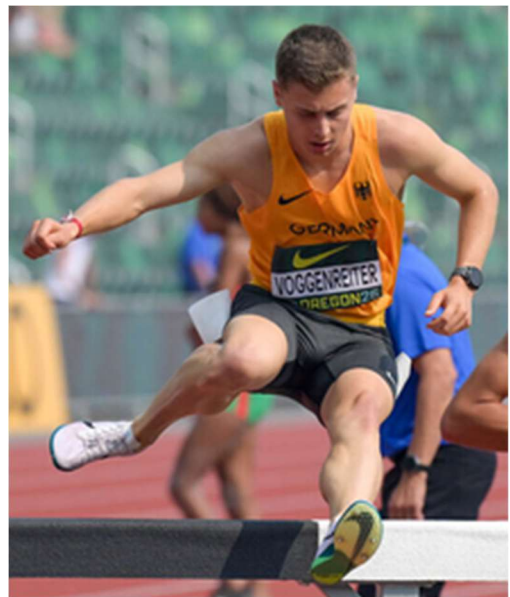


NEWSLETTER 2026/2

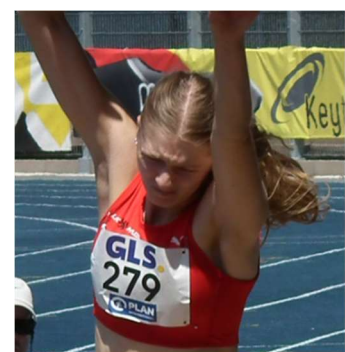
Liebe Leichtathletinnen und Leichtathleten des LAC Passau,

Anfang August beendeten die Athletinnen und Athleten des LAC Passau bei verschiedenen Meetings ihre Sommersaison. Im September starten dann die Vorbereitungen für die Cross- und Hallensaison.

Durch den Gewinn des **Deutschen Vizemeistertitels** über 3.000 Meter Hindernis qualifizierte sich **Marco Voggenreiter** für die U20-WM in Eugene (USA). Dort musste er leider bei seinem ersten internationalen Start etwas Lehrgeld zahlen. "Ich hatte ziemlich starke muskuläre Probleme", erklärte er anschließend bei „leichtathletik.de“. "Im Vorfeld habe ich das wegen der Vorfreude und Aufregung gar nicht gespürt. Aber ab der dritten Runde ging gar nichts mehr." Der Passauer kämpfte sich dennoch durch. Trost gab es vom Norweger Ulrik Jåvoll Hagen, der in dem Rennen Fünfter geworden war: "Die erste internationale Meisterschaft ist immer schwierig!" Trotz des verpassten Finaleinzuges nimmt Marco Voggenreiter viele gute Erinnerungen an Eugene mit. Herzlichen Glückwunsch an Marco zu diesem Erfolg!



Weitere Platzierungen auf **nationaler Bühne** feierten **Franziska Bichlmeier**, die zweimal äußerst knapp als Viertplatzierte sowohl über 1.500 Meter Hindernis als auch 3.000 Meter in der U16 an einer Medaille vorbeischrammte sowie **Emma Plöching** als Siebte über 100 Meter der U20. **Lilo Ketzel** erkämpfte sich im Dreisprung der U20 als Neunte eine Top 10 Platzierung.



Vierfache Deutsche Meisterin bei den Masters wurde **Elisa Schöne**. Sie trug sich über 400 Meter, 800 Meter, 1500 Meter sowie 400 Meter Hürden als Erste in die Ergebnisliste ein. Außerdem erkämpfte sie sich im Dreisprung die Bronzemedaille.



Bei den **bayerischen Meisterschaften** sammelten unsere Athletinnen und Athleten zahlreiche Titel und Podestplätze. **Moritz Dollinger** und **Paul Schwarzmeier** holten **Gold** im Mehrkampf der M14 im Block Wurf bzw. Block Sprint/Sprung sowie im Diskuswurf bzw. Hochsprung. **Emma Plöchinger** siegte im 100 Metersprint der U20 und **Franziska Bichlmeier** über 1.500 Meter der U18.

Silbermedaillen gingen an **Moritz Dollinger** im Diskuswurf der M14, **Franziska Bichlmeier** im 2000 Meter-Lauf sowie 1.500 Meter Hindernislauf der U16, **Elisa Schöne** über 400 Meter Hürden bei den Frauen und **Anton Schmidmaier** im 2.000 Meter Hindernislauf der U18.

Über **Bronze** freuten sich **Theresa Reiser** über 80 Meter der U14, obwohl sie noch der W13 angehört, **Lilo Ketzler** im Dreisprung der U20, **Franziska Bichlmeier** über 800 Meter der U18 sowie **Elisa Schöne** über 1.500 Meter der Frauen.

„Save the date“

Unsere **Jahreshauptversammlung** findet am **14.11.2026** wieder beim „Vogl“ auf der Ries statt. Genaue Infos folgen im nächsten Newsletter.

Das mittlerweile traditionelle **Dreikönigsmeeting** am **06.01.2027** wird dann der nächste von uns ausgerichtete Wettkampf sein.

Und nun viel Spaß bei der Lektüre des Newsletters.

Ihre bzw. Eure Vorstandschaft

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

Nachfolgend sind sämtliche Ergebnisse seit April zusammengefasst.

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

12.04.2026: Fünf-Kilometer-Rennen in Linz

Sieg für Linda Meier mit Einstellung ihres Niederbayerischen Rekordes

Ende Januar war **Linda Meier** in Wien Niederbayerischen Rekord über fünf Kilometer in 16:25 Minuten gelaufen. Jetzt siegte sie in Linz auf die Sekunde genau mit der gleichen Zeit. Eingebettet war das Rennen in den Linzer Marathon. Ganz Linz stand im Bann des Laufsports. Insgesamt starteten auf allen Strecken 21.000 Läuferinnen und Läufer, 2.000 über fünf Kilometer.



Zurück aus dem Höhentrainingslager in Südafrika

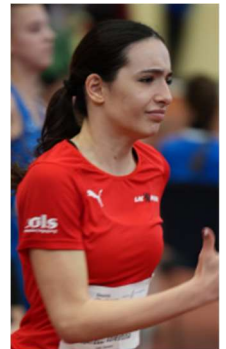
Für Meier war es ein erster Test nach einem dreiwöchigen Höhentrainingslager in Dullstroom (Südafrika). Vier Tage nach dem Rückflug waren die Beine von vielen in der Höhe absolvierten Kilometern noch etwas schwer. Linz bot perfekte Wetterbedingungen. Ab Kilometer zwei war die 22-Jährige jedoch ihre eigene Pacemakerin. Den letzten Kilometer legten die Läufer auf Kopfsteinpflaster zurück. Unter dem Strich eine ausgezeichnete Leistung von Meier, die auf eine deutliche Steigerung im Saisonverlauf hoffen lässt. Sie siegte mit zweieinhalb Minuten Vorsprung in der Frauenklasse, belegte in der Gesamtwertung Rang fünf.

18.04.2026: Talentiade-Re-Test in Landshut

Beeindruckende Testergebnisse der LAC-Athletinnen und Athleten

Der LAC-Nachwuchs präsentierte sich bei der Wiederholung des Talentiade-Tests vom Oktober 2025 stark verbessert. **Paul Schwarzmeier**, **Theresa Reiser** und **Cosima Al-Kathib** nominierte der Bezirk damals für den U15-Kader, die erste Förderstufe des BLV. Zudem **Moritz Dollinger** und **Valentina Pratelli**, die an der Talentiade nicht teilnehmen konnten. In Landshut wurden Schnelligkeit, Sprungkraft und Wurfkraft erneut getestet.

- 30 Meter fliegend
- Fünferhopp, ohne Anlauf mit beidbeiniger Landung
- Medizinballschocken vorwärts, Mädchen 2 kg, Jungen 3 kg



Maximale Punktzahl für Schwarzmeier und Dollinger



Bei den Jungen ragten Schwarzmeier und Dollinger heraus (jeweils 2012), die in allen Disziplinen mit jeweils zehn Punkten maximal punkteten. Schwarzmeier steigerte sich gegenüber dem ersten Test um sieben Punkte.



Ergebnis eines regelmäßigen, systematischen Trainings

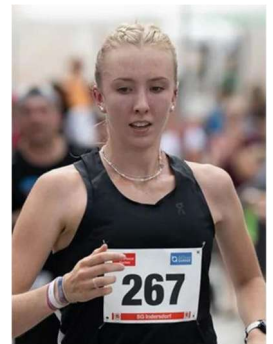
Die ein Jahr jüngere Reiser verbesserte sich ebenfalls um beachtliche sechs auf 24 Punkte. Pratelli (2012) erreichte 22 Punkte, Al-Kathib (2012) hatte mit 19 Punkten zwei Punkte mehr auf dem Konto als im Herbst. Bei allen machte sich sehr deutlich das regelmäßige, systematische Training seit dem Herbst, insbesondere im Kraftraum, bemerkbar.



18.04.2026: „Vienna 5k“ im Rahmen des Vienna-City-Marathons

Linda Meier verbessert Niederbayerischen Rekord deutlich

Highlight des Vienna-City-Marathon-Wochenendes war am Samstag der „Vienna 5k“. Egalisierte **Linda Meier** eine Woche zuvor in Linz „nur“ ihren eigenen Rekord, steigerte sie ihn in Wien deutlich um zehn Sekunden. In erstklassigen 16:15 Minuten belegte sie Rang drei hinter der österreichischen U23-Rekord laufenden Lisa Redlinger (TS Lustenau, 15:34) und Cordula Lassacher (Altus Knittelfeld, 15:57). Knapp in Schach hielt Meier die Altöttingerin Hanna Bruckmayer (LG Telis Finanz Regensburg, 16:16).



Pfeilschnell auf Rang drei der deutschen Bestenliste

Zwar nur eine Momentaufnahme, doch nach Wien liegt Meier aktuell auf Rang drei der deutschen Bestenliste. Auf der Ringrunde über fünf Kilometer mit Start beim Schottentor und Ziel vor dem Burgtheater stellte sie ihre ansteigende Form eindrucksvoll unter Beweis. Und das auf einem Kurs, der nicht ganz einfach zu laufen ist. Nach dem Start eine längere Bergab-Passage, zum Schluss eine längere Bergauf-Passage. Entsprechend differierten die Kilometer-Zeiten mit 3:01 bis 3:19 Minuten. Mit ihrer Endzeit traf Meier punktgenau ihre Bestzeit auf der Bahn über 5.000 Meter.

19.04.2026: Domlauf in Passau

Linda Meier gewinnt Passauer Domlauf

48 Läuferinnen und Läufer des LAC Passau gingen beim Passauer Domlauf im Shirt seines Sponsors, der Pfaffinger Unternehmensgruppe, an den Start. Davon 43 Kinder in den Altersklassen W/M6 bis U16. Die Rekordbeteiligung von 2.200 Läuferinnen und Läufer hatte gut Lauftemperaturen. Unter bewölktem Himmel beeinträchtigte der eine oder andere Regenschauer die guten Bedingungen nicht. Linda Meier



gewann einen Tag nach ihrem Rekordlauf in Wien über 5 Kilometer souverän die Frauenwertung über 7,4 Kilometer. Einschließlich der Männer belegte sie Rang sechs. Die frischgebackene dreifache EM-Master-Championkin Elisa Schöne siegte in der W35. Dritte in der W30 wurde Lucia Ammerl. Sebastian Flisek holte Bronze in der M13 über 4,1 Kilometer. Nachwuchscoach Alois Schwarzmeier überquerte als Vierter der M45 die Ziellinie.

Weitere Ergebnisse:

M 6: 4. Leon Heusler, W7: 7. Margareta Klinkner, M8: 7. Simon Buna, M11: 6. Timothej Buna, W11: 7. Alice Naumann, W12: 4. Jana Neumüller, 5. Anastasia Groh, W13: 8. Luisa Ihle

19.04.2026: Pfarrkirchner Sparkassenlauf

Julian Huber Dritter über 11,2 Kilometer

Dunkle Regenwolken hingen über der Strecke der Pfarrkirchner Sparkassenläufe. Doch die Schleusen blieben geschlossen. **Julian Huber** ließ sich im Volkslauf über 11,2 Kilometer auch nicht durch den unangenehmen Westwind beirren. Im Gesamteinlauf platzierte er sich in 43:39 Minuten auf Rang drei, gewann seine Altersklasse M20.



19.04.2026: 3.000-Meter-Challenge in Regensburg

Marco Voggenreiter und Franziska Bichlmeier pulverisieren ihre 3.000-Meter-Bestzeiten

Marco Voggenreiter und **Franziska Bichlmeier** starteten bei der 3.000-Meter-Challenge in Regensburg mit starken Bestzeiten in die Sommersaison. Den Wettergott hatten sie am Oberen Wöhrd nicht auf ihrer Seite. Zwar entkamen sie einigen kräftigen Regenschauern. Der Veranstalter verschob die Wettbewerbe angesichts der erwarteten Regenfront um eine halbe Stunde. Doch den Windböen und kühlen Temperaturen entgingen sie nicht.

Mit fulminantem Spurt zu 8:36,63 Minuten und DM-Norm

Im Hauptlauf der Männer „rollte“ Marco Voggenreiter den ersten Kilometer in 2:51 Minuten „an“. Er blieb in der Verfolgergruppe, deren Tempo auf dem zweiten Kilometer deutlich abflachte. 700 Meter vor dem Ziel setzte Voggenreiter zu einem fulminanten langgezogenen Spurt an, erhöhte Meter um Meter das Tempo. 8:36,63 Minuten leuchten für den Viertplatzierten im Ziel auf. Mit der Steigerung der Bestzeit um 13 Sekunden unterbot er die DM-Norm um 20 Sekunden. Die U20-Wertung gewann er klar vor Noah Möller (LAC Quelle Fürth). Den Dritten über 2.000 Meter Hindernis der U18-DM distanzierte er um knapp vier, den Sechsten Emil Oppelt (LG Sempt) um viereinhalb Sekunden. An der Spitze dominierte ein Trio der LG Telis Finanz Regensburg mit Johannes Weizinger (8:22,88), U20-EM-Starter Elias Kolar (8:23,13) und Bastian Mrochen (8:24,29).



Zwei DM-Normen für Franziska Bichlmeier auf einen Streich

U16-Athletin Franziska Bichlmeier ließ in der Jugend nur zwei U20-Athletinnen den Vortritt, Lena Rossmanith (TSV Marktoberdorf, 10:01,58), Deutsche U18-

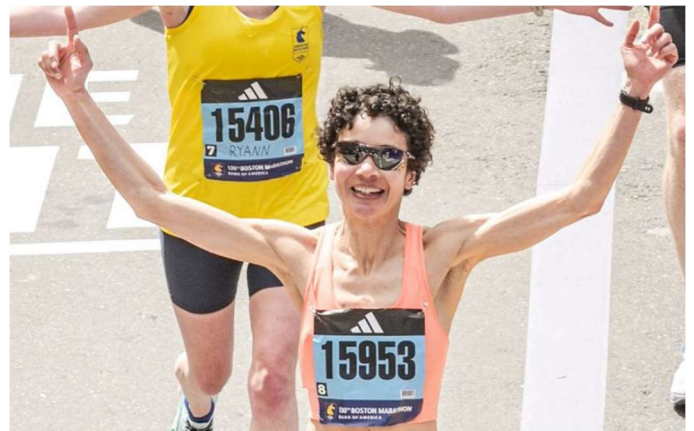


Vizemeisterin über 2.000 Meter Hindernis und Erste der Challenge, und Jette Barnstedt (LG Telis Finanz Regensburg, 10:21,21). Nach einem ersten schnellen Kilometer in 3:07 Minuten bildete sich eine zweite Gruppe. In dieser „schwamm“ Bichlmeier drei Runden mit. Auf den letzten 600 Metern machte sie nochmal ordentlich Druck, steigerte ihre Bestzeit um über eine halbe Minute auf 10:39,00 Minuten. Damit knackte die 14-Jährige nicht nur die U16-, sondern auch U18-DM-Norm. In der Gesamtwertung wurde Bichlmeier Neunte. Die U16 gewann sie mit deutlichem Vorsprung vor Magdalena Irlinger (SG Schöna, 10:56,82), drehte das Ergebnis der Bayerischen Crosslauf-Meisterschaften um, als Irlinger vor Bichlmeier gewann.

20.04.2026: Marathon in Boston

Katrina Jordan erneut mit Bestzeit beim ältesten City-Marathon

Die Abbott World Marathon Majors sind eine Serie der sieben größten und bedeutendsten Marathonläufe weltweit. Berlin, Chicago, London, New York, Boston, Tokio und Sidney. Die ersten fünf hat **Katrina Jordan** nach dem 130. Boston-Marathon am letzten Montag erfolgreich absolviert. In ihrem fünften Marathon lief die 44-Jährige zum fünften Mal Bestzeit, steigerte sich auf starke 3:12:36 Stunden. Ihre Marathonkarriere startete sie vor vier Jahren in Berlin mit 3:58:18 Stunden. Vor Boston war sie bei 3:16:32 Minuten angelangt (New York).



Rückkehr nach Boston

Für Jordan war der Start in Boston ein ganz besonderer. Vor über 40 Jahren hatte sie mit ihren Eltern, ihr leiblicher Vater ist US-Amerikaner, die Verwandtschaft in USA besucht. Alte Fotos zeigen die damals Einjährige bei ihren ersten Schritten am Hafen von Boston.

Auch Frauen dürfen Marathon laufen

Der Boston-Marathon ist seit 1897 der Marathon mit der längsten Tradition nach den Olympischen Spielen. Heuer jährte sich die heimliche Teilnahme von Bobbi Gibb im Männerrennen 1966 zum 60sten-Mal. Sie beendete als erste Frau einen Marathon, ein Jahr später Kathrine Switzer als erste Frau mit Startnummer. Erst 1972 durften Frauen am Boston-Marathon offiziell teilnehmen.

Viele Hügel und Bergauf- und Bergab-Passagen

Den Boston-Marathon prägen sanfte Hügel sowie Bergauf- und Bergab-Passagen. Es gibt keine Pacer. Das profilierte Punkt-zu-Punkt-Rennen führt von Hopkinton durch sieben Städte nach Boston, weist ein Nettogefälle von 140 Metern auf. Keine Strecke für Rekorde, da das Reglement maximal 42 Meter Höhenunterschied toleriert. Die Witterungsbedingungen waren mit zehn Grad und Wind von der Seite und von hinten sehr günstig.

Locker und entspannt mit guter Lauftechnik bis zum „Screech Tunnel“

Jordan peilte eine Zeit unter 3:10 Stunden an. Sie konzentrierte sich darauf, das Rennen locker und entspannt zu beginnen, der Verlockung zu widerstehen, bergab schnell zu laufen. Die ersten sieben Kilometer fällt die Strecke, führt durch eine ländliche Gegend über kurvenreiche und enge Straßen. Die gesamte Strecke erfordert eine gute Lauftechnik, um auf diesem Terrain einen guten Laufrhythmus beizubehalten, das Wechselspiel von bergauf und bergab erfolgreich zu meistern und trotzdem in den flachen Passagen flüssig zu laufen. Bei Halbzeit durchquerte Jordan in 1:35:05 Stunden den legendären „Screech Tunnel“ am Wellesley College. Dort erwartete sie eine Wand kreischender Studentinnen mit einem Jubelsturm.

Die entscheidende Klippe: Die Newton Hills

Etwas sanftere Hügel begleiteten Jordan bis zur 25-Kilometer-Marke. Sie lag auf Kurs 3:10 Stunden (4:30er-Schnitt). Jetzt „türmte“ sich vor ihr die entscheidende Herausforderung „auf“, die Newton Hills. Von Kilometer 25 bis 35 warten auf die Läufer vier größere Hügel. Den Höhepunkt bildet der Heartbreak Hill, der letzte und härteste Anstieg mit 600 Metern. Ihm schließt sich ein langes, sanftes Gefälle an. „Bis Kilometer 32 bin ich mit dem Kopf gelaufen, die restlichen 10 Kilometer laufe ich mit dem Herzen“ war die Devise von Jordan für den Schlussteil.

„Gefühl wie eine Olympionikin“

Die Newton Hills hatten ihr viel Kraft gekostet, pro Kilometer rund zehn bis 15 Sekunden. Nach einem allerletzten Hügel bog sie auf die lange Zielgerade mit tausenden von Zuschauern ein, und das „mit einem Gefühl wie eine Olympionikin aufgrund der Begeisterung und Herzlichkeit der Zuschauer“. Mit 3:12:36 Stunden unterbot sie ihre Bestzeit von New York-Marathon im November um vier Minuten, belegte Rang 1.269 unter knapp 13.000 Läuferinnen (gesamt 30.000 Starter). Der nächste Marathon ist schon fix, der München-Marathon im Oktober mit Bayerischen Meisterschaften. Dann will Jordan die 3:10 Stunden deutlich unterbieten.

26.04.2026: Frühjahrssportfest im Dreiflüssestadion

Startschuss in die Sommersaison mit Langstrecken-Meisterschaften, Kinder-Leichtathletik, U14-/U16-Wettbewerben



Der LAC Passau startete mit seinem Frühjahrssportfest in die Sommersaison. Die Niederbayerischen Langstrecken-Meisterschaften, Kinder-Leichtathletik und Wettbewerbe der U14 und U16 standen auf dem Programm. Kaiserwetter und eine leichte Brise boten beste Bedingungen. Sport- und Politprominenz beehrten das Sportfest. Oberbürgermeister **Andreas Rother** und MdL **Josef Heisl** sowie DLV-Aufsichtsratsvorsitzender **Jochen Schweitzer** und Bezirksvorsitzende **Centa Hollweck** ehrten die Medaillengewinner der Meisterschaften. Die reibungslose Organisation ohne zeitliche Verzögerungen und die umgehend durchgeführten Siegerehrungen fanden große Anerkennung.

Bezirkstitel für Anneli Dinse, Lena Koch und Sebastian Flisek

Bei den Meisterschaften siegte über 5.000 unangefochten Franz Zieringer (Nordicfreunde Hauzenberg) vor Lokalmatador Julian Huber. Schnell unterwegs waren über 3.000 Meter die Siegerinnen der U16 und U18 Lena Koch und Anneli Dinse (beide LAC Passau). Über 2.000 Meter gewann die M12 Vincent Rieger (SVG Ruhstorf) vor Julius Dinse, die M13 Sebastian Flisek (beide LAC Passau).

Starker LAC-Nachwuchs über die Hürden, im Sprung und Wurf

Beim Nachwuchs leuchteten klasse Zeiten über 80 m Hürden (M14) für Moritz Sprinzing (ASV Ortenburg, 12,21 sec), Moritz Dollinger (12,25) und Paul Schwarzmeier (12,47, beide LAC Passau) auf. Schwarzmeier sprang zudem 1,73 m hoch und schleuderte



den 600-Gramm-Speer auf 40,81 m. Dollinger ließ die Vier-Kilo-Kugel auf 11,49 m fliegen und landete bei 5,20 m im Weitsprung. In der W13 ragte Theresa Reiser (LAC Passau) über 60 m Hürden in 9,72 sec und einen Flop über 1,49 m heraus. Ebenfalls stark über die Hürden die LAC-Athletinnen Lina Dollinger und Anastasia Groh (W12, 10,54 und 11,08) sowie Lilly Straub (W13, 11,20). In der W14 und 15 mischten Valentina Pratelli (14,17), Franziska Bichlmeier (14,45) und Cosima Al-Khatib (15,26) vorne mit. Bichlmeier (W15) gewann den Ballwurf mit 40 m und sprang 4,46 m weit. Pratelli und Al-Kathib (W14) landeten bei 4,33 bzw. 4,21 m. Greta Leebmann, Jana Neumüller und Lina Dollinger (jeweils W12) warfen den Ball auf 32, 31 und 30 m.

Schnelle LAC-Staffeln

In der U14 überzeugte die Staffel der StG PAPANO mit Lilly Straub, Greta Leebmann, Linda Dollinger und Theresa Reiser über 4 x 75 m in 40,46 sec vor zwei weiteren Staffeln der StG (43,90 und 45,59). Ihre Altersklasse U16 gewannen Valentina Pratelli, Anastasia Groh, Mira Koller und Cosima Al-Khatib über 4 x 100 m in 54,47 sec. Die U16-Staffel der StG mit Philipp Meindorfer, Moritz Sprinzing, Moritz Dollinger und Paul Schwarmer erzielte gute 48,56 sec.



Große Teilnehmerfelder in der Kinder-Leichtathletik bei perfekter Organisation

In der Kinder-Leichtathletik mit sehr vielen Teams ging es mit großer Begeisterung hoch her. Die Kinder absolvierten eine Hindernis-Sprint-Staffel, den Bälle-Lauf, den Additions-Weitsprung, Speed-Bounce und Zielweitwurf mit Heulern. Von allen Seiten gab es großes Lob für die Organisation und Durchführung.



U12:

1. Passauer Pumas (LAC) 2. LG Passau 3. TuS Pfarrkirchen
4. LG Wolfstein und Blaue Rebellen Simbach 6. Passauer Panther (LAC) 7. LAC Arnstorf 8. DJK Fürsteneck

U10:

Passauer Luchse (LAC) 2. DJK Fürsteneck 3. Blaue Starts Simbach 4. ASV Ortenburg 5. LAC Arnstorf 6. LG Passau (2) 7. Passauer Wölfe (LAC) 8. LG Passau (1)

U8:

1. Passauer Tiger (LAC) 2. DJK Fürsteneck 3. Passauer Löwen (LAC und LG Passau) 4. Passauer Wildkatzen (LAC) 5. Hüpfende Hasen (LAC)

01.05.2026: „Krumme Strecken“ in Gilching

Sprinterinnen und -Sprinter starten über 80, 150, 300 und 600 Meter in die Saison

Beim Läufermeeting in Gilching standen keine olympischen Distanzen auf dem Programm. Das traditionsreiche Meeting hat sich auf „krumme Strecken“ im Sprint über 80, 150, 300 und 600 Meter spezialisiert. Ohne Vergleichsdruck testeten die Sprinterinnen und Sprinter ihre Form zum Saisonstart

Doppelsieg für Sebastian Hetzner

Unübersehbar der Trainingsrückstand von **Sebastian Hetzner** nach einem nicht sehr intensiven Trainingslager und einem Infekt. Er gewann in der U20 die 80 Meter (8,83 sec; +1,4) und 150 Meter (16,41; -2,7) trotz eines „verpennten“ 80-Meter-Starts und Windpechs über 150 Meter.



Eine Klasse für sich über 600 Meter Elisa Schöne

Elisa Schöne glänzte über 300 und 600 Meter. Die 38-Jährige war die Schnellste des Tages über 600 Meter in starken 1:34,37 Minuten. Zuvor lief sie 150, danach 300 Meter (19,23 und 40,76) und belegte jeweils Rang drei in der Frauenklasse.



David Kantzog im Aufwind

Nach oben zeigt die Formkurve bei **David Kantzog**. Da ein Adduktor fest wurde, sprintete er über 80 Meter locker, aber trotzdem auf den fünften Platz bei den Männern (9,23 ; +0,6).

Sprung nach vorne für Catharina Walz

Die großen technischen wie athletischen Fortschritte im Training setzte **Catharina Walz** im Wettkampf um. Sie wurde jeweils U20-Vierte über 80 Meter (10,35 ; -1,6) und 150 Meter (18,74; -0,1). Technisch versiert, jedoch zu wenig spritzig zeigte sich im Dreisprung Lilo Ketzler als jeweils Fünfte (10,40 ; -0,8 und 19,14; -2,3).



Weitere Ergebnisse über 80 und 150 Meter:

Frauen: Elena Gust 10,76 (-2,4) und 19,91 (-1,2); U18: Joline Spakowski 11,68 (-0,9) und 20,47 (+0,7) ; Clara Seifert 11,60 (-0,9) und 21,79 (-0,2)

03.05.2026: Niederbayerische Meisterschaften im Block-Mehrkampf in Landshut



Fünfmal Gold – Zwei Niederbayerische Rekorde – Vier nationale Top-Leistungen

Ein fantastisches Mehrkampf-Wochenende für den Nachwuchs des LAC Passau bei den Niederbayerischen Meisterschaften im Block-Mehrkampf. In Landshut traten die LAC-Athletinnen und Athleten in sechs Mehrkämpfen an, gewannen fünfmal Gold mit **Franziska Bichlmeier, Moritz Dollinger, Paul Schwarzmeier, Theresa Reiser** und **Lina Dollinger** und Silber mit **Anastasia Groh**

Franziska Bichlmeier mit Top-2.000-Meter-Zeit und DM-Zusatznorm

Franziska Bichlmeier siegte im Block Lauf der W15 mit 2.418 Punkten, stellte zwei persönliche Bestleistungen (PB) über 100 (13,89 sec) und 2.000 Meter auf. In der Hitzeschlacht über fünf Runden rannte sie glänzende 6:52,91 Minuten, elf Sekunden schneller als bisher. Aktuell liegt sie auf Rang sechs der deutschen Bestenliste (DBL). Jetzt ist sie abschließend für die W15-DM qualifiziert. Die DM-Norm über 3.000 Meter hat sie schon. Die erforderliche DM-Zusatznorm im Block Lauf von 1.950 Punkten überbot sie sehr deutlich.

Drei PB für Paul Schwarzmeier

Im Block Sprint/Sprung der M14 setzte sich Paul Schwarzmeier mit bärenstarken 2.721 Punkten durch. Er sprang damit für das Erste auf Platz eins der DBL. Er imponierte mit 12,02 Sekunden

über 80 Meter Hürden (4. DBL) und zwei weiteren PB über 100 Meter (12,79 sec) und im Weitsprung (5,44 m). Im Hochsprung blieb er vier Zentimeter unter seiner PB von 1,73 Metern vom Frühjahrssportfest, liegt aber mit ihr weiterhin auf Rang zwei der DBL.

Moriz Dollinger dominiert den Block Wurf

Den Block Wurf der M14 beherrschte Moritz Dollinger mit hervorragenden 2.622 Punkten. Er nimmt Rang zwei der DBL ein. Er glänzte mit zwei PB über 100 Meter (12,85 sec) und im Diskuswurf (33,40 m). Über die Hürden schrammte er nur um fünf Hundertstel an seiner PB vorbei.

Theresa Reiser stellt Niederbayerischen Hürdenrekord ein

Eine hochkarätigen Niederbayerischen Rekord stellte Theresa Reiser im Rahmen des Block Sprint/Sprung der W13 ein. Sie flitzte in 9,57 Sekunden über die 60 Meter Hürden, genauso wie Anna Biller (1. FC Passau) vor 22 Jahren. Sie bestach zudem über 75 Meter mit 10,17 Sekunden und im Weitsprung mit 4,62 Metern (jeweils PB). Nur 41 Punkte fehlten ihr mit 2.450 Punkten zum Niederbayerischen Rekord von Franziska Schlichting (TV Hauzenberg). Reiser blieb mit 1,42 Metern sieben Zentimeter unter ihrer Hochsprung-PB, ihr Speer landete schon bei 16,94 Metern. Hervorragende Vierte wurde im gleichen Wettbewerb Lilly Straub mit 2.117 Punkten. Sie stellte gleich vier PB über 75 Meter und 60 Meter Hürden sowie im Weitsprung und Speerwurf auf.

Niederbayerischer Mehrkampfekord für Lina Dollinger

Der zweite Niederbayerische Rekord ging auf das Konto von Lina Dollinger in der W12 im Block Sprint/Sprung mit 2.284 Punkten (bisher Theresa Wasmeier, TuS Pfarrkirchen). Unangefochten sicherte sie sich den Titel mit vier PB über 75 und 800 Meter, 60 Meter Hürden und im Ballwurf. Hinter ihr überraschte mit Silber und 2.038 Punkten Anastasia Groh. Garant ihres Erfolges waren PB über 60 Meter Hürden, 800 Meter und im Ballwurf. Im Block Sprint/Sprung der W14 belegten Valentina Pratelli und Cosima Al-Khatib die Plätze zehn und zwölf mit 2.152 und 2.028 Punkten.

03.05.2026: Alleelauf in Mettenheim

Anneli Dinse siegt beim 5-Kilometer-Lauf

Nach einer harten Trainingseinheit am Samstag „gönnte“ sich **Anneli Dinse** am Sonntag das 5-Kilometer-Rennen beim Alleelauf in Mettenheim, gelegen zwischen Inn und Isen bei Mühldorf am Inn. Die 16-Jährige gewann ihre Altersklasse U18 in 21:55 Minuten mit über einer Minute Vorsprung. Insgesamt waren über 700 Läuferinnen und Läufer am Start, über 5 Kilometer 250. Gesamt belegte Anneli Dinse bei den Frauen Rang sechs.



06.05.2026: Abendsportfest in Pfungstadt

Linda Meier löscht 31 Jahre alten 1500-Meter-Rekord aus den Rekord-Annalen

Linda Meier blieb in Pfungstadt in 4:23,46 Minuten 23 Hundertstel unter dem alten 1500-Meter-Bezirksrekord. Die hessische Kleinstadt in der Nähe von Frankfurt steht in der Leichtathletik-Szene für schnelle 800- und 1500-Meter-Rennen. Jedes Jahr pilgern hunderte von deutschen

Mittelstreckenläufern, aber auch internationale Athleten nach Pfungstadt. Ihr einziges Ziel: Bestzeiten in Rennen mit Tempomachern.

Hochklassige Konkurrenz mit 800-Meter-Läuferinnen

Meier sah sich bei sehr kühlen Temperaturen einer geballten Macht von 800-Meter-Läuferinnen gegenüber. An ihrer Spitze Jana Becker (Königsteiner LV), Deutschlands Jugend-Leichtathletin des Jahres und amtierende U20-Europameisterin über 800 Meter (PB 1:59,59). Außerdem am Start Lara Tortell (Athletics Team Karben, PB 2:03,87) und Franziska Schindler (TSV Mainz, PB 2:06,23). Beckers Vereinskollegin Vanda Skupin-Alfa (PB 2:08,50) agierte als Tempomacherin. Nach zwei 68er-Runden flachte das Tempo der vierköpfigen Spitzengruppe sichtlich ab. Meier rollte mit den 800-Meter-Läuferinnen mit, besaß „gute Beine“. „Eingangs der letzten Runde überlegte ich, einen langen Spurt zu ziehen, zögerte jedoch zu lange, traute mich nach der langen Bahnpause nicht“, schilderte Meier kurz nach dem Rennen entspannt ihre Renntaktik.



Auf der letzten Rille zum Rekord von Margit Kleis

Die drei Konkurrentinnen schalteten bei 1300 Meter den Turbo ein. Schnell tat sich eine Lücke auf. Meier rettete sich mit Niederbayerischem Rekord von 4:23,46 Minuten in das Ziel. Becker gewann in 4:19,57 Minuten vor Tortell (4:20,42) und Schindler (4:21,99). Der Rekord stand bisher bei 4:23,69 Minuten. Margit Kleis (LG Pocking-Ruhstorf) rannte ihn 1995 als Deutsche U20-Vizemeisterin, auch sie von LAC-Coach Klaus Hammer-Behringer betreut.

09.05.2026: Bayern-Top-Meeting in Germering

Hetzner, Plöchinger und Walz mit Normen für die U20-DM

Vier Normen für die Deutschen Jugend-Meisterschaften und mehrere persönliche Bestleistungen – das war die Ausbeute der Sprinter und Springer beim Bayern-Top-Meeting in Germering. **Sebastian Hetzner** über 100 und 200 Meter sowie **Emma Plöchinger** und **Catharina Walz** über 100 Meter unterboten die Normen für die U20-DM in Bochum-Wattenscheid.

Sebastian Hetzner mit persönlicher Bestleistung über 200 Meter

Wegen der hochklassigeren Konkurrenz startete Hetzner im 100-Meter-Sprint bei den Männern. Im Finale sprintete er hinter Fabian Olbert (10,43; Munich Athletics), Deutscher Meister mit der 4 x 100-Meter-Staffel, und Jonas Grundeis (10,68; LG Stadtwerke München) nach verhaltenem Start als Dritter 10,75 Sekunden (VL 10,94). Eine neue persönliche Bestleistung (PB) verzeichnete das Mitglied des Nationalkaders über die halbe Stadionrunde. In 21,79 Sekunden war der Pockinger drei Hundertstel schneller als bisher. Etwas zu dosiert in der Kurve laufend, konnte er die Geschwindigkeit auf der Zielgeraden hochhalten.



Emma Plöching stark im Vorlauf und Finale

Nach langer verletzungsbedingter Wettkampfpause im letzten Jahr ließ David Kantzog noch immer viel Vorsicht walten bei seinen 11,34 Sekunden im 100-Meter-Vorlauf. Emma Plöching zeigte zwei klasse Rennen im Vorlauf (12,17) und Finale (12,08), schrammte nur um fünf Hundertstel an der PB vorbei. Bei der Technik im freien Sprint hat die 18-Jährige noch Luft nach oben. Sie belegte Rang vier im U20-Finale. Auf die 200 Meter verzichtete die Vilshofnerin wegen leichter Probleme mit den Hamstrings.



Schneller als je zuvor Catharina Walz

Im gleichen Finale standen als Sechste und Achte auch Catharina Walz und Lilo Ketzel. Walz steigerte ihre PB deutlich um 25 Hundertstel auf 12,33 Sekunden (VL 12,39). Ketzel lieferte solide 12,54 Sekunden ab (VL 12,49). Den Weitsprung der U20 gewann Walz mit neuer PB von 5,47 Metern. Die 18-Jährige hat von der Hang- auf die Laufsprungtechnik umgestellt. Fünf gültige Versuche mit guten Sprüngen, doch mit keinem war Dreispringerin Ketzel am Brett. Sie musste sich mit 11,23 Metern und Platz zwei begnügen. Elena Gust lief in 15,71 Sekunden in das Frauen-Finale über 100 Meter Hürden, belegte dort Rang sechs (17,40).



Persönliche Bestleistung für Clara Seifert im Hochsprung

Über eine PB im Hochsprung und den fünften Platz in der U18 freute sich Clara Seifert mit 1,45 Metern. Wegen Problemen mit dem Anlauf landete sie im Weitsprung bereits bei 4,48 Metern.



14.05.2026: Bayerncup in Donauwörth

Frauen-Team siegt zum vierten Mal in Folge beim Bayerncup

Das Frauen-Team hat sich zum Seriensieger beim Bayerncup entwickelt. Angetreten unter StG Passau-Pfarrkirchen-Ortenburg, jedoch nur mit Athletinnen des LAC Passau besetzt, gewann diese zum vierten Mal in Folge die Bayerische Mannschaftsmeisterschaft. Und das denkbar knapp mit einem Punkt Vorsprung vor dem SWC Regensburg (43) und dem TSV Schleißheim (40).



High Noon bei den 1.500 Metern

Vor dem letzten Wettbewerb, dem 1.500-Meter-Rennen, lagen StG und SWC gleichauf. Alles hing von 400-/800-Meter-Spezialistin **Elisa Schöne** ab. Sie setzte sich mit einem langgezogenen 200-Meter-Spurt souverän gegen SWC-Athletin Jana Vogel in persönlicher Bestzeit durch. Drei Stunden zuvor hatte Schöne bereits den Langsprint in starken 57,57 Sekunden gewonnen.

Emma Plöching wieder pfeilschnell

Viele Punkte holte auch **Emma Plöching** als Siegerin des 100-Meter-Sprints und Mitglied der siegreichen 4 x 100-Meter-Staffel. Sie bestätigte ihr derzeit hohes Niveau mit 12,09 Sekunden. Einen der fünf Passauer Siege heimste wie im Vorjahr **Tamara Leidl** im Speerwurf mit 39,42 Metern ein. **Elena Gust** lief Staffel und Hürden (5.), **Catharina Walz** ebenfalls Staffel und belegte Rang zwei im Weitsprung. **Sarah Leidl** sprang hoch (5.), **Nicola Leidl** stieß Kugel (4.) und warf Diskus (5.).

U16-Team der Mädchen belegt einen ausgezeichneten siebten Platz

Überraschend wurde das sehr junge U16-Team unter 16 Mannschaften mit vielen neuen Bestleistungen Siebter. Bis auf **Franziska Bichlmeier** können alle Athletinnen auch im nächsten Jahr wieder in der U16 starten. Bichlmeier gewann mit einem klasse Spurt auf der Zielgeraden die 800 Meter in 2:22,50 Minuten, schrammte nur um drei Zehntel an der DM-Norm vorbei. Über die 80 Meter Hürden glänzte als Dritte **Theresa Reiser** in 12,70 Sekunden, genauso wie **Anna Fuchs** im Hochsprung mit 1,46 Metern. Beide waren wie **Valentina Pratelli** und **Cosima Al-Khatib** Mitglied des Staffelquartetts auf Rang drei. Pratelli sprang zudem Weit (5.), Al-Khatib warf Speer (15.) und **Sophia Leidl** Diskus und Kugel (jeweils 16.).



Frauen (6 Teams):

1. StG PA-PAN-O (44 Punkte) 2. SWC Regensburg (43) 3. TSV Schleißheim (40) 4. LG Region Landshut (34,5) 5. LAZ Würzburg (27,5) TS Herzogenaurach disq.

Weibliche Jugend U16 (16 Teams):

1. TSV Bad Endorf (107) 2. StG Oberpfalz Süd/Mitte und TV Geisenfeld (103) 4. LG Sempt (101,5) 5. StG Untere Isar weiblich (99) 6. LG Würm-Athletik (97) 7. StG PA-PAN-O (79) 8. StG Friedberg (75,5)

16.05.2026: Schülersportfest in Arnstorf

Paul Schwarzmeier fliegt mit zu viel Wind auf 6,16 Meter

Den Wettbewerb im Weitsprung gewann **Paul Schwarzmeier** (M14) mit einem „Flug“ auf 6,16 Meter. Er wird allerdings nicht in den Bestenlisten geführt. In der aktuellen DLV-Jahresbestenliste wäre es Rang zwei. Das gilt auch für das Vierkampf-Ergebnis („Rang eins“). Mit 2,8 Metern pro Sekunde blies der Wind zu heftig. Aber auch reguläre 5,51 Meter bedeuteten für Schwarzmeier eine neue PB. Er überzeugte im 100-Meter-Sprint mit 12,3 Sekunden, einer



neuer PB im Kugelstoßen mit 9,78 Metern und 1,70 Metern im Hochsprung. Mit drei Disziplinsiegen und einem zweiten Platz gewann er den Vierkampf souverän mit 2.183 Punkten.

Podiumsplätze für Lilly Straub, Lina Dollinger und Sophia Gubisch

Dritte im W13-Dreikampf wurde **Lilly Straub** mit 1.291 Punkten. Sie sprintete zur PB über 75 Meter in 10,8 Sekunden, sprang 4,25 Meter weit und warf den Schlagball auf 32,50 Meter. Den W12-Dreikampf mit 1.346 Punkten und das 800-Meter-Rennen in 2:56,9 Minuten gewann **Lina Dollinger**. Sie rannte 10,3 Sekunden über 75 Meter, sprang PB mit 4,82 Metern und schleuderte den Schlagball auf 25 Meter. In der gleichen Altersklasse wurde **Anastasia Groh** Vierte mit 1.208 Punkten. Dafür sprintete sie 10,7 Sekunden, sprang 4,27 Meter weit und warf 24 Meter. Die Jüngste im Bunde, **Sophia Gubisch** (W11), war als Dritte mit 1.105 Punkten auf dem Siegerpodium. Für sie wurden 8,1 Sekunden über 50 Meter, 3,73 Meter im Weitsprung und 25,50 im Ballwurf notiert.

16.05.2026: Ludwig-Jall-Sportfest im Dante-Stadion

Emma Plöchingen knackt 200-Meter-DM-Norm

Das Wetter beim Internationalen Ludwig-Jall-Sportfest in München war nichts für Sprinter und Springer. Regenschauer, Regen mit Hagel, starker Wind, stark abgekühlte Temperaturen sind nicht leistungsfördernd. Trotzdem gelang es **Emma Plöchingen**, **Lilo Ketzel** und **Catharina Walz** schnelle 200er auf die Bahn zu zaubern, zweimal sogar mit persönlicher Bestzeit. Plöchingen steigerte nicht nur ihre alte Bestzeit um sieben Hundertstel auf Klasse 25,03 Sekunden. Die 18-Jährige blieb als Vierte im 27-köpfigen Feld der Frauen auch unter der U20-DM-Norm (25,40) für die Deutschen Jugendmeisterschaften Mitte Juli. Lilo Ketzel sprintete als Achte 25,69 Sekunden, ein solider Einstieg der 17-Jährigen in die Saison auf der halben Stadionrunde.

Bestzeit für Catharina Walz

Ebenfalls über eine neue Bestzeit freute sich Catharina Walz im Dante-Stadion. Sie war als Neunte in 25,75 Sekunden 13 Hundertstel schneller als bisher.

Lilo Ketzel fehlt ein Zentimeter zur DM-Norm im Dreisprung

Bereits fünf Stunden vor den 200-Meter-Sprints fand der Dreisprung statt. Ein Zentimeter fehlte Ketzel mit 11,79 Metern zur U20-DM-Norm. Während die beiden vor ihr liegenden Athletinnen Rückenwind bei ihren besten Sprüngen hatten, bremste Ketzel im zweiten Sprung ein Gegenwind von 0,7 Meter pro Sekunde aus. Cristina Ammer (TuS Pfarrkirchen) sprang 12,40 Meter (+1,3), Emmanuela Mensah 12,01 Meter (+1,1). Im fünften Durchgang flog Ketzel deutlich über zwölf Meter. Leider war der Sprung um drei, vier Zentimeter übertreten.



17.05.2026: Läufermeeting in Pliezhausen

Marco Voggenreiter und Linda Meier mit nationalen Spitzenzeiten

Erstklassig präsentierten sich **Linda Meier**, **Marco Voggenreiter**, **Sebastian Hetzner** und **Franziska Bichlmeier** beim Internationalen Läufermeeting in Pliezhausen. Ein Niederbayerischer Hindernisrekord, ein hauchdünn verfehelter Niederbayerischer 3.000-Meter-Rekord, eine U20-WM-Norm mit der Staffel und eine U16-DM-Norm waren ihre Ausbeute. Leider auch ein verletzter Sebastian Hetzner. Der DLV testete in Pliezhausen seine Nachwuchs-Sprintstaffeln. Immer präsent ist dort auch Weitsprung-Olympiasiegerin Malaika Mihambo, die über 80 und 150 Meter startete. Unter die Zuschauer mischte sich auch heuer wieder 5.000-Meter-Olympiasieger Dieter Baumann aus Tübingen.



Schnellster Jugendlicher mit Niederbayerischem Rekord

Voggenreiter ging über 2.000 Meter Hindernis im A-Lauf in das Rennen, gespickt mit vielen deutschen Top-Athleten. Für die 18 Hindernisse und fünf Wassergäben sortierte er sich nach dem Start in der zweiten Gruppe ein. Nach einem Kilometer deutete wenig auf eine Zeit unter 5:50 Minuten hin. Doch 500 Meter vor dem Ziel zündete das Mitglied des Nachwuchs-Nationalkaders einen grandiosen langen Spurt, distanzierte in 5:46,58 Minuten U20-EM-Starter Karl Geburek (ASV Erfurter) um eine Sekunde. Im Ziel lagen unmittelbar vor ihm Nick Jäger (Franconia Athletics, 5:42,46), Deutscher 10.000-Meter-Meister, und Kurt Lauer (VfL Sindelfingen, 5:41,90), Finalist der U23-EM. Der Pole Maciej Megier siegte mit Meetingrekord (5:19,12). Als schnellster Jugendlicher wurde Voggenreiter geehrt. Der 18-Jährige pulverisierte seinen Niederbayerischen Rekord um sechs Sekunden.

Ein Hauch von vier Hundertstel fehlt Linda Meier zum Rekord

Ein Rekordlauf gelang beinahe auch Linda Meier im A-Lauf der Frauen über 3.000 Meter. Eine Tempomacherin sorgte für 3:02 Minuten bei einem Kilometer. Meier hatte sich mit einer kleinen Lücke als Sechste eingereiht. Bei Kilometer zwei ergriff sie die Initiative, arbeitete sich Meter um Meter an das Führungstrio heran, hatte 200 Meter vor dem Ziel Tuchföhlung mit Julia Ehrle (LG farbtex Nordschwarzwald). Die U20-Berglauf-Weltmeisterin und mehrfache Deutsche Jugendmeisterin hielt dagegen, zeigte auf der Zielgeraden als Dritte ein starkes Finish (9:14,76). Vera Petrykowski (Cologne Athletics) siegte in 9:11,31 Minuten vor Katja Bäuerle (9:14,03). Vier Hundertstel fehlten Meier als Vierte in 9:17,05 Minuten zu ihrem Niederbayerischen Rekord. Im C-Lauf am Morgen lief Helena Lackner in ihrem ersten 3.000-Meter-Rennen und Wettkampf für den LAC Passau gute 11:06,37 Minuten.



Franziska Bichlmeier Dritte mit DM-Norm über die Hindernisse

DM-Norm (5:40) abgehakt, jedoch sichtlich enttäuscht über ihre Zeit lief Franziska Bichlmeier als Dritte des 1.500-Meter-Hindernisrennens in das Ziel. Groß war die Abstand nach vorne und hinten zur Konkurrenz; einen längeren Abschnitt war die Vierzehnjährige „alleine“ unterwegs. Die Schweizerin Elena Etter (5:02,29) gewann vor Merle Steinmann (KSG Gerlingen, 5:08,38). Verschnupft steigerte sich Bichlmeier um elf Sekunden auf 5:21,06 Minuten, liegt aktuell auf Rang vier der DLV-BL.



Sebastian Hetzner in der DLV-U20-Staffel mit WM-Norm

Sebastian Hetzner zeigte als Startläufer der zweiten U20-Staffel des DLV eine gute Leistung. Diese blieb in 40,57 Sekunden wie das erste 4 x 100-Meter-Quartett des DLV (39,83) unter der WM-Norm (40,75). Bitter für Hetzner. Er verletzte sich an der Oberschenkelrückseite. Im besseren Fall eine Zerrung, im schlechteren ein Muskelfaserriss mit vier bis sechs Wochen Wettkampfpause.

17.05.2026: Halbmarathon in Regensburg

Julian Huber mit Leistungssprung

Ein großer Leistungssprung gelang **Julian Huber** beim Halbmarathon in Regensburg. Auf der schnellen Strecke, zum großen Teil durch die Altstadt, lief er bei optimalen Temperaturen 1:22:54 Stunden (Schnitt 3:55). Er belegte unter 2.400 Männern gesamt Rang 43, in der Männerhauptklasse Rang 19. 2025 waren es noch 1:37:57 Stunden und gesamt Rang 88.

20.05.2026: Läufercup II in Karlsfeld

Sebastian Flisek und Julius Dinse mit Bestzeit über 2.000 Meter

Nach dem Frühjahrssportfest liefen **Sebastian Flisek** und **Julius Dinse** ihr zweites Rennen über 2.000 Meter beim Läufercup in Karlsfeld. Beide steigerten sich deutlich, Flisek (M13) um 18 Sekunden auf 7:49,76 Minuten, Dinse (M12) um zwölf Sekunden auf 7:56,74 Minuten. Im gleichen Lauf rannte Helena Pledl (W15, LV Deggendorf), Trainingskollegin aus dem TEAM Lauf 7:48,47 Minuten. Anneli Dinse (U18) „zerlegte“ es nach einer längeren Krankheitspause und viel zu schnellen ersten 300 Metern über 1.500 Meter (5:42,80 min).



20.05.2026: HORIZONTAL JUMPS MEETING in Zirndorf

Lilo Ketzel springt an der DM-Norm vorbei

Einen zweiten Anlauf auf die U20-DM-Norm im Dreisprung nahm **Lilo Ketzel** in Zirndorf. Fehlte in München nur ein Zentimeter, sprang Ketzel in Zirndorf beim HORIZONTAL JUMPS MEETING deutlich an der Norm von 11,80 Metern vorbei. Die beste Weite blieben die 11,56 Meter im dritten Durchgang (+0,1). Ansonsten landete sie bereits bei 10,85 (+1,7), 11,17 (+1,5), 11,18 (+0,1), 11,20 (-0,4) und 11,43 (+1,9) Metern in der Grube. Bei einem der Versuche war sie optimal am Brett, zog den Sprung jedoch nicht voll durch, da sie sich sicher war, übertreten zu haben.



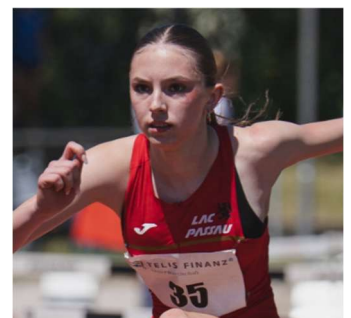
30.05.2026: Rolf-Watter-Sportfest in Regensburg

Emma Plöching mit spitze Zeiten über 100 und 200 Meter

An ihren bisherigen Saisonverlauf knüpfte **Emma Plöching** in Regensburg nahtlos an. Auf Rang drei sprintete sie über die 100 Meter der U20 in 12,10 Sekunden. Hauchdünn schrammte sie um eine Hundertstel in 25,04 Sekunden als U20-Zweite an einer PB über 200 Meter vorbei. Lilo Ketzel lief als Dritte mit 25,54 Sekunden SB.

Staffelsieg von Moog, Plöching, Lange und Ketzel

Zusammen mit **Fiona Moog** und **Emma Lange** gewannen die beiden die 4 x 100-Meter-Staffel der U20 in 48,09 Sekunden. Fiona Moog sprintete nach längerer verletzungsbedingter Wettkampfpause über 100 Meter 13,01 (8. U18), Joline Spakowski mit PB 13,95 (30. U18) und **Elena Gust** 13,15 Sekunden. Spakowski lief im 100-Meter-Hürden-Sprint eine neue PB in 16,62 Sekunden (9. U18). Im Einlagerennen der Frauen wurde Gust Fünfte über 100 Meter Hürden in 17,30 Sekunden.



Saisonbestleitung für David Kantzog

Bei den Männern steigerte sich **David Kantzog** in 11,27 Sekunden (10.) auf eine SB. Trotz längerer Verletzungspause verfehlte Patrik Haselböck über 100 Meter seine PB in 11,39 Sekunden nur um drei Hundertstel (2. U18). Mit großem krankheitsbedingten Trainingsrückstand lief **Anneli Dinse** über 800 Meter 2:38,32 Minuten (8. U18). Die Jüngsten im U16-Feld, **Sebastian Flisek** (M13) und **Julius Dinse** (M12), rannten 2:46,42 und 2:47,38 Minuten (7. und 8.).



24.05.2026: IAMF-Athletics-Meeting in Brüssel

Marco Voggenreiter mit U20-WM-Norm über die Hindernisse

In glänzender Verfassung präsentierte sich **Marco Voggenreiter** bei einem internationalen Meeting in Brüssel. In 8:52,57 Minuten unterbot der 18-Jährige klar die U20-WM-Norm im 3.000-Meter-Hindernis-Rennen (9:00,00). Anfang August finden in Eugene (Oregon) die World Athletics U20-Championships statt.

40 Jahre alter Niederbayerischer Männerrekord ist Geschichte

Bei seinem Husarenritt über sieben Wassergräben und 28 Hindernisse durchbrach Voggenreiter nicht nur die Neun-Minuten-Marke. Er steigerte seinen Niederbayerischen Jugendrekord um elf Sekunden und verbesserte zugleich den Männerrekord. Der hatte einige Patina angelegt. 40 Jahren hielt ihn Herbert Eckmüller (LG Wolfstein) mit 8:53,97 Minuten. Brüssel bot Bedingungen, die es - außer bei der Langen Lafnacht in Karlsruhe - in Deutschland nicht gibt: 72 Top- Hindernisläufer in drei Rennen. Durch die hohe Leistungsdichte musste Voggenreiter wie viele in den ersten Runden die Hindernisse mehr oder weniger „blind“ anlaufen.



Pfeilschneller letzter Kilometer

In 2:57 Minuten ging Voggenreiter bei 1.000 Meter durch. Auf dem zweiten Kilometer schloß das Feld etwas ein (3:01). Dann wurde das Tempo deutlich verschärft, um die beste Position heftig gerangelt. Alle wollten über die Hindernisse und den 3,66 Meter langen Wassergaben durch die Mitte. Voggenreiter fand sich am letzten Wassergraben rechts außen wieder, rannte ein paar Meter mehr. Mit einem letzten Spurt sicherte sich das Mitglied des Nachwuchsnationalkaders die WM-Norm.

Mitten im Abistress

„Es war ein hartes Rennen, das sehr weh getan hat. Ich bin glücklich, dass der Druck, die Norm zu schaffen, weg ist“, kommentierte Voggenreiter seine exzellente Leistung. Luft nach oben sei noch vorhanden. In der gleichen Woche schrieb er drei Abiturprüfungen, die letzte am Freitag. Dann ging es mit einer Zwischenstation weiter nach Brüssel.



Nur zweieinhalb Sekunden fehlen zum Perspektivkader

Mit der dortigen Zeit hat sich der Fürstenzeller bereits den Verbleib im Nationalkader für 2027 gesichert (Norm 9:00). Ja er ist sogar nah an der Norm für den Perspektivkader dran (8:50), der nächsthöheren Stufe im Nationalkader mit einer deutlich besseren Förderung durch den DLV.

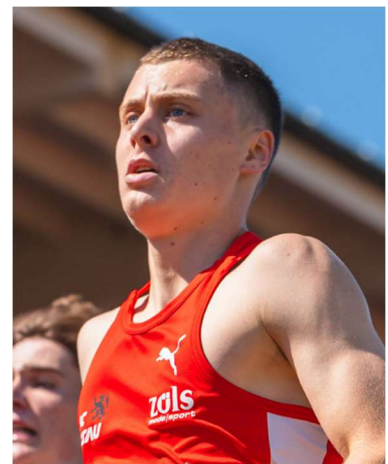
High Noon bei der U20-DM

Die Erfüllung der Norm ist die eine Sache, die Nominierung für die WM durch den DLV eine andere. In deren Genuss kommen nur die beiden Schnellsten der U20-DM mit erfüllter Norm. Neben Voggenreiter gelang dies in Brüssel auch Levin Saveur (LG Stadtwerke München) in 8:44,55 Minuten. Er stand bereits im U20-EM-Finale von 2025. Ein heißer Anwärter auf eine WM-Nominierung ist Jakob Rödel (SC DHfK Leipzig). Der Leipziger wurde Vierter im U20-EM-Finale in 8:47,74 Minuten. Zum High Noon kommt es Mitte Juli bei der U20-DM. Voraussichtlich werden es der Deutsche Meister und Vizemeister sein, die für die U20-WM nominiert werden.

30.05.2026: Die Lange Lafnacht von Karlsruhe

Marco Voggenreiter bricht auch den 27 Jahre alten 1.500-Meter-Bezirksrekord

Zwei Wochen der Rekorde für **Marco Voggenreiter**. Bei der Langen Lafnacht von Karlsruhe beeindruckte er mit der nächsten Steigerung. Er löschte auch den niederbayerischen Jugendrekord über 1.500 Meter in 3:51,56 Minuten aus den Rekordlisten. Beim Läufermeeting in Pliezhausen zwei Wochen zuvor stellte er einen hochkarätigen U20-Bezirksrekord über 2.000 Meter Hindernis auf, führt die DLV-Jahresbestenliste an. Der nächste Paukenschlag eine Woche später in Brüssel über 3.000 Meter Hindernis mit U20-WM-Norm und Jugend- und Männerrekord.



„Now or never“

Die Lange Lafnacht in Karlsruhe hielt unter ihrem Motto „Now or never“, was sie versprach. Elf Stunden Laufsport pur mit internationalen und nationalen Spitzenathleten und ambitionierten Nachwuchstalenten. In über 60 Rennen mit über 1.000 Läufern aus 32 Nationen ging es über 800, 1.500, 5.000 Meter und 3.000 Meter Hindernis Schlag auf Schlag.

In einem hektischen Feld bei 28 Grad mit einem zu schnellen Pacer

28 Grad waren auch für die 1.500-Meter-Läufer nicht die optimale Temperatur. Im Rennen von Voggenreiter, im achten von zwölf 1.500-Meter-Rennen, sollte der Pacer bei 400 Meter in 60 Sekunden durchgehen. 58,5 Sekunden waren deutlich zu schnell. Das dichte Feld agierte sehr unruhig. Voggenreiter arbeitete sich nach 600 Metern von der Innenkante nach außen, um einen ruhigeren Laufrhythmus zu finden, als ihm auf Bahn zwei plötzlich ein Konkurrent im wahrsten Sinne des Wortes vor die Füße sprang. Der Laufrhythmus ging für einige Meter ganz verloren. Dies wiederholte sich beim zweiten Versuch nach 800 Metern (2:01 min) wie eine Kopie des ersten. Erneut war es der gleiche Konkurrent.

Sieben Zehntel unter dem alten Bezirksrekord

Durch die Hektik im Feld verlor das Rennen an Tempo. Auf den letzten 100 Metern bündelte Voggenreiter im Spurt nochmal alle Kräfte, unterbot den 27 Jahren alten U20-Rekord von Andreas Lorenz (TV Zwiesel, 3:52,63) um sieben Zehntel. Im insgesamt 162-köpfigen Feld war er der drittschnellste deutsche Jugendliche. Damit war sein „Arbeitstag“ noch nicht zu Ende. 80

Minuten später machte er einen Kilometer lang Tempo im langsameren der drei 3.000-Meter-Hindernisrennen.

05.06.2026: „Running & Music Meets Pole Vault“ in Weinstadt

Schnelle 5.000 Meter für Helena Lackner

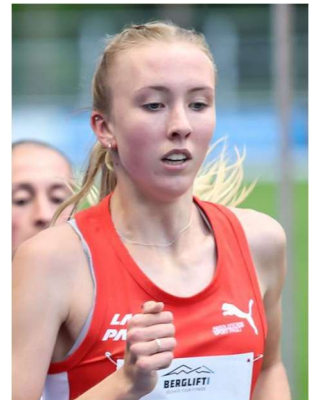
Toller Einstand für **Helena Lackner** bei „Running & Music Meets Pole Vault“ in Weinstadt, nahe Stuttgart. In ihrem ersten 5.000-Meter-Rennen wurde sie Dritte in 18:56,94 Minuten. Das Rennen gewann Sandra Burkhardt (18:22,73, LAZ Ludwigsburg) vor Eva Ortner (18:27,55, SSV Ulm). Sommernacht-Atmosphäre beim Start um 22 Uhr mit Flutlicht und Musik beflügelte die Läuferinnen. Lackners Renntempo zielte auf 19 Minuten. Die Durchgangszeiten passten bei den Kilometermarken. Mit einer 84er-Schlussrunde erkämpfte die 27-Jährige sich einen Podiumsplatz. Nach dem Wettkampf waren alle Teilnehmer vom Veranstalter SG Weinheim zu Cocktails, Snacks und Musik bis Mitternacht eingeladen.



06.06.2026: „The Lightning 10.000“ in Stadtallendorf

Linda Meier schrammt über 5.000 Meter am Bezirksrekord vorbei

Hochklassigen Sport bot das Leichtathletik-Meeting „The Lightning 10.000“ im frisch sanierten Stadtallendorfer Herrenwaldstadion. Im Mittelpunkt standen die Rennen über 5.000 und 10.000 Meter, gespickt mit nationalen und einigen internationalen Top-Athletinnen und -Athleten. **Linda Meier** peilte im 5.000-Meter-Rennen die 16-Minuten-Marke an. Im besten Fall sollte eine „15“ vorne dran stehen.



„Wavelight“-System ersetzt Tempomacher

Tempomacher fehlten. Sie ersetzte das sogenannte „Wavelight“-System, ein optischer Pacemaker. Am Innenrand der Laufbahn installierte farbige LED-Leisten visualisieren das Renntempo. Lichtwellen wandern in der gewünschten und programmierten Geschwindigkeit um die Bahn, liefen für unterschiedliche Zielzeiten parallel. Das „Wavelight“-System war auf 15:15, 15:25, 15:50 und 16:25 Minuten eingestellt.

Vier Kilometer an der Spitze der 15:50-Gruppe

Linda Meier startete schnell, befand sich nach wenigen Metern an der Spitze der 15:50-Gruppe. Gleichmäßig spulte sie ihre Runden ab, immer etwas hinter „ihrer“ Lichtwelle bleibend, Richtung 16 Minuten laufend. Im Schlepptau hatte sie den Tross der 16-Minuten-Läuferinnen. Keine schickte sich an, die Tempoarbeit zu übernehmen, auch wenn Meier die Innenbahn frei machte. In 9:39 Minuten ging sie bei 3.000 Meter durch.

16:15,90 Minuten nach Einbruch ab Kilometer vier

Ab Kilometer vier wurde Meier kontinuierlich langsamer, einige ihrer Verfolgerinnen überholten sie. Meier brach auf den letzten beiden Runden ein. Mit 16:15,90 Minuten war sie eine schnelle

Zeit gelaufen - und doch zu langsam. Groß war die Enttäuschung. Meier hatte nicht nur deutlich die 16-Minuten-Marke verfehlt, sondern um 0,81 Sekunden auch ihre Bestzeit und um 1,67 Sekunden den Niederbayerischen Rekord, gehalten von Eva Schultz (LG Passau).

Dritte der U23 mit DM-Normen für die U23 und Frauen

Gesamt lief Meier als Zehnte ein, in der U23-Wertung als Dritte hinter der Äthiopierin Belete Tibebu Selamawit (15:26,36) und der Israelin Ayala Harris (16:12,70). Das Rennen gewann Blanka Dörfel (Berlin Athletics Capital Club), amtierende Deutsche 10.000-Meter-Meisterin, in 15:11,89 Minuten vor der Italienerin Federica Del Buona (15:16,61) und der Österreicherin Lisa Redlinger (15:19,02). Kein Trost für Meier, als Siebte der U23 in der aktuellen DLV-Jahresbestenliste unterbot sie klar die Normen über 5.000 Meter der U23-DM und Frauen-DM.

06./07.06.2026: Sparkassen-Gala in Regensburg

Deutscher 100-Meter-Rekord durch Owen Ansah

Viele deutsche Top-Sprinter gaben sich ein Stelldichein bei der Sparkassen-Gala in Regensburg, boten Sprintkost vom Feinsten. Herausragend Owen Ansah (Hamburger SV) im 100-Meter-Sprint mit einer Steigerung seines Deutschen Rekordes auf 9,98 Sekunden. Er gewann vor Yannik Wolf (10,14, Munich Athletics) und Lucas Ansah-Prepah (10,17, Hamburger SV). Ansah und Wolf erfüllten zudem die EM-Norm für Birmingham. Sommerliche Temperaturen und leichter Rückenwind verschafften den Sprintern optimale Bedingungen.

Emma Plöchingen brennt 11,79 Sekunden auf den Tartan

Sie nutzte auch **Emma Plöchingen**. Die 18-Jährige hatte einen Startplatz für die 100-Meter-Eliteläufe der U20 am Samstag ergattert. Plöchingen steigerte sich gewaltig. Als Siegerin ihres Vorlaufs in starken 11,79 Sekunden pulverisierte die Bayernkaderathletin ihre bisherige Bestleistung (12,03), gehört jetzt zu den schnellsten jugendlichen Sprinterinnen der niederbayerischen Leichtathletik-Geschichte. Nur drei Hundertstel fehlten für das Finale. Die Vilshofenerin nimmt Rang 13 der DLV-Jahresbestenliste ein.

Auch über 200 Meter DM-Norm mit klasse Zeit

Am Sonntag legte Plöchingen über 200 Meter nach, schraubte ihre erst drei Wochen alte Bestzeit auf 24,74 Sekunden runter. Damit erfüllte sie über beide Sprintstrecken erneut die DM-Normen (12,40 und 25,40).

Catharina Walz mit 100-Meter-DM-Norm und Bestleistung im Weitsprung

Nur um eine Hundertstel schrammte **Catharina Walz** in den Sonntagsrennen in 12,34 Sekunden mit DM-Norm an ihrer Bestzeit vorbei. Eine neue Bestleistung glückte ihr im Weitsprung. Im dritten Durchgang flog sie als Sechste der U20 auf 5,54 Meter, sieben Zentimeter weiter als bisher.

Bestzeiten für Patrik Haselböck

Zwiegespalten über seine neue 100-Meter-Bestzeit war **Patrik Haselböck**. Hauchdünn um eine Hundertstel verpasste der Athlet des Bayernkaders als Zweiter der U18 die DM-Norm. Eine

weitere Bestzeit für die Freiluftsaison erzielte der Vilshofener über 200 Meter in 23,29 Sekunden. Nur in der Halle war er bisher schneller.

Dritte DM-Norm für Franziska Bichmeier

Elisa Schöne preschte nach dem Start im A-Lauf über 800 Meter an die Spitze des Feldes. In der zweiten Runde zog dieses an ihr vorbei. Nach Urlaub und verletzungsbedingten Problemen ist ihre Form noch ausbaufähig. Trotzdem, es war in 2:17,91 Minuten beim ersten 800-Meter-Rennen 2026 im Freien das bisher schnellste Freiluftrennen von Schöne. Ein erneuter Leistungssprung um drei Sekunden auf 2:19,72 Minuten gelang der Zweiten der U16, **Franziska Bichlmeier**. Zwei taktische Missgeschicke im B-Lauf kosteten ihr ein bis zwei Sekunden. Die Vierzehnjährige erfüllt jetzt die DM-Normen über 800, 3.000 Meter und 1.500 Meter Hindernis. Über alle drei Strecken ist das Lauftalent aus Erlauzwiesel unter den Top Zehn der DLV-Jahresbestenliste.



DM-Norm über 1.500 Meter für Anton Schmidmaier

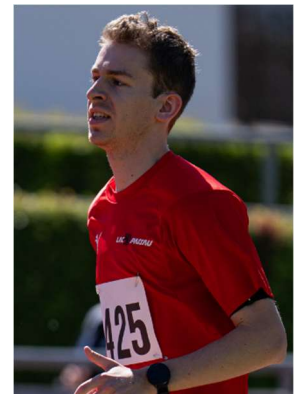
Krankheitsbedingt musste **Anton Schmidmaier** vier Monate auf Wettkämpfe verzichten. Gleich zum Saisonbeginn unterbot der Hindernisspezialist über 1.500 Meter in 4:11,77 Minuten die DM-Norm (4:13,20), war Schnellster der U18.



10.06.2026: Läufercup III in Karlsfeld

Bestzeit für Julian Huber

Von Rennen zu Rennen geht's aufwärts für **Julian Huber**. Der ehemalige Fußballer, erst seit 2025 im regelmäßigen Lauftraining, erprobte sich zuerst Straßenlauf. Jetzt zeigt er auf der Bahn seine Qualitäten, hatte sich für die Niederbayerischen Langstrecken-Meisterschaften im Dreiflüßestadion erstmals Spikes besorgt. Bei der dritten Veranstaltung des Karlsrufer Läufercups 2026 steigerte der 24-Jährige sich um 36 Sekunden über 5.000 Meter auf 17:18,38 Minuten, belegte Rang elf.



12.06.2026: Bayerische Hindernis-Meisterschaften in Ingolstadt

Silber für Anton Schmidmaier und Franziska Bichlmeier



Zweimal Silber ging bei den Bayerischen Hindernis-Meisterschaften in die Dreiflüssestadt. **Anton Schmidmaier** (U18) wurde in Ingolstadt Bayerischer Vizemeister über 2.000 Meter Hindernis. Deutlich unterbot er in 6:12,69 Minuten die Norm für die Jugend-DM (6:28,20). Der Neunte der U18-DM von 2025 spannte sich nach dem Start vor das Feld, bestimmte vier Runden lang das Tempo. Dann zog Taha Turan (LAC Quelle Fürth) einen fulminanten Spurt an. Schmidmaier konnte nicht ganz folgen. Der Fürther siegte mit zweieineinhalb Sekunden Vorsprung (6:10,16). Schmidmaier bestritt heuer erst seinen zweiten Bahnwettkampf. Nach längeren krankheitsbedingten Trainingspausen nähert er sich langsam wieder seiner Bestform an. Am Wassergraben und an den Hindernissen kämpfte er mit technischen Problemen, trippelte häufig, büßte Kraft und Zeit ein.

Hundertstel-Entscheidung über 1.500 Meter Hindernis

Ein paar Zentimeter entschieden über Gold und Silber in der U16 der Mädchen. **Franziska Bichlmeier** setzte sich über 1.500-Meter-Hindernis an die Spitze des Feldes, bestimmte fast durchweg das Tempo. Ihr dicht auf den Fersen Magdalena Irlinger (SG Neuschönau). 13 Hindernisse, 76 Zentimeter hoch, hatten sie vor sich. Dreimal überquerten sie den 3,66 Meter langen Wassergraben. Das hohe Tempo von Bichlmeier riss das Feld schnell auseinander. Nach dem letzten Wassergraben, 150 Meter vor dem Ziel, nahm Bichlmeier fünf Meter Vorsprung mit. Doch als sie vor dem letzten Hindernis trippelte sie, war Irlinger wieder dran. Schulter an Schulter spurteten sie dem Ziel entgegen. Die Konkurrentin vom Königssee (5:05,22) siegte hauchdünn um fünf Hundertstel vor Bichlmeier (5:05,27).

Franziska Bichlmeier toppt Norm für den Nachwuchs-Nationalkader NK1

Beide freuten sich riesig. Sie hatten die Norm für den Nachwuchs-Nationalkader geknackt (5:08,00). Bichlmeier steigerte sich um 16 Sekunden, katapultierte sich hinter Irlinger auf Rang drei der deutschen Jahresbestenliste.

Bestzeiten für Anneli Dinse, Lena Koch, Julian Huber, Kathrin Dinse und Helena Lackner

In weiteren Laufwettbewerben glänzten die LAC-Athleten mit Bestzeiten. Anneli Dinse (U18) lief über 800 Meter in 2:33,82 Minuten vier Sekunden schneller als bisher, Lena Koch (U16) in 2:37,62 Minuten sieben Sekunden. Julian Huber beendet sein erstes 3.000-Meter-Rennen in 9:42,86 Minuten. Ein Leistungssprung gelang Kathrin Dinse (DJK Fürsteneck) und Helena Lackner über 3.000 Meter. Dinse steigerte sich um 18 Sekunden auf 10:48,48, Lackner um 16 Sekunden auf 10:50,78 Minuten.

12.06.2026: MeetIN in Ingolstadt

Lilo Ketzel springt am 18. Geburtstag Norm für Jugend-DM

Lilo Ketzel beschenkte sich an ihrem 18. Geburtstag mit der Qualifikation für die Deutsche Jugend-Meisterschaft. Mehrere Anläufe benötigte die Dreispringerin, bis sie hinter der Norm von 11,80 Metern für die U20-DM einen Haken setzen konnte. Im fünften Durchgang landete sie beim MeetIN in Ingolstadt mit Hop, Step und Jump bei 11,88 Metern in der Sandgrube.



Vier Sprünge über 11,60 Meter – der Beste auf 11,88 Meter

Die Dritte der letztjährigen U18-DM zeigte eine gute, konstante Serie von weiteren Sprüngen mit 11,63, 11,62 und 11,74 Metern. Hinter Christina Ammer (12,73, TuS Pfarrkirchen) und Emmanuela Mensah (12,39, LAC Quelle Fürth) belegte sie Rang drei. Im abschließenden 200-Meter-Rennen leuchteten für Ketzler als erneut Dritte der Frauenwertung nur 26,22 Sekunden auf. Die Sprintleistungen waren bei fast allen etwas schlechter. Kühle Temperaturen, immer wieder Regen und Gegenwind boten keine guten Bedingungen für die Sprinter und Springer.

Start verschlafen

Catharina Walz zeigte trotz eines völlig verschlafenen Starts ein solides 100-Meter-Finale als Vierte in 12,45 Sekunden (VL 12,64). Im Weitsprung fand sie keinen guten Rhythmus im Anlauf, kam beim Absprung nicht in Position, produzierte vier ungültige Versuche. Ein 5,33-Meter-Sprung reichte für Rang fünf. David Kantzog hinterließ beim Aufwärmen einen glänzenden Eindruck. Mit 11,55 Sekunden blieb er jedoch nach dem Vorlauf deutlich hinter den Erwartungen zurück.

Patrik Haselböck zweimal Schnellster

Patrik Haselböck bot als Sieger des 100-Meter-Finals der U18 in 11,50 Sekunden und Schnellster der U18 über 200 Meter in 23,50 Sekunden solide Zeiten. Nach einer Piriformis-Verletzung im Schulsport konnte Fiona Moog (U18) in den letzten Wochen nur stark eingeschränkt trainieren. Beim Wettkampftest in Ingolstadt lief sie als Fünfte des 100-Meter-Finales bei starkem Gegenwind 13,34 Sekunden (VL 13,17).



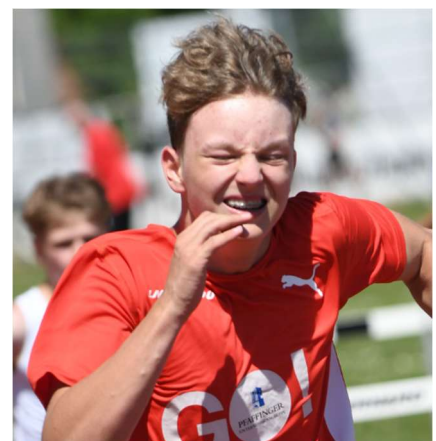
13.06.2026: Bayerische Meisterschaften im Blockmehrkampf in Pfaffenhofen an der Ilm

Moritz Dollinger und Paul Schwarzmeier Bayerische Mehrkampfmeister

Zweimal Gold, einmal Silber, das war die optimale Ausbeute von **Moritz Dollinger**, **Paul Schwarzmeier** und Moritz Sprinzing (ASV Ortenburg) bei den Bayerischen Meisterschaften im Blockmehrkampf. Alle drei gehören der Altersklasse M14 an, sind Teil der Startgemeinschaft PaPanO zwischen dem LAC Passau, TuS Pfarrkirchen und ASV Ortenburg. Regelmäßig trainieren sie gemeinsam am Landesstützpunkt Passau. Das Trio präsentierte sich bei windigen, nicht immer einfachen Bedingungen in glänzender Verfassung mit nationalen Top-Ergebnissen.

Niederbayerischer Rekord durch Moritz Dollinger

In Pfaffenhofen an der Ilm sorgte Moritz Dollinger mit einem niederbayerischen Rekord für ein Highlight im Block Wurf. Mit starken 2.723 Punkten gewann er Gold, übertraf die 26 Jahre alten niederbayerischen Rekord von Thomas Emberger (TSV Plattling) um einen Punkt. Damit nimmt er Rang zwei der deutschen Jahresbestenliste ein. Den Ein-Kilo-Diskus schleuderte er auf hervorragende 36,81 Meter, erzielte auch im Weitsprung mit 5,53 Metern und über 80 Meter Hürden in 12,23



Sekunden neue Bestmarken. Die 100 Meter sprintete er in 12,42 Sekunden (+2,4), stieß die Vier-Kilo-Kugel auf 10,74 Meter.

Paul Schwarzmeier stark mit dem Speer

Das zweite Gold ging an Paul Schwarzmeier im Block Sprint/Sprung. In einem starken Teilnehmerfeld gewann er den Titel mit 2.794 Punkten. Schwarzmeier rangiert ebenfalls auf Platz zwei der deutschen Jahresbestenliste. Er überragte im Speerwurf, schleuderte den 600-Gramm-Speer auf 41,67 Meter zu einer neuen Bestleistung. Die erzielte er auch im Weitsprung mit 5,67 Metern. Mit zu viel Rückenwind sprintete er 12,26 Sekunden über 100 Meter (+2,8) und 12,31 Sekunden über 80 Meter Hürden (+2,9). 1,64 Meter sprang er hoch.



Silber für Moritz Sprinzing

Silber hinter Schwarzmeier sicherte sich Moritz Sprinzing. Auch er erzielte mit 2.707 Punkten ein exzellentes Ergebnis, blieb nur ein winziges Pünktchen unter seiner Bestleistung. Er liegt jetzt auf Rang fünf der deutschen Jahresbestenliste. Sprinzing glänzte vor allem über die Hürden mit 12,09 Sekunden (+2,2). Er erzielte 12,46 Sekunden im 100-Meter-Sprint (+2,2), sprang 5,62 Meter weit und meisterte im Hochsprung 1,64 Meter. Sein Speer flog auf 31,97 Meter.



14.06.2026: 10-Kilometer-Lauf in Edingen-Neckarshausen

Katrina Jordan als Zweite vom Winde verweht

Eine flache Strecke, optimale Temperaturen. Doch heftiger Wind verwehte alle Ambitionen von **Katrina Jordan** auf eine schnelle Zeit beim Sommerlauf in Edingen-Neckarshausen, einem Nachbarort von Heidelberg. Im Hauptlauf über 10 Kilometer mit über 500 Teilnehmern wurde sie Zweite gesamt bei den Frauen und in der W40/45. Die 40-Minuten-Marke wäre das Ziel gewesen. Bei 40:23 Minuten steht die Bestzeit der W45-DM-Sechsten. Bei 41:19 Minuten blieb für sie in Edingen-Neckarshausen die Uhr stehen. Kein Tag für Bestzeiten. Fast über die gesamte Strecke leistete Jordan bei den Frauen die Führungsarbeit, rieb sich im Wind auf. Auf dem letzten Kilometer setzte sich Siegerin und Triathletin Franziska Fleck vom Soprema Team TSV Mannheim um sechs Sekunden von ihr ab.



14.06.2026: Ironman 70.3 in Ingolstadt

Lorenz und Felix Adler mit starker Leistung beim Ironman über die Mitteldistanz

Der Ironman in Roth am 5. Juli kann kommen. Felix Adler absolvierte in Ingolstadt erfolgreich einen letzten Test auf der Mitteldistanz. 1,9 Kilometer Schwimmen, 90 Kilometer Radfahren, 21,098 Kilometer Laufen. In der Triathlon-Szene firmiert die Mitteldistanz unter „Ironman 70.3“, abgeleitet von der Länge in Meilen.

Nach 4:18:23 Stunden im Ziel

Am Sonntagmorgen tauchten **Felix und Lorenz Adler** (LAC Passau) mit 687 Konkurrenten in den Ingolstädter Baggersee ein. Bei bestem Triathlonwetter ging insgesamt ein Rekordfeld mit 2.800 Athletinnen und Athleten aus über 50 Nationen an den Start. Im Wasser ging es wie immer turbulent zu. Den einen oder anderen Schlag bekamen auch die LAC-Athleten ab. Nach 31:16 Minuten stieg Felix Adler aus dem Baggersee, wechselte auf das Rad. Über zwei Runden und 600 Höhenmeter führte die Radstrecke. Nach 4:18:23 Stunden überquerten die Zwillingbrüder im malerischen Klenzepark bei Volksfestatmosphäre gemeinsam die Ziellinie.



Felix Adler fit für den Ironman in Roth

Im Gesamteinlauf belegten die beiden 28-Jährigen die Plätze 39 und 40, in ihrer Altersklasse M25 die Plätze 13 und 14. Die Wechselzeiten von 5:08 und 2:43 Minuten fielen etwas üppig aus, da Felix Adler, der bessere Schwimmer, eine gute Minute auf Bruder Lorenz wartete und dieser als der bessere Radfahrer nach dem Radfahren zwei Minuten auf seinen Bruder wartete.

Acht Minuten schneller als 2025

Auf der Laufstrecke spielten sie ihre Stärken aus. Sie waren in 1:13:16 Stunden mit der sechstschnellsten Zeit unterwegs. Im Oktober 2025 hatten sie den Frankfurt Marathon in 2:27:26 Stunden bestritten. Felix Adler war acht Minuten schneller unterwegs als 2025. Lorenz Adler wird nicht in Roth starten. Seine Zeit als Sparringspartner endete in Ingolstadt. In Roth macht sich Felix Adler alleine auf den Weg. 3,8 Kilometer Schwimmen im Main-Donau-Kanal, dann geht's auf die 180-Kilometer-Runde mit dem Hexenkessel am Solarer Berg. Der Marathon verläuft zum großen Teil am Kanal entlang.



17.06.2026: Midsummer Challenge in Regensburg

Anton Schmidmaier läuft Bestzeit über 1.500 Meter

Die Formkurve von **Anton Schmidmaier** zeigt weiter nach oben. Viele Wochen krankheitsbedingter Ausfälle hatten seinen Saisonaufbau deutlich verzögert. Erst am 7. Juni absolvierte Schmidmaier bei der Sparkassen-Gala seinen ersten Bahnwettkampf über 1.500 Meter in 4:11,76 Minuten. Fünf Tage nach dem Gewinn der Bayerischen Vizemeisterschaft über 2.000 Meter Hindernis und der Qualifikation für die U18-DM sammelte er weitere Wettkampfhärte am Oberen Wöhrd in Regensburg. Im A-Lauf der Midsummer Challenge steigerte er seine 1.500-Meter-Bestzeit um knapp eineinhalb Sekunden auf 4:08,70 Minuten. Als Schnellster der U18 wurde er Gesamtsiebter.



21.06.2021: Kreismeisterschaften in Arnstorf

20 Meistertitel, zehnmal Silber und dreimal Bronze

Bei hochsommerlichen Temperaturen über 30 Grad räumten die LAC-Athletinnen und -Athleten bei den Kreismeisterschaften kräftig ab. 33-mal Edelmetall lautete ihre Bilanz. Heraus ragten **Lina Dollinger**, **Theresa Reiser** und **Laura Pap-Orsag** als Dreifach-Siegerinnen. Doppelgold gewann Elena Gust. Viermal Edelmetall nahmen **Anastasia Groh** und **Moritz Dollinger** mit nach Hause.

Die Ergebnisse im Einzelnen:

- W12:** Lina Dollinger 1. 75 m 10,47 sec (PB), 1. Weit 4,89 Meter (PB), 1. Speer 25,67 m (PB); Anastasia Groh 2. 10,73 sec (PB), 3. 800 Meter 2:59,55 (PB), 2. Weit 4,37 (PB)
- W13:** Theresa Reiser 1. 75 m 10,33 sec, 1. Weit 4,90 m (PB); Lilly Straub 2. 75 m 10,96 sec (PB), 2. Weit 4,22 m (PB), 3. Speer 17,69 m
- U14:** 1. 4x75 m StG PaPanO Lilly Straub, Anastasia Groh, Lina Dollinger, Theresa Reiser 39,85 sec
- W14:** Cosima Al-Khatib 5. 100 m 13,97 sec (PB), 4. Weit 4,53 m (PB); Anna Fuchs 6. Weit 4,47 m (PB), 2. Hochsprung 1,46 m; Valentina Pratelli 1. 100 m 13,34 sec (PB), 7. Weit 4,46 m; Sophia Leidl 11. 100 m 14,74 sec (PB)
- M14:** Moritz Dollinger 2. Speer 31,59 (PB), 2. Hoch 1,59 m (PB), 1. Diskus 34,66
- W15:** Laura Pap-Orsag 1. 100 m 13,41 sec, 1. Weit 4,89 m, 1. Speer 27,69 m
- U16:** PaPanO Philipp Meindorfer, Moritz Sprinzing, Moritz Dollinger, Elias Schiedermaier 1. 4x100 m 48,94 sec
- U18:** Fiona Moog 1. 100 m 13,37 sec; Joline Spakowski 2. 100 m 14,13 sec, 1. 200 m 28,98 sec (PB)
- U18:** Patrik Haselböck 1. 200 m 23,21 sec
- Frauen:** Elena Gust 1. 100 m 13,06 sec, 1. 200 m 27,18 sec; Franziska Rohmann 2. 100 m 13,14 sec, 2. 200 m 27,24 sec; Hannah Loibl 1. Weit 4,96 m; Tamara Leidl 1. Speer 39,31 m
- Männer:** Bernhard Schneider 3. 800 Meter 2:11,84 min

24.06.2026: Läufercup IV in Karlsfeld

1.500-Meter-Premiere für Julian Huber und Helena Lackner



Angesichts der Gluthitze gingen die LAC-Läuferinnen und-Läufer auf den Mittelstrecken bei der vierten Veranstaltung des Karlsfelder Laufcups an den Start. **Julian Huber** und **Helena Lackner** erlebten ihre Premiere auf der 1.500-Meter-Strecke. Der Sieger des Tages brachte eine deutlich schnellere Zeit mit, so dass Julian Huber gemeinsam mit seinem niederbayerischen Konkurrenten Andreas Neumeier (SF Zeilarn) das Tempo machen wollte. Bereits nach 600 Metern war Julian Huber jedoch sein alleiniger Tempomacher.

Julian Huber Zweiter

Konsequent zog Julian Huber 72er-Runden durch, landete in 4:32,78 Minuten auf dem zweiten Platz und distanzierte Neumeier um acht Sekunden. Eine Klasse Zeit lieferte Kathrin Dinse (W40, DJK Fürsteneck) in 5:08,78 Minuten ab. Sie wurde bei den Frauen Vierte. Helena Lackner rannte in 5:12,73 Minuten auf den sechsten Platz. Sebastian Flisek (M13) steigerte sich über 800 Meter um zwei Sekunden auf 2:44,50 Minuten, war Schnellster seiner Altersklasse. In 2:57,65 Minuten erreicht Julius Dinse das Ziel (M12). Anneli Dinse musste krankheitsbedingt auf einen Start verzichten.

20.06.2026: Offene Oberösterreichische Meisterschaften der Masters

Gunter Langenbach Sieger über 200 Meter

Bei tropischen Temperaturen siegte **Gunter Langenbach** bei den offenen Oberösterreichischen Meisterschaften der Masters. Angesichts der hohen Temperaturen wurde das 200-Meter-Rennen für den Masters-Athleten - gefühlt - zu einem Mittelstreckenrennen. Der 69-Jährige gewann seine Altersklasse M65 in starken 30,24 Sekunden deutlich vor Wolfgang Görtschacher (32,05 sec, Union Salzburg). Damit war er eine Sekunde schneller als bei seiner Bestzeit ein Jahr zuvor. Bei der Hallen-

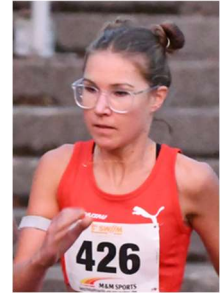


EM der Mastern in Torun (Polen) im März hatte Langenbach mit der deutschen 4 x 200-Meter-Staffel Bronze gewonnen. Auch dort war er im 200-Meter-Vorlauf eine knappe Sekunde langsamer.

01.07.2026: Leichtathletikabend im Münchner Dantestadion

Helena Lackner läuft 3.000 Meter in 11:12,05 Minuten

Es war nicht der Tag von **Helena Lackner** beim Leichtathletikabend im Dantestadion. In 11:12,05 Minuten blieb sie deutlich über ihrer Bestzeit vom MeetIN in Ingolstadt. Dort war sie 10:50,78 Minuten gerannt. Bereits nach einer Runde im Dantestadion lief bei schwülwarmem Wetter nicht mehr viel.



03.-04.07.2026: Deutsche U18-Meisterschaften in Bochum-Wattenscheid

Anton Schmidmaier Zehnter über 2.000 Meter Hindernis

Wie 2025 fanden im Lohrheidestadion in Bochum-Wattenscheid die Deutschen Meisterschaften der U18 statt. **Anton Schmidmaier** steigerte im 2.000-Meter-Hindernis-Rennen seine Bestzeit um acht Zehntel auf 6:06,58 Minuten, erkämpfte sich bei 31 Startern im A- und B-Lauf Rang zehn als zweitbester bayerischer Starter. Er überzeugte insbesondere durch seine feine Technik bei der Überquerung der Hindernisse.

Nationaler Saisonhöhepunkt und Ausscheidung für die U18-EM

Der nationale Saisonhöhepunkt war zugleich der entscheidende Qualifikationswettkampf für die U18-EM in Rieti (Italien) vom 16. bis 19. Juli. Die Norm: 6:03,00 Minuten. Die zwei bestplatzierten Hindernisläufer im Lohrheidestadion mit Norm wurden für die EM nominiert. Es entwickelte sich ein typische Meisterschaftsrennen über die 18 Hindernisse und fünf Wassergräben. Das dicht geballte des A-Feldes rollte sich den ersten Kilometer in 3:10 Minuten ein. Unruhig, kräfteraubend, für viele ohne Sicht auf Hindernisse und Wassergräben verlief der erste Kilometer. Dann kam Bewegung ins Feld, die Favoriten drückten massiv auf das Tempo, rissen das Feld auseinander. Schmidmaier verlor einige Meter zur Spitze. Paul Euskirchen (Eintracht Hildesheim, 5:59,49) und Emil Oppelt (LG Sempst, 6:00,09) gewannen Gold und Silber, sicherten sich die beiden EM-Tickets. Die ersten zehn befanden sich innerhalb von nur sieben Sekunden.



Mit Bestzeit auf Rang zehn

Sogar Schmidmaier als Zehnten trennten nur dreieinhalb Sekunden von der EM-Norm. Für ihn ein versöhnliches Ergebnis nach einer mehr als schwierigen Saison, in der der Bayernkaderathlet viele Wochen wegen Erkrankungen pausieren musste. Im November 2025 war er bei der Cross-DM noch Schnellster der U18-Hindernisläufer gewesen.

Happyend nach schwierigem Saisonverlauf

Ab Ende Februar verging jedoch kein Monat ohne mindestens eine einwöchige Trainingspause. Als Schmidmaier ab Mitte Mai wieder kontinuierlich trainierte, gab es nur zwei Ziele: DM-Norm laufen und zu versuchen, das Optimum bis zur DM zu realisieren. Als Bayerischer Vizemeister unterbot Schmidmaier drei Wochen vor der DM in 6:12,69 Minuten klar die Norm. Bei der DM steigerte er sich in seinem erst vierten Saisonwettkampf nochmals deutlich.

04./05.07.2026: Bayerische Masters-Meisterschaften in Aschaffenburg

René Hamberger und Gunter Langenbach Bayerische Meister

Bereits viermal in Folge hieß der Sieger im Kugelstoßen in der Altersklasse M30 **René Hamberger**. Beim letzten Start in dieser Altersklasse machte Hamberger bei den Bayerischen Masters-Meisterschaften mit dem fünften Sieg die Serie perfekt.

Mit Standstoß zur Meisterschaft

Überlegen sicherte er sich in Aschaffenburg mit 14,17 Metern den Master-Titel, distanzierte den Zweiten Sebastian Hilpert (TG Würzburg) um knapp zweieinhalb Meter - und das mit einem Standstoß. 25 Jahre Leichtathletik haben bei Hamberger, dem ehemaligen Zehnkämpfer in der Jugend und auch Speer- und Diskuswerfer, ihre Spuren hinterlassen. Nach einer Operation im November 2025 kann er immer noch nicht joggen und springen. Auch Krafttraining ist nur eingeschränkt möglich. Trotzdem wuchtete er die Siebeneinviertel-Kilo-Kugel auf über 14 Meter. Die Bestleistung von Hamberger steht bei 16,92 Metern.



Gold und Silber für Gunter Langenbach

Einen Bayerischen Meistertitel heimste **Gunter Langenbach** in der M65 über 200 Meter ein. Er gewann über die halbe Stadionrunde in starken 30,55 Sekunden. Zuvor war er über 100 Meter in 14,76 Sekunden auf Rang sechs gerannt. Zum Abschluss holte sich Langenbach sein zweites Edelmetall, gewann Silber über 400 Meter in 75,42 Sekunden.

05.07.2026: Niederbayerische Meisterschaften im Sprint und Sprung in Plattling

Medaillenflut für den LAC Passau

Die Leichtathletinnen und Leichtathleten des LAC Passau räumten bei den Niederbayerischen Meisterschaften im Sprint und Sprung in Plattling kräftig ab. 15 Meistertitel, sieben Vizetitel und zweimal Bronze gingen auf ihr Konto.

Theresa Reiser läuft Bezirksrekord über die Hürden

Einen besonderen Leckerbissen bot Theresa Reiser (W13) im Hürdensprint. Sie verbesserte den 22 Jahre alten Rekord von Anna Biller (1. FC Passau) um eine Hundertstel, fegte in 9,56 Sekunden

über 60 Meter Hürden. Zudem gewann sie Silber im Hochsprung (1,36 m) und über 60 Meter (10,22 sec).

Drei Staffelsiege und viermal Gold für Lina Dollinger



Drei Staffelsiege gingen an die StG PA-PAN-O in der U14 mit Lilly Straub, Anastasia Groh, Lina Dollinger und Reiser (39,79 sec), in der U16 mit Valentina Pratelli, Cosima Al-Khatib, Anna Fuchs und Emily Fuchs (53,32 sec) sowie mit Philipp Meindorfer, Moritz Sprinzing, Moritz Dollinger und Elias Schiedermaier (49,63 sec). Zur vierfachen Goldmedaillengewinnerin kürte sich Lina Dollinger (W12). Neben der Staffel gewann sie die 75 Meter (10,50 sec), den Weitsprung (4,77 m) und Hochsprung (1,41 m, PB). In der gleichen Altersklasse wurde Anastasia Groh jeweils mit persönlicher Bestleistung Zweite über 75 Meter (10,91 sec) und im Weitsprung (4,42 m).

Auszeichnung für Elisa Schöne und Lilo Ketzler für die tagesbesten Leistungen

Der Bayerische Mehrkampfmeister Moritz Dollinger (M14) gewann die 100 Meter (12,57 sec, PB) und zwei Vizetitel im Hochsprung (1,62 m, PB) und Weitsprung (5,18 m). Anna Fuchs (W14) flopfte im Hochsprung zu Silber (1,35 m). Zwei Starts, zweimal Gold für Laura Pap-Orsag (W15) über 100 Meter (13,25 sec) und im Weitsprung (4,76 m). Patrik Haselböck (U18) siegte auf der Stadionrunde in 53,06 Sekunden (PB). Silber und Bronze ging an Joline Spakowski (U18) über 100 Meter Hürden (16,35 sec, PB) und 200 Meter (29,33 sec). Lilo Ketzler (U20) sprintete bei starkem Gegenwind zum Titel über 100 Meter in 12,52 Sekunden, wurde für die beste Leistung des Tages in der Jugend gesondert ausgezeichnet. Starke Leistungen zeigte bei den Frauen Elisa Schöne als Siegerin über 200 (26,45 sec) und 400 Meter (60,08 sec). Für die tagesbeste Leistung in der Frauenklasse wurde auch sie ausgezeichnet. Sprintgold gewann bei den Frauen Elena Gust (12,91 sec), Silber im Hochsprung Hannah Loibl (1,50 m), zweimal Bronze über 100 (13,07 sec) und 200 Meter Franziska Rohmann (26,93 sec).

Weitere Ergebnisse:

W13: Lilly Straub 4. 60 m Hürden 10,92 sec (PB), 9. Weit 3,86 m

W14: Cosima Al-Khatib 11. 100 m 14,06 sec, 7. Weit 4,51 m; Anna Fuchs 10. 100 m 13,96 sec (PB);
Valentina Pratelli 6. 100 m 13,54 sec, 4. Weit 4,73 m (PB)

U18: Spakowski 10. 100 m 14,21 sec

Frauen: Schöne 6. 100 m 13,33 sec; Julia Zeindl 8. 100 m 13,65 sec, 6. Weit 4,72 m; Gust 4.
200 m 27,10 sec;

Männer: David Kantzog 4. 100 m 11,68 sec; Bernhard Schneider 4. 400 m 56,62 sec

05.07.2026: Triathlon-Challenge in Roth

Starkes Debut von Felix Adler in 9:23:36 Stunden

Nach 3,86 Kilometern Schwimmen, 180 Kilometern Radfahren und 42,195 Kilometer Laufen lief **Felix Adler** völlig erschöpft, aber überglücklich in das Stadion im Triathlon-Park in Roth ein. Die Leiden auf den letzten zehn Kilometern der Laufstrecke waren vergessen beim Jubel von Tausenden Zuschauern. Laut Renndirektor Felix Walchshöfer gab es mit etwa 300 000 Zuschauern an der Strecke und im Stadion einen neuen Zuschauerrekord.

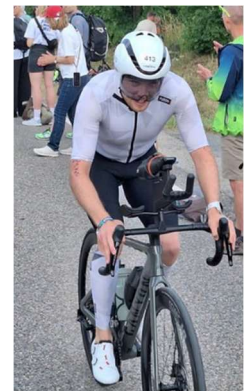


Ironman-Premiere

Bei seiner Langdistanz-Premiere blieb für Felix Adler die Uhr bei 9:23:36 Stunden stehen. Zur Vorbereitung bestritt er drei Wochen zuvor über die halb so lange 70.3-Strecke einen Triathlon in Ingolstadt in 4:18:23 Stunden. Der voll berufstätige Informatiker legte neben der täglichen Abendeinheit viele zusätzliche Trainingseinheiten zu frühmorgendlicher Stunde an Inn und Donau zurück.

Gänsehaut pur am Solarer Berg

In Roth stieg Felix Adler nach 1:08:05 Stunden als 355ster aus dem Main-Donau-Kanal, exakt in der anvisierten Zeit. Bei einer Wassertemperatur von 25 Grad waren Neoprenanzüge nicht erlaubt. Beim ersten Wechsel ließ er einige Zeit liegen. In seiner „schwächeren“ Disziplin, dem Radfahren, benötigte er als 584ster 5:08:23 Stunden (Schnitt 34,76 km/h). Ab Greding machte den Triathleten extremer Seitenwind zu schaffen, je nach Fahrtrichtung wechselnd von links und rechts. Dieser führte zu einigen Stürzen. Zweimal Gänsehaut pur gab es am Solarer Berg in Hilpoltstein, den die Triathleten in einer engen Zuschauergasse mit Tour de France-Feeling hochfuhren – Felix Adler angefeuert von Familie, Freundin und Freunden.



Marathon unter drei Stunden

In seiner Paradedisziplin „Laufen“ konnte er am Kanal entlang einigen Boden gut machen. Groß waren die Leiden beim Anstieg auf den letzten zehn Kilometern. Hier verlor Felix Adler einige Zeit. Und doch knackte er in 2:59:41 Stunden als 74ster knapp die Drei-Stunden-Marke. In der Gesamtwertung des Klassikers in Franken belegte der 28-Jährige Rang 202, in seiner Altersklasse 25 Rang 27.



11.07.2026: Charity-Lauf in Postmünster

Julian Huber gewinnt M20 beim 12-Kilometer-Lauf

Als Vierter überquerte **Julian Huber** auf dem nicht allzu schnellen Kurs in Postmünster, nahe Pfarrkirchen, die Ziellinie. 46:32 Minuten benötigte er für die 12 Kilometer um den Rottauensee bei einer Charity-Veranstaltung für gemeinnützige Projekte und Organisationen. In seiner Altersklasse M20 siegte Julian Huber.



12.07.2026: Niederbayerische Meisterschaften im Lauf und Wurf in Deggendorf

Zehn Meistertitel und je dreimal Silber und Bronze im Lauf und Wurf

Nach den sehr erfolgreichen Niederbayerischen Meisterschaften im Sprint und Sprung trumpften die Athletinnen und Athleten des LAC Passau auch im Lauf und Wurf in Deggendorf auf. Zehnmal standen sie ganz oben auf dem Siegerpodest und gewannen je dreimal Silber und Bronze. Niederbayerische Meister wurden **Lina und Moritz Dollinger, Paul Schwarzmeier, Laura Pap-Orsag, Anneli Dinse, Julian Huber, René Hamberger** und **Helena Lackner**.



Doppelsieg für Lina Dollinger und Laura Pap-Orsag

Hamberger gewann das Kugelstoßen der Männer mit Saisonbestleistung. Er wuchtete seine 7,26- Kilo-Kugel auf 14,48 Meter hinaus. Kugelstoß- und Speerwurf-Gold sicherte sich Laura Pap-Orsag (W15) mit 10,67 Metern, eine neue Bestleistung, und 32,19 Metern. Moritz Dollinger (W14) schleuderte seinen 1-Kilo-Diskus mit 36,81 Metern zum Sieg und den 600-Gramm-Speer zu Silber mit 39,00 Metern, sieben Meter weiter als bisher. Das vereinsinterne Duell im Speerwurf entschied Paul Schwarzmeier (M14) mit 39,56 Metern für sich. Mit der Vier-Kilo-Kugel errangen Dollinger und Schwarzmeier Silber und Bronze mit 11,36 und 10,30 Metern. Ein weiterer Doppelsieg ging an Lina Dollinger (W12) mit der Drei-Kilo-Kugel und dem 400-Gramm-Speer (7,06 und 22,99). Rang vier und neun belegten in der W14 mit dem 500-Gramm-Speer Cosima Al-Khatib und Sophia Leidl (23,29, PB, und 18,79).



Edelmetall über 800 und 1.500 Meter

Im Lauf wurde Helena Lackner Erste bei den Frauen über 1.500 Meter (5:22,17 min) und Dritte über 800 Meter (2:38,38). Julian Huber siegte in der Männerklasse mit Bestzeit über 1.500 Meter in 4:29,50 Minuten, lief zudem auf Platz vier über 800 Meter (2:09,77). Ebenfalls mit Bestzeit von 2:32,84 Minuten überquerte Anneli Dinse (U18) über 800 Meter den Zielstrich. Sie holte zudem Silber über 1.500 Meter (5:28,66). Lena Koch (W15) verbesserte sich als Dritte über 800 Meter auf 2:36,49 Minuten. Rang sieben erreichte Luisa Ihle (W13) über 800 Meter (3:24,69). Um zehn Hundertstel schrammte Jana Neumüller (W12) als Vierte über 800 Meter an Bronze vorbei (2:46,76). Ähnlich erging es Sebastian Flisek (W13) in 2:37,64 Minuten; er verbuchte jedoch eine um sieben Sekunden schnellere Bestzeit. Julius Dinse verbesserte sich als Vierter um eine Sekunde auf 2:46,10 Minuten.

12.07.2026: Kirchtumlauf in Waldkirchen

Elisa Schöne Zweite über 10 Kilometer

Langsprinterin und Mittelstrecklerin **Elisa Schöne** testete ihre Grundlagen- ausdauer auf der „Marathondistanz“ von 10 Kilometern beim Waldkirchener Kirchtumlauf. In 41:53 Minuten belegte sie Rang zwei hinter Alice Dittelmann (Passau, 40:30) und vor Cornelia Hechberger (SVG Ruhstorf, 42:36). Die Bedingungen waren nicht einfach für die Läuferinnen und Läufer. In der Mittagshitze absolvierten sie ihre 10 Kilometer im Stadtpark, garniert mit einem knackigen Anstieg vor dem Ziel.



11./12.07.2026: Oberbayerische Meisterschaften in Erding

Bernhard Scheider schnell wie seit 15 Jahren nicht mehr

Außer Konkurrenz startete **Bernhard Schneider** bei den Oberbayerischen Meisterschaften über 400 Hürden. Mit 60,77 Sekunden rannte der 44-Jährige so schnell wie seit 2011 nicht mehr (damals 58,07). Mit dieser Zeit liegt er auf Rang zwei der DLV-Jahresbestenliste in der M40. 2024 und 2025 gewann er jeweils Silber bei der Masters-DM (61,01 und 61,76).



10.-12.07.2026: Deutsche Meisterschaften der U16/20

Marco Voggenreiter löst als Deutscher Vizemeister Ticket für die U20-WM

Franziska Bichlmeier zweimal an DM-Bronze dran – Emma Plöching im 100-Meter-Finale

Jubelnd riss **Marco Voggenreiter** nach dem Zielstrich die Arme hoch. Als Deutscher Vizemeister über 3.000 Meter Hindernis nahm er die letzte Hürde zur Nominierung für die U20-WM. Franziska Bichlmeier schrammte in der U16 über 1.500 Meter Hindernis und 3.000 Meter als jeweils Vierte knapp an Bronze vorbei. Emma Plöching erfüllte sich ihren Traum vom 100-Meter-Finale in der U20. Im Dreisprung der U20 sprang **Lilo Ketz** mit Saisonbestleistung unter die Top 10.

Alle Starter auf die Minute topfit

Das Team des LAC Passau für die Deutschen U16-/20-Meisterschaften in Bochum Wattenscheid war in den letzten Wochen geschrumpft. Sebastian Hetzner, letztes Jahr an gleicher Stätte Deutscher U18-Meister über 100 Meter, musste wegen einer Muskelverletzung passen. Aufgrund einer Erkrankung von Catharina Walz platzte die 4 x 100-Meter-Staffel. Nationalkaderathlet Voggenreiter und die drei Bayernkaderathletinnen waren jedoch auf den Punkt topfit.



Auf des Messers Schneide bis zum letzten Meter

Das Hindernis-Finale der U20 verlief wie ein typisches Meisterschaftsrennen. Auf dem ersten Kilometer belauerten sich die Favoriten. In einer dichten Traube durchquerten die Läufer die

1.000-Meter-Marke in 3:10 Minuten. Dann erhöhten die Favoriten kontinuierlich das Tempo, das Feld zog sich auseinander. Zu viert gingen die Führenden in die letzte Runde. Der Jahresbeste Levin Saveur setzte sich an die Spitze, stürmte souverän zu Gold (LG Stadtwerke München, 8:59,05 min). Voggenreiter versuchte Kontakt zu halten, musste jedoch 250 Meter vor dem Ziel abreißen lassen. Und plötzlich rückte Jakob Rödel (SC DHfK Leipzig), Vierter des U20-EM-Finales 2025, Voggenreiter bis zum letzten Wassergraben wieder bedrohlich nahe. Doch Rödel (9:04,16) stürzt am Wassergraben, muss Voggenreiter (9:01,65) zum Vizetitel ziehen lassen. Auch Til Stephan (Erfurter LAC) zieht noch zu Bronze vorbei (9:02,78). Einen Tag später bestritt Voggenreiter die 3.000 Meter. Doch nach seinem grandiosen Erfolg war die Luft draußen. In 8:49,67 Minuten belegte er Rang 12.

Vorbereitung auf den Hayward Field in Eugene

Die WM-Norm von 9:00,00 Minuten hatten Saveur, Voggenreiter und Rödel im Vorfeld abgehakt. Pro Einzeldisziplin nominiert der DLV bis zu zwei Athleten, die zwei Bestplatzierten der DM mit erfüllter Norm. Die zwei WM-Tickets für die U20-WM in Eugene gehen daher an Saveur und Voggenreiter. Eugene ist regelmäßig Austragungsort der Diamond League, hat mit dem Hayward Field eines der berühmtesten Leichtathletik-Stadien der Welt und war 2022 Schauplatz der Leichtathletik-WM.

Franziska Bichlmeier mit herausragenden Bestzeiten und Nationalkadernormen

Die Läuferinnen der U16 hingegen taktierten nicht über 1.500 Meter Hindernis und 3.000 Meter. Im Sog der starken Felder rannte **Franziska Bichlmeier** zweimal mit überragenden Bestzeiten auf den vierten Platz. Zweimal unterbot sie auf der blauen Bahn deutlich die Norm für den Nachwuchs-Nationalkader (5:08 und 10:30 min). Sie verlor nicht Bronze, sondern etablierte sich in der nationalen Spitze, jubelte über ihre bärenstarken Zeiten. Die Siegerin über 1.500 Meter Hindernis, Lilly Förster (PSV Trier), lief in ihrem Sololauf zur deutschen U16-Bestleistung (4:41,74).



Vierte über 1.500 Meter Hindernis

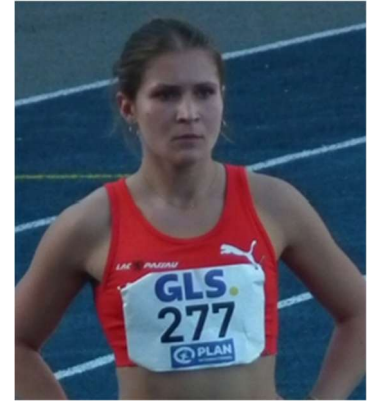
In einem packenden Kampf um Silber und Bronze setzte sich Magdalena Irlinger (SG Schöna, 4:54,27) vor Jarla Schlüter (LAZ Rhede, 4:54,33) und Bichlmeier (4:55,72) durch. Irlinger und Bichlmeier verpassten den Bayerischen Rekord von Franziska Drexler (LG Telis Regensburg) nur um eine bzw. zwei Sekunden. Hochkarätig waren alle Zeiten. In den letzten zwölf Jahren hätte die Zeit von Bichlmeier neunmal zum Sieg gereicht.

Und ein zweites Mal knapp an Bronze vorbei: Vierte auch über 3.000 Meter

Über 3.000 Meter holte Förster am nächsten Tag ihr zweites DM-Gold (10:08,32). Dieses Mal deutlich knapper vor der Zweiten Merle Steinmann (KSG Gerlingen, 10:10,37). Bichlmeier lief bei warmen Temperaturen lange auf Position fünf und sechs, brauchte zwei Runden, um eine Lücke zu schließen. Anna Ohmayer (Tomerdinger LV) und Linn Kurz (SG Weinstadt) gingen vor ihr in die letzte Runde, setzten sich wieder leicht ab. Ohmayer gewann im Spurt auf den letzten 150 Metern Bronze (10:18,61). Bichlmeier (10:20,71) rang Kurz (10:21,24) auf der Zielgeraden nieder.

Emma Plöching egalisiert Bestzeit

Bereits im 100-Meter-Vorlauf hinterließ Sprint-As **Emma Plöching** einen guten Eindruck. Nach einem etwas wackligen Start gewann sie bei Windstille kontrolliert in 12,01 Sekunden. Im Stärksten der drei Halbfinals beschleunigte sie nach einem guten Start hervorragend, egalisierte als Dritte ihre persönliche Bestzeit in 11,79 Sekunden. Banges Warten - reicht diese, um sich über die Zeit für das Finale zu qualifizieren? Ja - und das sogar als Fünftschnellste. Es flossen ein paar Freudentränen.

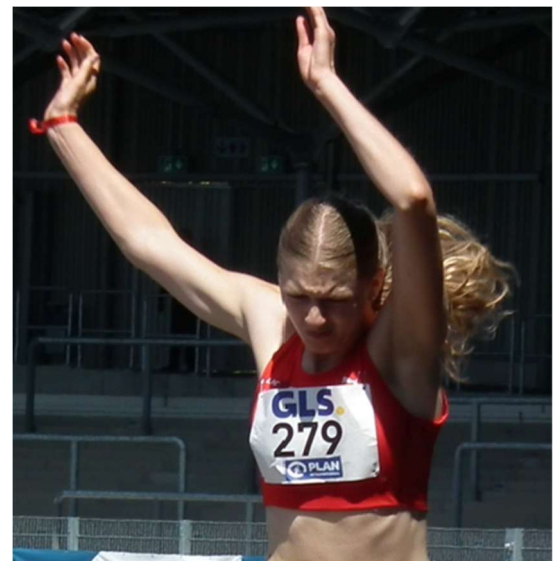


Siebte im 100-Meter-Finale

Nach einem wieder wackligen Start im 100-Meter-Finale und guter Beschleunigung bis 60 Meter gingen Plöching die Körner aus. Sie erzielte als ausgezeichnete Siebte dennoch in 11,93 Sekunden ihre drittbeste bisher gelaufene Zeit. Deutsche Meisterin wurde Emma Goretzka (LAG Berlin, 11,19). Für den 200-Meter-Sprint hatte sich Plöching mit 24,74 Sekunden qualifiziert. Doch bereits vor dem Start kämpfte sie mit Kreislaufproblemen. In 25,47 Sekunden war sie ohne Chance für einen der beiden Finalläufe.

Lilo Ketzel spring mit Saisonbestleistung unter die Top 10

Im Dreisprung der U20 zeigte **Lilo Ketzel** nach einer durchwachsenen Saison mit einer konzentrierten Vorstellung ihre beste Leistung. Angereist war sie mit 11,88 Metern als 18. Nach einer stabilen Serie von drei Sprüngen über 11,84, 11,93 und 12,04 Metern landete sie unter den Top 10. Nur 16 Zentimeter fehlten für das Finale der besten Acht. Stabil lief Ketzel dreimal an, war jedoch bei den ersten zwei Sprüngen nicht am Brett. Ihr technisch bester Sprung war der Zweite. Im dritten Durchgang war sie gut am Brett, stemmte den Jump etwas zu sehr. Mit 12,04 Metern erzielte sie Saisonbestweite, blieb nur fünf Zentimeter unter ihrer Bestweite aus dem Vorjahr als Dritte der U18-DM.



15.07.2026: Pfungstädter Abendsportfest

Franziska Bichlmeier läuft 2:21,47 Minuten

Wie immer waren die Meldelisten beim Internationalen Pfungstädter Abendsportfest über 800 und 1.500 Meter prall gefüllt. Allein in den zehn 800-Meter-Rennen der Frauen gingen in der hessischen Kleinstadt nahe Darmstadt 95 Läuferinnen an den Start. **Franziska Bichlmeier**, die frisch gebackenen „Doppelvierte“ der W15-DM, lief im fünften Rennen. Mit 2:21,47 Minuten erzielte sie ihre bisher zweitschnellste 800-Meter-Zeit, war die zweitschnellste Athletin der U16. Bereits die



ersten 200 Meter in 34 Sekunden und die Durchgangszeit bei 400 Meter von 69 Sekunden versprachen keine allzu schnelle Endzeit. Auf den letzten 200 Meter konnte Franziska Bichlmeier nichts mehr zusetzen. Sie blieb zwei Sekunden über ihrer Bestzeit. Die nötige Frische in den Beinen fehlte nach der DM noch.

18./19.07.2026: Bayerische U16/U20-Meisterschaften in Aichach

Nachwuchs glänzt mit sieben Medaillen

Der Nachwuchs zeigte starke Leistungen bei den Bayerischen Meisterschaften der U16 und U20 in Aichach. Die LAC-Talente überzeugten mit siebenmal Edelmetall und weiteren vier Top-Acht-Platzierungen. **Emma Plöching**, **Moritz Dollinger** und **Paul Schwarzmeier** sprinteten, warfen und sprangen zum Bayerntitel.

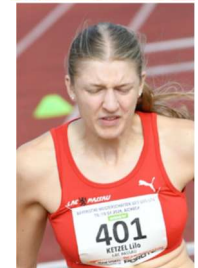
Emma Plöching weiter in Top-Form

Emma Plöching hatte ihr glänzende Form von der U20-DM konserviert. Die DM-Siebte egalisierte im Finale erneut ihre Bestzeit von 11,79 Sekunden (national Top 15). Sie bestach durch Konstanz auf ihrem neuen Leistungslevel, distanzierte die Konkurrenz deutlich um 24 Hundertstel.



Dreisprung-Bronze für Lilo Ketzler

Im gleichen Finale belegte Lilo Ketzler Rang acht (12,58). Die DM-Zehnte im Dreisprung holte mit für sie enttäuschenden 11,37 Metern Bronze. Bei der DM flog sie noch auf 12,04 Meter.



Moritz Dollinger lässt die Scheibe zum Bayerntitel fliegen

Ihre zweiten Bayerischen Meisterschaften erlebten Moritz Dollinger und Paul Schwarzmeier (M14). Beide nahmen ihre zweite Goldmedaille mit nach Hause. Dollinger schleuderte seine Ein-Kilo-Scheibe auf 39,63 Meter (national Top 10), gewann den Diskuswurf mit neuer Bestleistung und einem Dreiviertelmeter Vorsprung vor Lars Bolanz (LG Röthenbach).

Silber mit der Stahlkugel

Die zweite Wurfmedaille holte er im Kugelstoß. Für Silber musste er die Vier-Kilo-Kugel 11,48 Meter weit stoßen. Gold holte sich dieses Mal Bolanz (11,78), Bronze Samuel Kaluza (MTV Pfaffenhofen, 11,37). Dollinger jubelte über eine weitere Bestleistung. Als Vierter des Weitsprungs landete er bei 5,54 Metern; vier Zentimeter fehlten zu Edelmetall. Er war zudem Mitglied der 4 x 100-Meter-Staffel der StG PA-PAN-O (Passau-Pfarrkirchen-Ortenburg), die in 49,11 Sekunden auf Rang sechs lief.

Paul Schwarzmeier floppt zu Gold

Zu Gold floppte Paul Schwarzmeier im Hochsprung mit 1,68 Metern. Er bildete mit Tyler Stiedl (TSV Deggendorf, 1,65) und Trainingskollegen Moritz Sprinzing (ASV Ortenburg, 1,60) ein rein niederbayerisches Siegerpodium. Ausgestattet mit einer Bestleistung von 1,73 Metern (national Top 5) versuchte sich Schwarzmeier dreimal erfolglos an 1,75 Metern. Den Speer warf er heuer bereits 41,67 Meter. Hier präsentierte



sich die Konkurrenz bei der „Bayerischen stark, legte noch eine Schippe drauf. Der Sieg ging an Richard Perler (TSV Unterhaching) mit 43,38 Metern. Schwarzmeiers Wurf auf 39,34 Meter reichte „nur“ für die Holzmedaille.

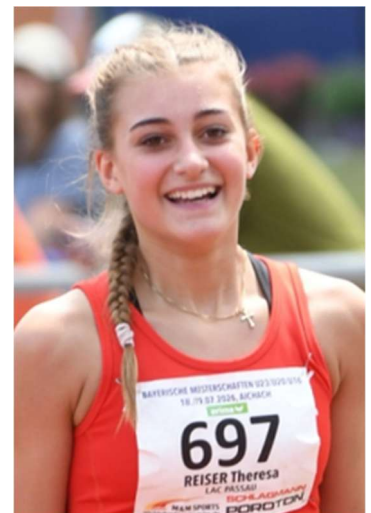
Viertes Bayern-Edelmetall heuer für Franziska Bichlmeier

Das 2.000-Meter-Rennen der W15 hatte in seiner Besetzung fast DM-Qualität. Vier Runden lang bäugten sich in einem Bummelrennen Magdalena Kroiß (TG Kitzingen), Deutsche 800-Meter-Meisterin, Magdalena Irlinger (SG Schönauf), Deutsche 1.500-Meter-Hindernis-Vizemeisterin, und Franziska Bichlmeier, zweifache DM-Vierte über 1.500 Meter Hindernis und 3.000 Meter, sowie noch drei weitere DM-Starterinnen. In einer fulminanten Schlussrunde von 69 Sekunden setzte sich Kroiß (6:46,15) knapp vor Bichlmeier (6:46,53) und Irlinger (6:49,72) durch. Ihre neue Bestzeit brachte Bichlmeier hinter Kroiß auf Rang vier der DLV-Jahresbestenliste. Die noch 15-jährige Anneli Dinse wurde in der U20 über 800 Meter mit Bestzeit von 2:30,20 Minuten Zwölfte.



Greenhorn Theresa Reiser gewinnt Hürden-Bronze

Ein besonderes Kunststück gelang **Theresa Reiser**, noch der W13 angehörig, mit dem Gewinn der Bronzemedaille über 80 Meter Hürden. Vor zwei Wochen war sie Bezirksrekord über 60 Meter Hürden gerannt. Jetzt schlug sie auf der längeren Hürdendistanz der W14 zu. Angereist war sie in Aichach mit einer Bestzeit von 12,70 Sekunden. Diese schraubte sie als Siegerin ihres Vorlaufs bereits auf 12,42 Sekunden runter. Im Finale durchquerte sie den Hürdenwald in 12,19 Sekunden, pulverisierte ihre Bestzeit insgesamt um über eine halbe Sekunde. Im Weitsprung wurde sie 14. mit 4,60 Metern, blieb 30 Zentimeter unter ihrer Bestweite.



U16-Staffel im B-Finale

Mit **Valentina Pratelli**, **Theresa Reiser**, **Cosima Al-Khatib** und **Emily Denk**, allesamt Neulinge bei einer „Bayerischen“, qualifizierte sich die 4 x 100-Meter-Staffel der StG PA-PAN-O in Bestzeit von 52,08 Sekunden für das B-Finale der U16. Das junge Staffelquartett ist auch im nächsten Jahr noch in der U16



startberechtigt. Im B-Finale fiel die Zeitmessung aus. Die StG wurde auf den sechsten Rang gesetzt. Endstation war der 100-Meter-Vorlauf für Pratelli in 13,39 Sekunden sowie für Franziska Rohmann der 200-Meter-Vorlauf der U23 in 27,09 Sekunden.

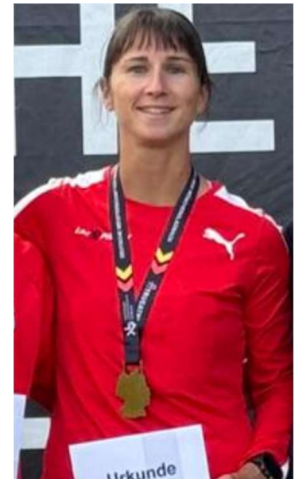
19.07.2026: Deutsche Meisterschaften der Masters in Mönchengladbach

Elisa Schöne holt Gold über 400, 800, 1.500 Meter und 400 Meter Hürden

Die letzten zehn Tage vor der Masters-DM verbrachte **Elisa Schöne** mehr im Schwimmbecken als auf der Tartanbahn. Eine alte Verletzung auf der Oberschenkelrückseite war aufgebrochen. Sprints, viele Tempoläufe und andere schnellkräftige Übungen auf der Tartanbahn hätten den DM-Start wohl endgültig in Frage gestellt. Intensives Training fand daher auch im Wasser statt.

Erfolgreichste bayerische Athletin mit drei persönlichen Bestleistungen

Hoffend und bangend reiste Schöne nach Mönchengladbach. Wird die Muskulatur drei Tage lang Maximalbelastungen standhalten? Schöne wärmte sich vor ihren Starts mindestens eine Stunde auf, verzichtete weitestgehend auf Steigerungen, absolvierte alle Disziplinen mit einer kleinen Reserve. Die Rückseite ihres Oberschenkels erinnerte sie immer wieder an die Verletzung – doch sie hielt. Schöne krönte sich mit vier Titeln und einer Bronzemedaille in der Altersklasse W35 zu einer der erfolgreichsten Athletinnen der Masters-DM. Über 400 Meter Hürden, 1.500 Meter und im Dreisprung erzielte sie persönliche Bestleistungen.



Mit Trippelschritten zu Gold über die Hürden

Der Lackmustest fand gleich am ersten Tag der dreitägigen Meisterschaft über 400 Meter Hürden und 1.500 Meter statt. Mit dreieinhalb Sekunden Vorsprung gewann Schöne über 400 Meter Hürden in 65,94 Sekunden klar vor der Kölnerin Elena Wladasch. Die 33-Jährige verbesserte sich um eine gute halbe Sekunde. Häufiges Trippeln vor den Hürden verhinderte eine deutlich schnellere Zeit.

Spurtsieg auf der „Marathonstrecke“

Im 1.500-Meter-Rennen konnte sich Schöne auf ihre Schnelligkeit verlassen. Sie hielt sich lange in der Mitte des Feldes auf und zog dann eingangs der Zielgeraden den Spurt an. Auf ihrer „Marathonstrecke“ holte sie das ungewöhnliche Gold-Double in 4:48,91 Minuten vor Lara Predki (Lüneburger SV 4:49,88) und Daniela Wurm (TV Hasslinghausen, 4:52,68), vierdreivierteil Sekunden schneller als je zuvor.

Mit Hop, Step und Jump zu Bronze

Am zweiten Wettkampftag erlaubte sich die Langsprinterin und Mittelstreckenläuferin bei nahezu idealen Witterungsbedingungen einen Abstecher zum Dreisprung. Die Steigerung ihrer Bestweite um 18 Zentimeter brachte ihr Bronze. Sie zeigte eine stabile Serie mit 9,31, 9,34, 9,27 und 9,00 Metern.

Start-Ziel-Sieg über 800 Meter

Ein paar Stunden später ging es wieder auf die Rundbahn zum 800-Meter-Rennen, dieses Mal mit einer gegenteiligen Taktik. Vom Start weg dominierte Schöne, drückte dem Rennen ihren Stempel

auf und wehrt auf der Zielgeraden die letzten Attacken souverän ab. Titel Nummer drei holte sie in 2:21,48 Minuten vor Ivana Gancheva (TSV Vaterstetten, 2:22,65) und Predki (2:24,67).

Vierter Titel über die Stadionrunde

Am letzten Wettkampftag verzichtet Schöne auf die 200 Meter, um nichts für die 400 Meter, wo sie als klare Favoritin galt, zu riskieren. Die Stadionrunde gewann sie in 59,53 Sekunden mit deutlichem Vorsprung vor der Dortmunderin Carolin Strophff (62,06) und der Mönchengladbacherin Sonja Beba (66,02). Die diesjährige dreifache Halleneuropameisterin war deutlich hinter ihren Bestzeiten über 400 und 800 Meter geblieben. Doch durch geschickte und kluge Einteilung ihrer Rennen fuhr sie bei der Masters-DM trotzdem den maximalen Ertrag ein.

21.07.2026: Bergsportfest in Ortenburg

Riesiges Team des LAC Passau am Start



Von den Jüngsten in der M7 mit Valentin Lehner bis zur W15 mit Laura Pap-Orsag war der LAC Passau mit 31 Nachwuchstalenten beim 61. Bergsportfest erfolgreich vertreten. Bei den Jungen stach Moritz Dollinger heraus, der seinen Dreikampf mit 1.611 Punkten gewann und im 100-Meter-Sprint sich um 36 Hundertstel auf 12,21 Sekunden steigerte. Laura Pap-Orsag gewann alle drei Disziplinen des Dreikampfs (1.635), stellte im Kugelstoß eine neue Bestleistung auf. Theresa Reiser war in W14 nicht zu schlagen (1.415). Erstmals flog ihr Schlagball auf 30,00 Meter. Einen Doppelsieg holten Lina Dollinger (1.452) und Anastasia Groh (1.337) in der W12. Dollinger sprang starke 5,18 Meter weit und erzielte auch mit dem Schlagball eine neue Bestweite (32,50 Meter). Anastasia Groh war in 10,42 Sekunden die Schnellste im Feld über 75 Meter und sprang Bestweite mit 4,72 Metern. Bester Dreikämpfer in der M7 war Valentin Lehner (698).

Weitere Platzierungen:

M8: 3. Peter Botka (606) 4. Johann Kehrer (560) 6. Franz Hasenöhrle (500) 10. Xaver Ziegler (305) 11. Jonathan Peter (294) 12. Jonian Diller (276);

M9: 6. Emil Middendorf (759)

M11: 3. Samuel Lehner (998); 3. Paul Walk (973)

W8: 6. Viola Al-Khatib (682); 7. Maria Frankenberger (674) 10. Sarah Walk (473);

W9: 3. Josephine Lehner (955); 8. Barbara Zillner (786); **W10:** 5. Sophia Malyshevo (1037)

W11: 3. Sophia Gubisch (1.195); 8. Anthea Al-Khatib (1.030) 10. Kaitlyn (962);

W13: 8. Lilly Straub (1.188), 17. Leni Wagner (1.022)

W14: 4. Valentina Pratelli 1.363 m); 5. Cosima Al-Khatib; 7. Anna Fuchs (1.297)

24.07.2026: 3Kings3Hills in Haidmühle

Elisa Schöne gewinnt den Traily

1.500 Läufer aus 18 Nationen frönten dem Trailrunning im Dreiländereck von Österreich, Tschechien und Deutschland. Auf den langen Strecken ging es hoch zum Dreisessel, Haidl und Plöckenstein. **Elisa Schöne** startete auf der Sprintdistanz, dem Traily über fünf Kilometer. Nach dem Tempotraining am Vormittag im Stadion siegte sie beim „Auslaufen“ am Nachmittag in 24:19 Minuten mit zwei Minuten Vorsprung. Auf dem Programm der Trailrunner standen zudem der „Shorty“ über 16 km, 26 km Base, 40 km Marathon, 58 km und 117 km Ultra sowie als Highlight der 100 Miles-Ultra Trail mit 6.300 Höhenmetern.



24.07.2026: Laufnacht in Arnstorf

Bestzeiten bei hochsommerlichen Temperaturen

Bei bestem Badewetter zeigte der Laufnachwuchs gute Leistungen in Arnstorf. **Sebastian Flisek** siegte in der U14 über 2.000 Meter in 7:47 Minuten vor **Julius Dinse** in 7:55 Minuten. Flisek verbesserte sich um zwei Sekunden, Dinse um eine Sekunde. Zehn Sekunden schneller als bisher war **Luisa Ihle** als Dritte über 800 Meter in 3:14 Minuten. **Jonah Dinse** (M9) wurde Zweiter über 600 Meter in 2:14 Minuten.



25.07.2026: Deutsche Leichtathletik-Meisterschaften in Bochum-Wattenscheid

Maximilian Entholzner zurück auf der Weitsprungbühne - Emma Plöchingen mit „Mega-Erlebnis“

Vor einem Jahr schien das Karriereende von **Maximilian Entholzner** greifbar. Kein Springen ohne Schmerzen. Der Operationstisch wartete auf den gebürtigen Kößlerner, der seit einem Jahrzehnt in Madrid lebt, dort seinen Master machte und jetzt arbeitet. Der dreifache deutsche Meister und Hallen-EM-Fünfte von Torun startete bis 2023 für den LAC Passau, springt jetzt für die Munich Athletics.



Platz sechs im Weitsprungwettbewerb

Nach zwei Hüftoperationen schrammte Entholzner bei den Deutschen Meisterschaften in Bochum-Wattenscheid nur knapp an der EM-Nominierung für Birmingham vorbei. Am 1. Juli war er in Castellon, nahe Valencia, auf 8,04 Meter geflogen. Nur ein Zentimeter fehlte ihm zur EM-Norm. In Castellon sprang Entholzner vor fünf Jahren auch seine Bestweite und Niederbayerischen Rekord mit 8,12 Metern. Der böige Wind machte es den Springern bei der DM nicht einfach. Mal hatten sie Rückenwind, mal Gegenwind von 3,0 m/s. Etwas Windglück schadete an diesem Tag nicht. Mit Simon Batz (MTG Mannheim), dem Olympia-Sechsten von Paris, siegte der Favorit mit 8,29 Metern. Mit seiner neuen Bestweite gehört er zu den Medaillenkandidaten für Birmingham. Silber und Bronze ging an Kevin Brucha (TLV Germania Überehr) mit 8,04 und Simon Plitzko (TSG Bergedorf) mit 8,00 Metern (+2,4). In einem starken Wettbewerb musste sich Entholzner mit 7,76 Metern und Rang sechs begnügen.

Haarscharf Nominierung für Birmingham verpasst

Drei Weitspringer kann der DLV für die DM nominieren. Als Deutscher Meister mit 8,29 Metern wurde Batz bereits nominiert. Drei weitere Springer haben die Bestätigungsnorm von 7,90 Metern erfüllt: Brucha, Plitzko und Entholzner. Ihre Nominierung ist über das europäische Qualifizierungsranking möglich. Sie müssen dazu zum Meldeschluss unter den 30 besten Springern Europas sein. Dort liegt Brucha klar am besten von den dreien, ist zudem deutscher Vizemeister. Um den dritten Startplatz muss daher die Entscheidung zwischen Plitzko und Entholzner fallen. Dies macht der DLV nach drei weiteren Kriterien seiner Nominierungsrichtlinien. Bei zweien davon hat Plitzko die Nase vorn. Auch für Entholzner, der als Ersatzmann nominiert werden wird, eine klare Sache. Er hadert nicht mit dieser Entscheidung. „Angesichts meiner körperlichen Verfassung im letzten Jahr bin ich glücklich und zufrieden mit diesem Jahr. Es gibt kein Karriereende, ich plane fest mit 2027“, kommentierte er den Ausgang der DM und die Entscheidung des DLV.

Mega-Erlebnis neben den schnellsten Frauen Deutschlands auf der Bahn zu stehen

Nach dem 100-Meter-Finale bei der U20-DM erfüllte sich für **Emma Plöchingen** mit dem Start bei der DM der Frauen ein weiterer Traum. Die Siebte der U20-DM kam im Vorlauf neben Sina Mayer (LAZ Zweibrücken), WM-Bronze mit der Staffel 2025, sehr gut aus den Blöcken, konnte

bis 30 Meter gut mithalten. Dann investierte die 18-jährige Vilshofenerin zu viel in die Frequenz, der nötige Druck und die nötige Schrittlänge fehlten für eine neue Bestzeit. Die steht bei 11,79 Sekunden. Im Ziel leuchteten 12,01 Sekunden für Plöchinger als Achte und Letzte ihres Vorlaufs auf. „Für mich war die Atmosphäre eines vollen Stadions mit 15.000 Zuschauern unbeschreiblich, es war ein Mega-Erlebnis neben den schnellsten Frauen Deutschlands auf der Bahn zu stehen, eine tolle Erfahrung“, so die Bayerische U20-Meisterin.



1./2.08.2026: Bayerische Meisterschaften der U18 und Aktiven in Hof

Franziska Bichlmeiers erster Titel - Elisa Schöne mit Silber und Bronze

Erneut in Top-Form präsentierte sich **Franziska Bichlmeier** bei den Bayerischen Meisterschaften der U18 und Aktiven in Hof. Über 1.500 Meter stand die 14-Jährige erstmals ganz oben auf dem Siegerpodium. Am Tag zuvor gewann sie Bronze über 800 Meter. Elisa Schöne hatte bei der Heimreise Silber und Bronze im Gepäck.



Höhenflug von Franziska Bichlmeier hält an

Mit einem Minitteam fuhr der LAC Passau in die nördliche Oberpfalz: **Franziska Bichlmeier**, **Anneli Dinse** und **Elisa Schöne**. Was Bichlmeier noch fehlte, war ein Bayerischer Meistertitel. Den gewann sie in Hof in ihrem ersten Rennen über 1.500 Meter im älteren Jahrgang. Bis 1.200 Meter rollte sie in der Spitzengruppe mit. Dann schaltete sie den Turbo ein, distanzierte die Konkurrenz mit ihrem 300-Meter-Spurt klar. Souverän siegte sie in 4:48,49 Minuten mit dreieinhalb Sekunden Vorsprung vor Sophia Mehls (TG Würzburg), U18-DM-Achte über 1.500 Meter. Bronze ging an Anne Roch (TSV Gerbrunn, 4:55,69).

Bronze, Bestzeit und fast DLV-Kadernorm

Am Tag zuvor hieß die Siegerin über 800 Meter Mehls (2:14,25) vor Magdalena Kroiß (TG Kitzingen, 2:16,36), Deutsche U16-Meisterin, und Bichlmeier (2:16,83). Alle drei rannten persönliche Bestzeit. Bichlmeier überspurtete erst auf den letzten Metern Greta Hanselmann um vier Hundertstel (MTV Ingolstadt), U18-DM-Vierte über 2.000 Meter Hindernis. Gegenüber dem Vorjahr steigerte sich Bichlmeier um acht Sekunden, schrammte an der Norm des Nachwuchs-Nationalkaders nur um neun Zehntel vorbei.

Zweimal Edelmetall und Bestzeit für Elisa Schöne

Elisa Schöne zeigte sich auch in der Aktivenklasse konkurrenzfähig. Innerhalb von vier Stunden wurde die 38-Jährige Bayerische Vizemeisterin über 400 Meter Hürden und gewann Bronze über 1.500 Meter. Silber gewann sie in 65,94 Sekunden, nur vier Hundertstel über ihrer Bestzeit, hinter Sophie Ochmann (TSV Gräfelfing, 61,34) und vor Sara Decrusch (LG Oberland, 66,22). Eine



deutlich bessere Zeit verhinderten technische Probleme beim Anlaufen der zehn Hürden. Über 1.500 Meter spielte Schöne ihre Spurtkraft auf der Zielgeraden aus, lief in 4:47,13 persönliche Bestzeit. Gold und Silber gingen an Darja Michel (TuS Traunreut, 4:41,60) und Katharina Boschner (Munich Athletics, 4:45,06). Anneli Dinse (U18) erzielte über 800 Meter 2:30,73 Minuten (Rang 19), über 1.500 Meter Bestzeit in 5:25,96 Minuten (Rang 18).



06. – 09.08.2026: U20-Weltmeisterschaften in Eugene (USA)

Marco Voggenreiter scheidet im Vorlauf aus

Für **Marco Voggenreiter** ging mit dem Start bei der U20-WM in Eugene im US-Bundesstaat Oregon ein Traum in Erfüllung. Das Hayward Field von Eugene zählt zu den bekanntesten Leichtathletikstadion weltweit, versprüht das Flair absoluter Weltklasse. Zahlreiche Weltrekorde wurden dort erzielt, regelmäßig werden die US-Meisterschaften sowie das Diamond-League-Meeting „Prefontaine Classic“ dort ausgetragen. Die beiden Jahre zuvor hatte Voggenreiter äußerst knapp die U18-EM und U20-EM verpasst. Der Deutsche U20-Vizemeister über die Hindernisse sollte wie 70 andere deutsche Nachwuchstalente im Hayward Field erste Erfahrungen auf Weltebene sammeln und – wenn möglich – die bestmögliche Leistung abrufen. Für das Finale musste im Vorlauf alles stimmen, die Tagesform, der Rennverlauf, der letzte Kick auf der Zielgeraden. Doch es war nicht der Tag des 19-Jährigen. In 9:19,81 Minuten lief er im zweiten Vorlauf auf den 16. und letzten Platz.



Optimale Vorbereitung

Die Tage zuvor waren optimal verlaufen. „Den Jetlag hatte ich gut überstanden, das Pre-Camp war super, auch die letzte harte Trainingseinheit passte. Die Vorfreude war riesig, ich war hochmotiviert und die Bedingungen vor Ort waren perfekt“, so der Fürstenzeller. Der Start erfolgte bereits kurz nach zehn. Die acht Schnellsten der beiden Vorläufe qualifizierten sich jeweils für das Finale.

„Ich fühlte mich wie ein Beifahrer im eigenen Körper“

Doch Voggenreiter tat sich vom Start weg schwer, trotz des ruhigen Tempos auf dem ersten Kilometer, auf dem das Feld dicht geschlossen blieb. „Ich fühlte mich wie ein Beifahrer im eigenen Körper, hatte ziemlich starke muskuläre Probleme“. Mit der Verschärfung des Tempos verlor er den Anschluss an die ersten Acht, sortierte sich am Ende des Feldes ein. Für das Finale wären 8:53,45 Minuten erforderlich gewesen. Innerhalb von 1,3 Sekunden überquerten die Läufer auf den Rängen vier bis neun die Ziellinie. Seine Bestzeit rannte Voggenreiter Ende Mai in Brüssel mit 8:52,57 Minuten.



Top Ten für Teamkollegen Saveur und Europarekord des spanischen Weltmeisters

Teamkollege Levin Saveur (LG Stadtwerke München) lief im ersten Vorlauf als Sechster in 8:50,12 Minuten in das Finale. Dort behauptete sich der Deutsche U20-Hindernis Meister als Zehnter in 8:50,91 Minuten unter den Top Ten der Welt. Der Spanier Bakr El Asri triumphierte mit U20-Europarekord als Weltmeister in 8:28,35 Minuten. Silber und Bronze gingen nach Kenia, an Emmanuel Someki (8:32,81) und Nicholas Losiwareng (8:38,13). Das deutsche Team nahm aus Eugene drei Medaillen und 18 Top-Acht-Platzierungen mit. Mit 67 Nationenpunkten teilte es sich mit Großbritannien den sechsten Platz als beste europäische Nation.

07.08.2026: Läufermeeting in Neustadt an der Waldnaab

Ausklang der Sommersaison mit mittelprächtigen Zeiten

Drei Läuferinnen machten sich zum Abschluss der Sommersaison auf den Weg zum Neustädter Läufermeeting. Die Bedingungen waren trotz der ansonsten hochsommerlichen Temperaturen auch beim 38. Läufermeeting vielsprechend: Ein kühlendes Lüftchen wehte in dem in einem Waldstück oberhalb von Neustadt gelegenen heimeligen Stadion mit vier Rundbahnen, große und starke Teilnehmerfelder standen an der



Startlinie. **Anneli Dinse** (U18) und **Lena Koch** nutzten diese über 800 Meter nicht, anders Helena Pledl (beide W15). Bei Anneli Dinse (PB 2:30,20) stand in der Ergebnisliste „TR17“. Sie hatte in der Startkurve, laufend auf Bahn vier, die innere Bahnlinie betreten. Das Kampfgericht disqualifizierte sie. Nach vielsprechenden Trainingsergebnissen wollte Lena Koch ihre PB von 2:36,49 Minuten deutlich steigern. Es wurden 2:43,15 Minuten. Helena Pledl (LV Deggendorf), seit Herbst 2025 Teil der LAC-Trainingsgruppe, steigerte sich um zweieinhalb Sekunden auf eine neue Bestzeit von 2:37,10 Minuten.

Herzlichen Glückwunsch an alle unsere erfolgreichen Athletinnen und Athleten!

UNSERE SPONSOREN....

13.06.2026: Ausbildungstage bei der Pfaffinger Unternehmensgruppe

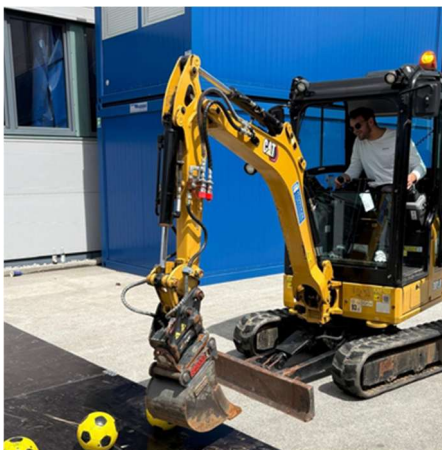
Sponsor des LAC Passau sucht Nachwuchs

Am Hauptstandort in Haibach präsentierte die Pfaffinger Unternehmensgruppe ihre vielfältigen Ausbildungsberufe. Auf dem Betriebsgelände des 1855 gegründeten Familienunternehmens konnten auch Jugendliche des LAC Passau ihr Geschick unter Beweis stellen. Zum Beispiel beim Bedienen eines Baggers, dem Schweißen eines PE-Rohres oder dem Steuern eines Fräsroboters. Auch der Vorstand des LAC Passau und Trainer besuchten die Ausbildungstage.



Großes und vielfältiges Ausbildungsangebot

Das Ausbildungsspektrum reicht vom Beton- und Stahlbauer über den Rohrleitungsbauer, Umwelttechnologien für Rohrleitungsnetze und Industrieanlagen, Baugeräteführer, Anlagenmechaniker, Konstruktionsmechaniker, Land- und Baumaschinen-Mechatroniker, Bauzeichner, Technischen Produktdesigner, Fachinformatiker für Anwendungsentwicklung, kaufmännische Berufe bis zum dualen Studium für Bauingenieurwesen, Umweltingenieurwesen, Baumanagement und Maschinenbau.





PFAFFINGER
UNTERNEHMENSGRUPPE



SCHWAIBERGER

... immer für Sie da!



MICRO-EPSILON

TRAININGSZEITEN

Wann?	Zeit	Wo?	Was? Für wen?	Übungsleiter
Montag	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Krafraum	Sprint-/Sprung-/Athletiktraining ab 13 Jahren	Alois Schwarzmeier
Dienstag	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Tobias Brilka – Fabian Fleischmann
	15:15 - 17:00	Krafraum Stadion	Senioren-Wettkampfsport	
	16:15 - 17:15	Haidenhof, Halle bzw. Freigelände	Kindertraining 4 – 5 Jahre	Andrea Fleischmann – Tina Fuchs
Mittwoch	09:00 - 11:00	Krafraum 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 – Grundagentraining	Albert Leidl – Alois Schwarzmeier – Annette Pingel – Tamara Leidl
Donnerstag	16:00 - 16:45	Haidenhof, Halle bzw. Freigelände	Eltern – Kind – Turnen	Julia Praßer
	16:45 - 17:30	Haidenhof, Halle bzw. Freigelände	Eltern – Kind – Turnen	Tina Fuchs
	16:30 - 17:45	DTH, April – September: Stadion	6 – 9 Jahre	Christoph Lehner – Jakob Gorski – Jakob Rochlitz – Julia Zeindl
	15:15 - 17:00	Krafraum Stadion	Senioren-Wettkampfsport	
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Wurftraining ab 14 Jahren	
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Tobias Brilka – Fabian 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	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
	09:30 - 11:30	Stadion bzw. Okt – März LA-Modul	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Fabian Fleischmann – Alois Schwarzmeier

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