sita Nachbichler (TV Geisenfeld, 5,33 m).



Doppelsieg für Lilo Ketzel über 100 Meter und im Weitsprung

Ketzel sprang gleich im ersten Versuch bei 1,1 Meter pro Sekunde Gegenwind zum Sieg. Die 17-jährige Bronzegewinnerin bei der U18-DM im Dreisprung nahm einen Doppelsieg mit nach Hause. Kurz nach Beendigung des Weitsprungs entschied sie den 100-Meter-Sprint in 12,33 Sekunden (+0,5) für sich und egalisierte ihre Bestzeit. Pap-Orsag lief bei kräftigem Gegenwind in 13,26 Sekunden (-1,3) auf Rang sechs.

Catherina Walz Dritte über 200 Meter

Catherina Walz sprintete im A-Finale der Frauen bei Windstille in für sie enttäuschenden 12,98 Sekunden auf den fünften Platz (VL 12,89 sec). Nicht viel besser lief es für die Bayerische U20-Staffelmeisterin über 200 Meter. Für das extrem hohe Tempo bis zur Mitte der Zielgerade büßte sie kräftig auf den letzten Metern. In 26,34 Sekunden rannte sie als Dritte 28 Hundertstel an ihrer Bestzeit vorbei.

Herzlichen Glückwunsch an alle unsere erfolgreichen Athletinnen und Athleten!

EIN DANK AN UNSERE SPONSOREN...

Pfaffinger Unternehmensgruppe stellt Kleinbus zur Verfügung



LAC Passau jetzt mit zwei Bussen für Wettkampffahrten gerüstet

Die Pfaffinger Unternehmensgruppe sponsort den LAC Passau seit September 2024. Bei der Einweihung der neuen Laufbahn im Dreiflüssestadion stattete sie den gesamten Nachwuchs des LAC Passau für einen namhaften Betrag mit Trainingskleidung aus.

Ein Kleinbus für Trainings- und Wettkampffahrten

Jetzt folgte der zweite Streich. René Hamberger, Vereinspate des LAC Passau und Oberbauleiter bei der Pfaffinger Unternehmensgruppe, übergab Vorstandsmitglied Klaus Hammer-Behringer beim Mittwochstraining den Schlüssel für einen Kleinbus. Ihn kann der LAC Passau bis Mitte September für alle Trainings- und Wettkampffahrten nutzen. Im Winter stand er einem Handballverein zur Verfügung.

Ein weiterer Pfaffinger-Bus für das Trainingslager

Zudem stellte die Pfaffinger Unternehmensgruppe für die Fahrt zum Trainingslager in Schielleiten einen weiteren Kleinbus in der zweiten Osterwoche zur Verfügung. Für den LAC Passau eine exzellente Förderung.

Sommerfest unseres LAC-Sponsors PfaffingerBau

Einen sehr unterhaltsamen und interessanten Abend durften die beiden LAC-Vorstände Sara Just und Ralf Knettel-Adler Mitte Juli beim Sommerfest unseres Sponsors Pfaffinger Bau am neuen Unternehmensstandort in Iggenbach genießen.

Volksfeststimmung, ein unterhaltsames und tolles Bühnen- und Festprogramm und eine persönliche Führung durch Vorstand Michael Häring über den neu erbauten Firmenstandort Anlagenbau begeisterte und beeindruckte die beiden.

Dabei konnten sie sich auch direkt bei Vorstandsmitglied Michael Häring für die phantastische Unterstützung bedanken, die der LAC durch Pfaffinger Bau erhält in Form der großzügigen Vereinskleidung, der Zurverfügungstellung eines Kleinbusses und Geräte sowie Materialien für Training und Wettkampf.



UNSERE SPONSOREN



PFAFFINGER
UNTERNEHMENSGRUPPE



SCHWAIBERGER

... immer für Sie da!



MICRO-EPSILON



PINTER GUSS

TRAININGSZEITEN

Wann?	Zeit	Wo?	Was? Für wen?	Übungsleiter
Dienstag	16:00 - 18:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 12 Jahren	Roland Fleischmann
	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Tobias Brilka
	15:15 - 17:00	Kraftraum Stadion	Senioren-Wettkampfsport	Wolf-Dieter Fussan
	16:15 - 17:15	Haidenhof, Halle bzw. Freigelände	Kindertraining 4 – 5 Jahre	Andrea Fleischmann – Tina Fuchs
Mittwoch	09:00 - 11:00	Kraftraum Stadion	Fitnesstraining für Frauen (Freizeitsport)	Christl Leidl
	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: MFH + LM	ab 12 Jahren – Lauftraining	Klaus Hammer-Behringer
	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: MFH + LM	ab 10 Jahren – Grundlagentraining	Albert Leidl – Alois Schwarzmeier – Annette Pingel
Donnerstag	16:15 - 17:15	Haidenhof, Halle bzw. Freigelände	Eltern – Kind – Turnen	Nicola Leidl – Julia Praßer
	16:30 - 17:45	DTH, April – September: Stadion	6 – 9 Jahre	Christoph Lehner – Susanne Bründl – Julia Hofer – Johanna Seitz
	15:15 - 17:00	Kraftraum Stadion	Senioren-Wettkampfsport	Wolf-Dieter Fussan
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Wurftraining ab 14 Jahren	Albert Leidl
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Tobias Brilka – Roland Fleischmann
	19:00 - 21:15	Haidenhof, Halle	Volleyball (Freizeitsport)	Eva Hansel – Rainer Koch
Freitag	17:15 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: ASG obere TH	ab 10 Jahren	Vincent Just – Laura Eisenreich
	17:15 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: ASG untere TH	ab 10 Jahren	Sara Just
Samstag	10:00 – 12:00	Stadion bzw. Okt – März Ingling	Lauftraining ab 12 Jahren	Klaus Hammer-Behringer

DTH = alte Dreifachturnhalle MFH = neue Mehrfachhalle LM = Laufmodul

Ansprechpartner beim LAC Passau:

Elke Eisenreich

 elke.eisenreich@lac-passau.de

 0176-45742155

Klaus Hammer-Behringer

 klaus.hammerbehringer@lac-passau.de

 0157-31621655

Sara Just

 sara.just@lac-passau.de

 0170-2321488

Ralf Knettel-Adler

 ralf.knettel-adler@lac-passau.de

 0170-2922688

www.lac-passau oder vorstand@lac-passau.de