1. FC PASSAU
Abteilung Leichtathletik

NEWSLETTER 2018/1

Liebe Leichtathletinnen und Leichtathleten des 1. FC Passau,

kurz vor den Osterfeiertagen und dem damit stattfindenden Trainingslager in Schielleiten wollen wir die erfolgreiche Hallen- und Crosssaison unserer Athleten Revue passieren lassen. Die herausragende Leistung errang unser Nachwuchsläufer **Paul „Jose" Feuerer** mit dem Gewinn der **Bronzemedaille bei den Deutschen Crossmeisterschaften in Ohrdruf** in der Klasse U18. Seine hervorragende Bilanz im Winter runden seine drei Bayerischen Meisterschaftstitel über 1500 m und 3000 m in der Halle sowie im Cross der U18 ab. Herzlichen Glückwunsch!
Das Sprint-Trio **Kristina Fister, Antonia Wimberger** und **Tina Vetter** erkämpfte sich für die Universität Passau startend den Titel „Deutsche Hochschulmeisterinnen" in der 200/400/200-Meter-Staffel. Die Physiotherapie-Studentin der TH Deggendorf **Julia Hofer** belegte im 200-Meter-Finale den dritten Rang.
Als Siegerinnen auf Bayerischer Ebene trugen sich **Kristina Fister, Tina Vetter, Antonia Wimberger** und **Julia Hofer** in der 4x200-Meter-Staffel der Frauen sowie **Antonia Wimberger** im Dreisprung der Frauen und **Felix Adler** über 10.000 Meter der U23 in die Ergebnisliste ein. **Julia Hofer** errang außerdem zweimal Silber über 60 Meter und 200 Meter der Frauen und **Kristina Fister** Dreisprungsilber bei den Frauen. Weitere Silbermedaillen für das Team-Lauf steuerten die U20-Mannschaft mit **Lea Wenninger, Sonja Eisenreich** und **Lydia Florschütz** im Cross sowie **Luis Dressel** (U16) über 3000 Meter in der Halle bei. In der Einzelwertung belegte **Lea Wenninger** im Cross der U18 sowie **Lorenz Adler** über 10.000 Meter der U23 den Bronzeplatz.
Unser „Oldie" **Helmut Maryniak** scheint mittlerweile ein Abonnement auf den Deutschen Seniorenmeistertitel im Diskus-Winterwurf zu haben.
Nachfolgend sind alle Ergebnisse seit Ende November zusammengefasst.
Allen Mitgliedern und Freunden der Abteilung wünschen wir frohe Ostern und unseren Athleten viel Spaß und Erfolg beim Trainingslager in Schielleiten. Wir freuen uns schon auf die tagesaktuellen Infos im WorldWideWeb!

Ihre bzw. Eure Abteilungsleitung

Rückblick auf den Jahresabend im Vogl-Stadl am Samstag, 25.11.2017

von Klaus Hammer-Behringer

Herausragendes Jahr der Spitzenathleten

Erstmals in der Geschichte der Abteilung gewann mit Speerwerferin Sarah Leidl eine Athletin eine Medaille bei Deutschen Meisterschaften in der Aktivenklasse. Die Bronzemedaille am Samstag bei der DM in Erfurt toppte gleich am nächsten Tag Maximilian Entholzner mit Silber und der Deutschen Vizemeisterschaft im Weitsprung der Männer. Der Deutsche Leichtathletik-Verband hat den 7,92-

Meter-Springer mit drei weiteren Weitspringern in seinen Perspektivkader aufgenommen. Erstmals gewannen Athleten zudem eine Deutsche Meisterschaft in einem Mannschaftswettbewerb. Lorenz Adler, Felix Adler und Maximilian Feuerer holten sich Gold in der U20 bei den Deutschen Crosslauf-Meisterschaften in Löningen.

Rückblick auf die eigenen Sportfeste und das Trainingslager

Abteilungsleiter Wolfgang Leitl begrüßte über 100 Mitglieder sowie Stadträtin Rosmarie Weber und Altstadtrat Alois Feuerer. Vereinspräsident Alexander Wösner hob in seinem Grußwort die exzellenten Leistungen der Leichtathletik-Abteilung, einem Aushängeschild des 1. FC Passau, hervor. Ralf Knettel-Adler moderierte den Abend und berichtete über die weiteren Höhepunkte des Jahres. Als Veranstalter fungierte die Leichtathletik-Abteilung beim Hallensportfest „Fun in athletics", beim Frühjahrs-sportfest und bei den Kreis-Meisterschaften im Herbst. Die Grundlagen für die Meisterschaftserfolge der Sommersaison legten die Leichtathleten beim Ostertrainingslager im Schloss Schielleiten in der Nähe von Graz. Die Top-Athleten Maximilian Entholzner und Sarah Leidl bereiteten sich in wärmeren spanischen Gefilden vor. Zudem nahmen Athleten an zwei Trainingslagern Anfang September und Ende Oktober in Essing im Altmühltal teil.

Ehrung der Übungsleiterinnen und Übungsleiter

Alles steht und fällt mit dem Engagement qualifizierter Trainer. Und hier haben die Leichtathleten ein Alleinstellungsmerkmal in Niederbayern. Sie decken nicht nur einzelne, sondern alle Disziplinbereiche ab. Für Sprint, Sprung, Wurf und Lauf stehen bestens qualifizierte Trainer an allen Trainingstagen zur Verfügung. Die Jüngsten tummeln sich in den Trainingsgruppen „Eltern und Kind", „Kinder 4 bis 6 Jahre", „Kinder 6 bis 9 Jahre" und „Kinder 9 bis 12 Jahre". Für die Breitensportler gibt es Fitnesstraining für Frauen, Allgemeines Fitness-Training, Training für das Sportabzeichen, Gesundheitsgym-nastik/Rückenschule, Volleyball, den Lauftreff und Nordic Walking für Fortgeschrittene. Große Freude löste bei der Abteilungsleitung der Gewinn von Christoph Lehner als Trainer für den Nachwuchs aus.

Klasse Leistungsbilanz und großer Zulauf beim Nachwuchs

Die Erfolge 2017 unterfütterte mit Zahlen Vereins- und BLV-Statistiker Horst Rankl. Mit fast 40-mal Edelmetall bei Bayerischen Meisterschaften und den genannten Erfolgen bei Deutschen Meisterschaften ist die Leistungsbilanz hervorragend. Horst Rankl legte jedoch auch den Finger in die Wunde, sprich die Lücken beim Nachwuchs in nicht wenigen Altersklassen. Allerdings ist der Silberstreif am Horizont bereits sichtbar. Die Leichtathleten haben einen Zulauf bei den 9- bis 14-Jährigen wie seit Jahren nicht mehr. Ralf Knettel-Adler appellierte an die Anwesenden, sich als Übungsleiter zu engagieren, um dem Nachwuchs eine optimale Betreuung zu bieten.

Ehrung der Athletinnen und Athleten des Jahres

Bei bayerischen und deutschen Meisterschaften besonders erfolgreiche Athleten wurden als Athlet oder Athletin des Jahres geehrt. Dies waren Sonja Eisenreich, Luis Dressel (beide U16), Paul Feuerer (U18), Maximilian Feuerer, Felix Adler und Lorenz Adler (jeweils U20) für ihre Leistungen im Mittel- und Langstreckenlauf, Sprintern Julia Hofer und Dreispringerin Antonia Wimberger (beide U23), Maximilian Entholzner (Männer), Sarah Leidl und Sprinterin Tina Vetter (beide Frauen) sowie Diskuswerfer Helmut Maryniak (Senioren).

Wolfgang Leitl stellt sich nach fast zwei Jahrzehnten für Wiederwahl nicht mehr zur Verfügung

Für die Abteilungsleitung standen Neuwahlen an. Fast zwei Jahrzehnte stand Wolfgang Leitl an der Spitze der Abteilung und hatte ihr auch die Jahre zuvor schon als Verantwortlicher für die Finanzen gedient. Er trat aus persönlichen Gründen nicht mehr zur Wahl an, er „wolle es die nächsten Jahre etwas ruhiger angehen lassen", „stehe jedoch der Abteilung weiterhin in unterstützender Weise zur

Verfügung". Auch stellvertretender Abteilungsleiter Benedikt Eisenreich zog sich nach zehn Jahren aus seiner Funktion zurück, bleibt aber unverändert für die Organisation des Trainingslagers verantwortlich. Zur Wiederwahl in das Team der Abteilungsleitung stellten sich erneut Ralf Knettel-Adler und Klaus Hammer-Behringer zur Verfügung. Neben ihnen wurden neu in das Team Elke Eisenreich und Sara Just gewählt.

Top-Neuzugang mit U23-Vizeeuropameisterin Verena Preiner

Mit Verena Preiner hat sich eine österreichische Top-Athletin dem 1. FC Passau angeschlossen. Sie gewann heuer Gold bei der Universiade und Silber bei der U23-EM im Siebenkampf und war bei der WM in London am Start. Sie trainiert regelmäßig bei Roland Fleischmann in Passau und verfeinert dort ihre Hochsprungtechnik. Wenn zwar noch nicht auf Meisterschaftsebene, ist sie jedoch ab 2018 bei sonstigen Wettkämpfen für den 1. FC Passau startberechtigt. Vom SV Pocking kommt der Dritte der Bayerischen Meisterschaften über 400 Meter der U20, Benedikt Weber, zum 1. FC Passau.

Termine 2018:

29.04.2018	***Sonntag***	**Frühjahrssportfest mit Kinderleichtathletik**	**Dreiflüssestadion**
30.09.2018	**Sonntag**	**Herbstsportfest mit Kreismeisterschaften**	**Dreiflüssestadion**

Zu **unseren Veranstaltungen** brauchen wir wieder viele helfende Hände, Kuchenbäcker, Organisatoren, Kampfrichter sowie sonstige Helfer. Bitte nehmt euch an diesen Tagen für die Leichtathletik Zeit. Vorab schon heute ein herzliches Dankeschön.

Zur Info der *vorläufige* Zeitplan für unser Frühjahrssportfest:

Sportfest im Frühling am 29.04.2018 (vorläufiger Zeitplan - kann nach Eingang der Meldungen geändert werden)

Zeit	M+U20	M U18	M U16	M U14	M U12	M U10	M U8	F+U20	W U18	W U16	W U14	W U12	WU10	W U8	Zeit
12:00	Hoch	Hoch	80mHü		Hindernis	Med-Ball	Ziel-Weit	Weit 1	Weit 2			Hindernis	Med-Ball	Ziel-Weit	12:00
12:05	Kugel 7,25kg+6kg	Kugel 5kg						Diskus 1kg	Diskus 1kg	80mHü					12:10
12:20											60mHü				12:20
12:30				60mHü											12:30
12:40										Weit 1+2					12:40
12:50	100m		Kugel 4kg												12:50
13:00		100m									Hoch				13:00
13:10	Diskus 2kg+1,75kg	Diskus 1,5kg			Addi-Weit	Hindernis	Med-Ball	100m				Addi-Weit	Hindernis	Med-Ball	13:10
13:20				Weit 1+2					100m						13:20
13:30								Kugel 4kg	Kugel 3kg	100m					13:30
13:40			100m												13:40
13:50															13:50
14:00	Weit 1	Weit 2						Hoch	Hoch		75m				14:00
14:10				75m						Kugel 3kg					14:10
14:20				(Ball 200g)	Med-Ball	Addi-Weit	Hindernis				(Ball 200g)	Med-Ball	Addi-Weit	Hindernis	14:20
14:30	200m														14:30
14:40		200m													14:40
14:50								200m							14:50
15:00			Hoch	Hoch					200m		Kugel 3kg				15:00
15:10					Biathlonstaffel							Biathlonstaffel			15:10
15:20															15:20
15:30															15:30
15:40															15:40
15:50				Kugel 3kg						Hoch					15:50
16:00			Weit 1								Weit 2				16:00
16:10															16:10
16:20	1000m	1000m						1000m	1000m						16:20
16:30			1000m	1000m						1000m	1000m				16:30
	Die 1000m Läufe werden nach Bestzeiten zusammengestellt - Bitte bei Meldung angeben!!														

Zur Schulung unserer Kampfrichter und solche, die es werden wollen, bietet unser Kampfrichterwart Reinhard Wallner eine Woche vorher am *Samstag, 21.04.2018* von 09:00 Uhr bis 11:30 Uhr eine Kampfrichterschulung im Stadion an. Nähere Infos folgen noch. Interessenten können sich schon unter kampfrichter@fcpassau-leichtathletik.de **melden. Vorab herzlichen Dank für die rege Teilnahme.**

Ostertrainingslager 2018

Unser traditionelles Ostertrainingslager führt uns auch in diesem Jahr ins **Schloss Schielleiten** in der Steiermark in der Nähe von Graz. Von **Ostermontag**, **02.04.2018** bis zum **Samstag, 07.04.2018** sind in Österreich Zimmer gebucht. Dort stehen uns wieder mehrere Hallen zur Verfügung, sollte uns das Wetter wider Erwarten einen Streich spielen. Nahezu 40 Athletinnen und Athleten sowie etliche Betreuer werden diese Trainingswoche dazu nutzen, den tollen Ergebnissen in der Halle und im Cross optimale Leistungen in der Freiluftsaison folgen zu lassen. Wir wünschen allen Teilnehmern viel Spaß und bedanken uns schon vorab bei unserem Organisator Benedikt Eisenreich mit seinem Team.

Nachfolgend sind sämtliche **Ergebnisse des Winters** zusammengefasst.

02.12.2017 Sprintcup in Fürth

Glänzender Saisoneinstieg für Julia Hofer beim Fürther Sprintcup

Auf Rang 2 hinter Jugend-Europameisterin Kathrin Fehm

Bei Sprintcup in Fürth unterzog sich **Julia Hofer** einem ersten Formtest für die Hallensaison. Er war gleichzeitig vom Bayerischen Leichtathletik-Verband als Leistungstest für die Mitglieder des U23-Sprintkaders angesetzt. Die 21-Jährige setzt sich als dessen Mitglied glänzend in Szene. Sie musste sich nur der U20-Europameisterin mit der 4x100-Meter-Staffel, Kathrin Fehm vom ESV Amberg, geschlagen geben.

Top-Leistung über 30 Meter

Diese war eine Klasse für sich und dominierte alle drei Teildisziplinen. Sie war weder über 30 Meter fliegend (3,16 Sekunden), 60 Meter (7,49 Sekunden) noch 150 Meter (17,74 Sekunden) zu schlagen. Julia Hofer belegte über 30 und 60 Meter jeweils den zweiten Platz (3,20 und 7,72 Sekunden) und 150 Meter Rang 3 (18,49 Sekunden). Besonders zufrieden konnte sie mit der Zeit über 30 Meter sein. Hier war sie am nächsten dran an der U20-Europameisterin über 4x100-Meter, Gewinnerin der Bronzemedaille über 200 Meter und U20-Weltrekordlein (43,27 Sekunden im Vorlauf) der EM von Grosseto (Italien). Über 60 Meter verfehlte die angehende Physiotherapeutin nur um eine knappe Zehntel ihre Bestzeit. Aktuell spielen Starts und intensives Training der Schnelligkeit in ihrem Trainingsaufbau noch keine Rolle. Daher bewertete sie ihre Ergebnisse über 30 und 60 Meter als „echt top".

Fokus auf der Hallensaison

Über die 150 Meter lief es hingegen noch nicht richtig rund. Wenig leistungsfördernd war bereit die halbstündige Verschiebung des Zeitplans und das damit einhergehende Warten nach Abschluss der Aufwärmphase. Julia Hofer fand „in das Rennen nicht rein", die Schrittfrequenz stimmte in der Kurve nicht. Die Uhr blieb daher erst bei 18,49 Sekunden stehen. In der Gesamtwertung konnte sie sich trotzdem mit 29,41 Sekunden bei 32 Starterinnen über einen tollen zweiten Platz hinter Kathrin Fehm (28,39 Sekunden) und vor Svenja Pfetsch (SC Vöhrigen, 29,77 Sekunden) freuen. Für den Sommer steht die Wettkampfplanung wegen des anstehenden Staatsexamens als Physiotherapeutin auf unsicheren Beinen. Ihr Fokus liegt daher für das Erste auf der Hallensaison.

03.12.2017 Nikolausläufe in Regensburg und Arnstorf

FC-Läufer glänzen bei Nikolausläufen in Regensburg und Arnstorf

Paul Feuerer glänzt mit Top-Zeit über fünf Kilometer

Paul Feuerer vom 1. FC Passau zeigte sich bereits in bestechender Form beim Nikolauslauf in Regensburg. Der Bayerische Hindernismeister steigerte trotz Minustemperaturen seine Bestzeit über fünf Kilometer deutlich. Waren es im Vorjahr in Regensburg 16:47 Minuten, überquerte er dieses Mal die Ziellinie in 16:09 Minuten als Zweiter der U18. Für das hohe Tempo hatte er lang selbst gesorgt. Erst in der Schlussrunde enteilte ihm um sechs Sekunden der ein Jahr ältere Benedikt Brem von der LG Telis Finanz Regensburg, heuer Sechster bei den Deutschen Meisterschaften über 1500 Meter in der U18.

Großes Feld und trotzdem alleine unterwegs über zehn Kilometer

Auch U20-Läufer **Felix Adler** belegte den zweiten Platz. Er legte die zehn Kilometer in 33:44 Minuten zurück und steigert sich gegenüber 2016 um 15 Sekunden. Mehr war aufgrund des Rennverlaufs nicht drin. Der Bayerische Vizemeister über 800 Meter musste fast über die gesamte Renndistanz alleine das Tempo hochhalten.

Franziska Drechsler pfeilschnell bei den Schülerinnen

Die elfjährige **Franziska Drechsler** lieferte ein erstklassiges Rennen in der W11 über 1,66 Kilometer ab und siegte in 6:11 Minuten, eine Steigerung gegenüber dem Vorjahr um 19 Sekunden. Ihre Leistung ist um so beachtlicher, da sie im Zieleinlauf aller Schülerinnen bis zur Altersklasse W15 den zweiten Platz belegte, nur eine Sekunde hinter der Gesamtsiegerin Anna Drexler (LG Passau).

Vier Klassensiege in Arnstorf – Lea Wenninger und Luis Dressel auf Rang 1

Gleich vier Klassensiege landeten die Nachwuchsläufer des 1. FC Passau bei frostigen Temperaturen beim Nikolauslauf in Arnstorf. Große Teile der Strecke führten über einen nicht einfach zu belaufenden Waldboden. **Lea Wenninger** gewann die 3000 Meter in der U18 in 14:01 Minuten. Über die gleiche Distanz siegte **Luis Dressel**, Bayerischer Vizemeister im Crosslauf, in der M14 in 11:53,4 Minuten und **belegte Jonathan Adler** Rang 4 in der M15 in 12:35,2 Minuten.

Eisenreich-Schwestern gewinnen die W15 und W13

Sonja Eisenreich, Bayerische Vizemeisterin über 2000 Meter, war die Tagesschnellste über 2100 Meter in 8:25,2 Minuten. Sie musste sich jedoch für ihren Sieg in der W15 und einen Vorsprung von vier Zehntelsekunden auf die Zweite Amelie Hanf (LV Deggendorf) im Zielspurt gewaltig strecken. Ebenfalls auf das Siegerpodium lief als Dritte **Lydia Florschütz** in 9:04,5 Minuten. Die W13 dominierte **Laura Eisenreich** in 8:47,7 Minuten, Silber gab es für **Luisa Stephani** in der W12 in 9:10,0 Minuten. Der jüngste FC-Läufer **Marvin Tietze** erkämpfte sich bravourös Platz 4 in der M11 über 1400 Meter in 5:58,6 Sekunden, nur wenige Meter hinter dem Zweit- und Drittplatzierten.

17.12.2017 BLV-Kader-Test der Mittel- und Langstreckenläufer in München

Paul Feuerer, Sonja Eisenreich, Luis Dressel in der Werner-von-Linde-Halle

30 Meter fliegend, Fünfer-Sprunglauf, 150 Meter und Cooper-Test

Der Bayerische Leichtathletikverband hatte die Mittel- und Langstreckenläufer seines Nachwuchskaders wie jedes Jahr zum Test in der Münchner Werner-von-Linde-Halle eingeladen. Leistungsstarke Gastathleten konnten ebenfalls daran teilnehmen. Kaderathlet **Paul Feuerer** sowie **Sonja Eisenreich** und **Luis Dressel** nutzten die Möglichkeit, ihren Leistungsstand in vier Bereichen zu

messen: 30 Meter fliegend, Fünfer-Sprunglauf aus der Schrittstellung, 150 Meter aus dem Hochstart und Zwölf-Minuten-Ausdauer-Test (Cooper-Test). Lorenz und Felix Adler mussten wegen Erkrankung beziehungsweise Verletzung passen.

„Jose" Feuerer mit drei Bestleistungen

Paul Feuerer verbesserte sich gegenüber dem Vorjahr gleich in drei Testdisziplinen, über 30 Meter fliegend (3,46 Sekunden), über 150 Meter (18,7 Sekunden) und beim Cooper-Test im Alleingang (3.760 Meter). Sonja Eisenreich zeigte ein deutlich erhöhtes Ausdauerniveau (3.120 Meter) und eine beachtliche Sprungleistung (10,80 Meter). Wie bei Luis Dressel muss am Sprintvermögen noch intensiv gearbeitet werden (4,09 und 21,9 Sekunden). Dieser zeigte eine Topleistung im Cooper-Test mit 3.410 Metern, immerhin 20 Meter mehr als Paul Feuerer im gleichen Alter. Mutig setzte er sich die ersten beiden Kilometer an die Spitze des Feldes und bestimmte das Tempo. Akzeptabel waren 11,20 Meter im Fünfer-Sprunglauf (außerdem 4,04 und 21,3 Sekunden).

31.12.2017 Silvesterlauf in Peuerbach und Kempten

Lorenz Adler, Paul Feuerer, Luis Dressel und die Staffel auf Platz 1

Olympiasiegerin und Weltrekordhalterin über 3000 Meter Hindernis gewinnt „Lauf der Asse"

Bilderbuchwetter, neuer Teilnehmerrekord mit 870 Läufern und mehrere tausend Zuschauer – optimale äußere Rahmenbedingungen nutzten die Läufer des 1. FC Passau zu erstklassigen Leistungen beim Silvesterlauf in Peuerbach, einem der Hochkaräter unter den europäischen Silvesterläufen. Denn im „Lauf der Asse" siegte bei den Frauen die Olympiasiegerin und Weltrekordhalterin im 3000-Meter-Hindernislauf Ruth Jebet, 21, geboren in Kenia, startend für Bahrein. Bei den Männern konnte Victor Chumo aus Kenia im Endspurt nur knapp um eine Sekunde den derzeit besten deutschen 5000-Meter-Läufer Richard Ringer (VfB LC Friedrichshafen) niederringen.

Vier Siege im Hausruckviertel

Das Kaiserwetter bescherte den Läufern vier Siege, einen zweiten und einen dritten Platz. Standen die Läufer die letzten Jahre zum Saisonausklang regelmäßig bei Minustemperaturen bibbernd am Start, sorgten heuer extrem milde Temperaturen für Frühlingsgefühle. **Lorenz Adler** gewann trotz krankheitsbedingten reduzierten Trainings in den letzten Wochen unangefochten seine Altersklasse. Die Zeit von 22:40 Minuten über 6800 Meter sicherte ihm außerdem Platz 2 in der Gesamtwertung des Volkslaufes. Entspannt lief **Paul Feuerer** zum Sieg in der U18 über 1700 Meter in 5:05,2 Minuten. **Jonathan Adler** holte sich Bronze in der M15 in 6:05,7 Minuten. Keinen ernsthaften Gegner hatte ebenfalls **Luis Dressel** in der M14 bei seinem Sieg in 5:36,9 Minuten. Silber nahm **Lea Wenninger** in der U18 in 7:08,8 Minuten mit nach Hause. **Franziska Drexler** wurde Dritte in der W11 über 850 Meter in 3:01,1 Minuten.

Vierter Staffelsieg in Serie

Beim österreichischen Laufspektakel krönte die FC-Staffel über drei Runden (2250 Meter) den Jahresabschluss mit einem Sieg, und das zum vierten Mal hintereinander. Der Seriensieger aus der Dreiflüssestadt dominierte die Staffel in der Besetzung **Maximilian Feuerer**, **Valentin Fuchs** und **Paul Feuerer**, der den Staffelstab unter dem Beifall tausender Zuschauer als Erster über die Ziellinie trug.

Dreimal Eisenreich in „Kempte im Allgai"

Elke, Sonja und Laura Eisenreich auf den Plätzen 1 und 2

Frisch im Amt als Mitglied der Abteilungsleitung stellte **Elke Eisenreich** ihre Töchter beim Silvesterlauf in „Kempte im Allgai" in den Schatten. Dass die Seniorin in Kempten, der „Hauptstadt" des Allgäus, einer der ältesten Städte Deutschlands, zuschlagen würde, konnte fast erwartet werden. Sie gewann über fünf Kilometer die W45 in 22:23,9 Minuten (gesamt 51.). 500 Teilnehmer waren über fünf und 1.500 über zehn Kilometer am Start. Nicht ganz komplikationslos absolvierte **Sonja Eisenreich** ihr Rennen. Sie hatte sich zu weit hinten eingereiht und konnte zuerst viele Meter nur joggend zurücklegen. Das Umkippen eines Rollstuhlfahrers gleich nach dem Start brachte zusätzlich die Läufermassen zum Stocken. Nach ein paar Kilometer kam Seitenstechen hinzu und dann „ging alles schief, was schiefgehen kann" (Muphys Gesetz): Wegen eines Staus der Läufer an einer Brücke verpasste Sonja Eisenreich die Abzweigung, lief vorbei und musste wieder zurücklaufen. Da blieb nur der zweite Platz in 22:12,9 Minuten in der U16 (gesamt 50.). Ebenfalls auf das „Stockerl" lief als Zweite der U14 **Laura Eisenreich** in 23:03,7 Minuten (gesamt 66.). Mit ihrer guten Zeit fehlten ihr nur fünf Sekunden zum Sieg.

01.01.2018 Neujahrwerfen in Röttenbach

Helmut Maryniak wirft den Diskus über 54 Meter

„Weltjahresbestleistung" mit der Eineinhalb-Kilo-Scheibe

Diskuswerfer **Helmut Maryniak** ließ gleich am Neujahrstag seine Scheibe auf über 50 Meter segeln. Seine Erfolge im Jahr 2017 als zweifacher Deutscher Meister und Gewinner der Bronzemedaille bei der Senioren-Europameisterschaft hatte der 49-Jährige in der M45 mit dem Zwei-Kilo-Diskus erzielt. Ab heuer ist sein Arbeitsgerät in der M50 nur noch der Eineinhalb-Kilo-Diskus. Er nutzte beim Neujahrswerfen des TSV Röttenbach (Landkreis Roth) das leichtere Wurfgewicht, das für diese Jahreszeit hervorragende Wetter und die perfekte Organisation, um gleich mal eine exzellente Marke zu setzen. Im dritten Versuch flog der Diskus auf 54,25 Meter. Bis 2015 lag der Bayerische Rekord noch bei 53,86 Metern, bis ihn Norbert Demmel (TSV Unterhaching) 2016 gleich um vier Meter auf 57,57 Meter verbesserte.

Mit dem Eineinhalb-Kilo-Diskus gelang Helmut Maryniak, was ihm mit dem Zwei-Kilo-Diskus und der Bestweite von 49,28 Metern 1995 verwehrt blieb, die 50 Meter zu übertreffen. Seine 54,25 Meter bedeuten immerhin Platz 5 in der ewigen Deutschen Bestenliste und Platz 30 in der ewigen Weltbestenliste. Für die angepeilte Weltjahresbestleistung hat es offiziell in der M50 nicht gereicht, denn dafür war er am 1. Januar noch zu jung. Zwar war Helmut Maryniak nach den DLV-Kriterien am 1. Januar bereits in der M50 startberechtigt, nach den internationalen Kriterien ist dafür jedoch der Geburtstag maßgeblich, und den Fünfzigsten feiert er erst am 14. Juni.

02.01.2018 Maximilian Entholzner im Nationalen Testpool für Dopingkontrollen

Dopingkontrolle auch in Madrid

Im Nationalen Testpool der NADA (NADA-NTP)

Bereits 2015 befand sich **Maximilian Entholzner** als Mitglied des B-Kaders des DLV im nationalen Testpool für Dopingkontrollen (NADA-NTP). Dies galt für auch 2017, nachdem ihn der DLV als Deutschen U23-Meister und nach seinem Satz auf 7,81 Meter wieder in den B-Kader berief. Für die Mitgliedschaft 2018 im Perspektivkader gelten die gleichen Konditionen.
Leichtathleten, die einem DLV-Bundeskader angehören, werden zur Durchführung von Dopingkontrollen in einen der Testpools berufen. Testpools sind der Internationale Registered Testing Pool der IAAF (IAAF-RTP), auf nationaler Ebene der Registered Testing Pool der NADA (NADA-RTP), der Nationale Testpool der NADA (NADA-NTP) und der Allgemeine Testpool der NADA (NADA-ATP).

Aufnahme in den Testpool

Die Stiftung **Nationale Anti Doping Agentur** Deutschland ist die maßgebliche Instanz für sauberen Sport in Deutschland. Zum Schutz der sauberen Athleten organisiert die NADA Kontrollen außerhalb als auch innerhalb von Wettkämpfen. Dazu entnimmt sie dem Athleten eine Blut- oder Urinprobe oder auch beides ab. Über die Aufnahme in die NADA-Testpools entscheiden der DLV und die NADA einmal jährlich nach der Berufung in den DLV-Bundeskader. Über seine Aufnahme und seine Aufgaben als Testpool-Athlet haben sowohl DLV als auch NADA Maximilian Entholzner im Dezember 2017 per E-Mail informiert.

Einpflege der Whereabout-Daten in ADAMS für ein Vierteljahr im Voraus

Die Meldepflichten eines Athleten richten sich nach der Zugehörigkeit zu einem der Testpools. Athleten des RTP und NTP müssen ihre Whereabout-Daten vierteljährlich im Voraus in das Onlinesystem ADAMS (Anti-Doping Administration und Management System) einpflegen. Dort hinterlegen sie engmaschige Angaben über ihren Aufenthaltsort und ihre Erreichbarkeit. Athleten im NADA-RTP müssen zusätzlich für jeden Tag ein 60-minütiges Zeitfenster angeben, in dem sie für Dopingkontrolleure erreichbar sind. Sie benennen außerdem einen Empfangsvertreter, an den sich die NADA wenden kann, wenn diese den Athleten nach allen in ADAMS hinterlegten Kontaktmöglichkeiten nicht erreicht.

Fünf Trainings- und Wettkampfkontrollen im Jahr 2017

Maximilian Entholzner hatte 2017 vier Trainingskontrollen, drei in Nürnberg und eine in Madrid, und eine Wettkampfkontrolle bei der DM in Erfurt. Über einen Account hatte er an die NADA für jeden Tag gemeldet, wo er sich aufhält, wenn er nicht zuhause ist. Diese Angaben haben jede Stunde eines Tages abzudecken. Wird er am angegebenen Ort nicht angetroffen, bleibt ihm eine Stunde Zeit, sich dort einzufinden.

Drei Verstöße gegen Meldepflichten - zwei Jahre Sperre

Verstöße gegen die Meldepflichten werden ausschließlich durch die NADA oder gegebenenfalls die AUI (Athletics Integrity Unit – IAAF) geahndet. Ein Verstoß zieht einen sogenannten „Strike" nach sich; drei Strikes führen in der Regel zu einer Sperre von zwei Jahren.

14.01.2018 Südbayerische Meisterschaften Männer, Frauen und U18 in München

Vier Titel für Julia Hofer, Tina Vetter, Kristina Fister und Antonia Wimberger

Julia Hofer mit Dreifachsieg

Einen glänzenden Einstieg in die anstehenden Hallenmeisterschaften erwischten die Athleten des 1. FC Passau. Insbesondere **Julia Hofer** brillierte in den Sprintwettbewerben mit drei Siegen bei den Südbayerischen Hallenmeisterschaften in der Münchner Werner-von-Linde-Halle. Ebenfalls Gold gab es für **Kristina Fister** im Dreisprung.

Verschlafen zu Bestzeit und Sieg

Julia Hofer knüpfte nahtlos an die Leistungen des Vorjahres an. Im Vorlauf über die 60 Meter lief sie nach mäßigem Start sehr locker 6,67 Sekunden. Im Zwischenlauf wartete der Starter sehr lange. Julia Hofer kam daher etwas verzögert aus dem Startblock, beschleunigte aber sehr gut. Das Ergebnis war eine neue persönliche Bestleistung von 7,58 Sekunden (zuvor 7,60). Den Endlauf dominierte Julia Hofer in 7,61 Sekunden ebenfalls deutlich mit einer Zehntelsekunde Vorsprung vor Marina Scherzl (LG Kreis Dachau), auch wenn sie den Start deutlich verschlief und erst durch ihren starken fliegenden Sprint sich auf den letzten Metern an die Spitze setzte.

Auch Tina Vetter im 60-Meter-Finale – Sechste im Weitsprung

Ebenfalls im Finale über 60 Meter stand **Tina Vetter**, die Bayerische Hallenmeisterin über 200 Meter des Vorjahres. Trotz einer längeren krankheitsbedingten Trainingspause belegte sie einen ausgezeichneten sechsten Platz in 7,94 Sekunden (Zwischenlauf 7,92). Ebenfalls auf Rang 6 sprang sie im Weitsprung mit 5,21 Metern, wobei sie bei allen Sprüngen deutlich vor dem Brett absprang. Hier machte sich das fehlende Techniktraining bemerkbar.

Spitzenzeit über 200 Meter

Alleinunterhalterin auf den 200 Metern war Julia Hofer bei ihrem zweiten Titel. Sie war dort ohne ernsthafte Konkurrenz und gewann in 24,63 Sekunden mit fast einer Sekunde Vorsprung auf Sandy Opeola (LG Stadtwerke München, 25,55 Sekunden). Damit hat sie über 60 und 200 Meter die Norm für die Deutschen Hallenmeisterschaften in Dortmund erfüllt. Aktuell ist sie über 200 Meter auf Rang 5 der deutschen Bestenliste platziert. **Sophie Sandkuhl** belegte in 28,36 Sekunden im Gesamtklassement den 15. Platz über die Hallenrunde. Über 60 Meter schied sie in 8,46 Sekunden nach dem Vorlauf aus.

Dreisprung-Titel und klasse Zeit über 60 Meter Hürden für Kristina Fister

Einen weiteren Einzeltitel errang Kristina Fister im Dreisprung mit soliden 11,69 Metern. **Antonia Wimberger** belegte mit für sie enttäuschenden 11,05 Metern Rang 5. Kristina Fister überzeugte vor allem mit der Vizemeisterschaft und einer neuen persönlichen Bestleistung über die 60 Meter Hürden. Nach ihrem letztjährigen Auslandsaufenthalt steht sie wieder voll im Training und verpasste die DM-Norm nur um zwei Hundertstel. Mit einer aktiven Startbeschleunigung und einem engagierten Sprint zwischen den Hürden verbesserte sie sich auf 8,77 Sekunden, zwölf Hundertstel hinter der Siegerin Johanna Windmaier (TSV Wasserburg).

Staffel konkurrenzlos

Titel Nummer 4 folgte für die Frauen in der 4x200-Meter-Staffel. In der Besetzung Kristina Fister, Tina Vetter, Antonia Wimberger und Julia Hofer war das Passauer Quartett in sehr guten 1:42,49 Minuten konkurrenzlos. Dauerkonkurrent LG Region Landshut belegte mit über drei Sekunden Rückstand in 1:45,89 Minuten den zweiten Platz.

Neuzugang Benedikt Weber überzeugt

Zum ersten Mal im Trikot des 1. FC Passau startend überzeugte Neuzugang Benedikt Weber vor allem auf den 200 Metern. Der noch der Jugendklasse angehörige 18-jährige Sprinter lief in 22,99 Sekunden auf den vierten Platz. 16 Hundertstel fehlten zur Bronzemedaille. Der Zwischenlauf war für ihn Schlussstation über 60 Meter in 7,24 Sekunden (Vorlauf 7,23). Sein vom Fußball geprägter Laufstil lässt noch einigen Spielraum nach oben für schnellere Zeiten. Ebenfalls im Zwischenlauf über 60 Meter lief Sebastian Schubach 7,25 Sekunden. Im Dreisprung stand bei ihm mit 11,91 Metern ein sechster Platz zu Buche.

14.01.2018 Hallenmmeting in Madrid

Maximilian Entholzner läuft 7,00 Sekunden über 60 Meter

Enttäuschende Zeit nach sehr schlechtem Start

Einen einzigen Hallenstart hatte sich **Maximilian Entholzner** während seines Praktikums in Madrid vorgenommen. Und bei dem lief es dann überhaupt nicht. Nach einem mehr als schlechten Start waren nur 7,00 Sekunden drin. Nach 14 Vorläufen mit 110 Startern qualifizierte er sich zwar mit der siebtschnellsten Zeit für das Finale. Doch nach dem Vorlauf zog es stärker in seinem Oberschenkel. Daher lief er im Finale mit angezogener Handbreme als Achter „nur" 7,10 Sekunden. Seine Bestleistung steht bei 6,93 Sekunden, gesprintet als Bayerischer Hallenmeister 2017.

21.01.2018 Team Lauf beim Skaten

Läufer und Läuferinnen immer öfters auf den langen Latten unterwegs

Elke Eisenreich organisiert Skating-Einführung in der Mauth

Eines der besten alternativen Trainingsmittel - nicht nur, aber vor allem für den Läufer - ist das Skilanglaufen. Die Jungs sind bereits seit dem letzten Winter auf den Skating-Skis unterwegs, meist auf dem Haidel, ab und zu in Jägerbild und Finsterau. Skaten beansprucht umfassend organisch und muskulär den Körper und entlastet Gelenke, Sehnen und Bänder. Daher organisierte Elke Eisenreich am Sonntag eine Einführung in die Skating-Technik in der Mather Loipe. Die Mädels waren alle begeistert mit dabei. Die „großen" Jungs hatte sich bereits zwei Tage zuvor am Haidel durch den dauernden Schneefall gekämpft, ein paar versuchten am Sonntag die Spur im Schnee von Jägerbild zu finden.

Ein dreckiger Vorgeschmack auf die Crossläufe

Dass das Läuferleben dreckig und hart ist, hatten alle am Tag zuvor beim Fahrtspieltraining am Inn erfahren. Wer nicht von oben bis unten, hinten und vorne mit Dreckspritzern übersät war, musste etwas falsch gemacht haben.

21.01.2018 Südbayerische Hallen-Meisterschaften der U16 und U20 in München

Der Nachwuchs ist im Kommen – Siebenmal Edelmetall

Gold und Bronze für Benedikt Weber - Zweimal Gold für Annika Just

Siebenmal Edelmetall nahmen die Athleten von den Südbayerischen Hallen-Meisterschaften der U20 und U16 in der Münchner Werner-von-Linde-Halle mit nach Hause. Herausragend die erst zwölfjährige Annika Just. Sie sicherte sich in der W14 zweimal Gold über 60 Meter Hürden und im Weitsprung sowie Silber über 60 Meter. Südbayerischer Meister wurde Benedikt Weber in der U20 mit einer Top-Zeit über 60 Meter. Außerdem gewann er Bronze über die 400 Meter, genauso wie Valentin Fuchs in der U20 über die 800 Meter sowie Lisa Rohmann in der W15 im Kugelstoßen.

Pfeilschnell Annika Just

Bei ihrem ersten überregionalen Start zeigte Annika Just gegenüber der fast durchweg älteren Konkurrenz gleich ihr Sprinttalent über die 60 Meter Hürden. In ausgezeichneten 9,74 Sekunden siegte sie mit elf Hundertsteln Vorsprung vor Daniela Gauler (LAG Garmisch-Partenkirchen). Zum nächsten Schlag holte sie unmittelbar nach dem Hürdensprint im Weitsprung aus. Diesen gewann sie mit 4,88 Metern und einer tollen Sprungserie, der schwächste Sprung lag bei 4,66 Metern. Elf Zentimeter hinter Annika Just sprang die gleichaltrige Maria Anzinger vom SV Pocking zu Silber. Zur dritten Medaille sprintete Annika Just als Zweite über 60 Meter in 8,15 Sekunden (Vorlauf 8,14, Zwischenlauf 8,15). Siegerin Mona Mark von der LG Augsburg lag eine Zehntel vor ihr.

Franziska Rohmann flott unterwegs – Mona Globisch mit Kugel-Bestleistung

Sehr erfreulich präsentierte sich die ebenfalls zwölfjährige Franziska Rohmann im 60-Meter-Sprint. Erst seit ein paar Monaten im Leichtathletiktraining ließ sie 8,55 Sekunden im Vorlauf 8,60 Sekunden im Zwischenlauf folgen. 8,52 Sekunden hätten für den Endlauf gereicht. Mona Globisch erzielte „zum Aufgalopp" 9,12 Sekunden im Vorlauf. Im Kugelstoßen belegte sie mit 8,64 Metern und einer deutlichen Verbesserung ihrer Bestleistung um einen halben Meter den sechsten Platz.

Lisa Rohmann lässt ihre Kugel zu Bronze fliegen

Alle Kraft legte Lisa Rohmann im Kugelstoßen der W15 in ihren sechsten und letzten Versuch. Sie wuchtete ihre Kugel auf 10,26 Meter. Damit verbesserte sie ihr persönliche Bestleistung mit der Drei-Kilo-Kugel um über einen halben Meter und sicherte sich mit Rang 3 einen Platz auf dem Siegerpodium.

Starke 11,34 Meter für Vincent Just mit der Kugel

Vincent Just stieß in der M15 seine vier Kilogramm schwere Kugel ebenfalls im letzten Versuch auf starke 11,34 Meter und Platz 5. Seine alte Bestleistung steigerte er um einen guten Meter. Über 60 Meter erzielte er im Zwischenlauf mit einem technisch feinen Lauf 7,96 Sekunden (Vorlauf 7,98). Als Neuntschnellster verfehlte er nur knapp den Endlauf.

Benedikt Weber schnellster Sprinter über 60 Meter

Eine deutliche Steigerung gegenüber dem letzten Wochenende zeigte Benedikt Weber über 60 Meter. Dort war er im Zwischenlauf der Männer 7,24 Sekunden gelaufen. In seiner Altersklasse U20 steigerte er sich im Vorlauf auf 7,22 Sekunden, über den Zwischenlauf in 7,15 Sekunden auf exzellente 7,09 Sekunden im Endlauf. Mit dieser persönlichen Bestleistung gewann er das Sprintfinale klar mit einer Zehntelsekunde Vorsprung vor Arne Leppelsack (LG Stadtwerke München). Weiteres Edelmetall sicherte er sich mit der Bronzemedaille über 400 Meter in 53,20 Sekunden.

Comeback von Valentin Fuchs

Ebenfalls Bronze gewann Valentin Fuchs in der U20 über 800 Meter in 2:07,05 Minuten, ein guter Wiedereinstieg für den 17-Jährigen nach einem Jahr krankheitsbedingter Wettkampfpause. Seinen letzten Wettkampf bestritt er bei der Bayerischen Hallenmeisterschaften der U18 an gleicher Stelle.

27.01.2018 Winterwurfmeeting in Halle an der Saale (Sachsen-Anhalt)

Helmut Maryniak im Werfer-Mekka

Doppelstart mit dem Eineinhalb- und Zwei-Kilo-Diskus

Auch wenn nicht alles optimal lief – der Start im Werfer-Mekka in Halle an der Saale war es wert. Auf der Rückreise von einem Führungskräfteseminar in Magdeburg machte **Helmut Maryniak** Zwischenstation in Halle an der Saale. Zuerst warf er in einem illustren Männerfeld den Diskus mit seinem einzigen gültigen Wurf auf 45,80 Meter und Platz 4. Vor ihm rangierten David Wrobel (SC Magdeburg) mit 59,23 Metern, 2017 die nationale Nummer drei, Sebastian Scheffel (SV Halle) mit 58,65 Metern und Hendrik Jansen (SC Magdeburg) mit 54,90 Metern, Sechster bei der U20-WM. Bei den Frauen schleuderte Nadine Müller (SV Halle), WM-Dritte von 2015, ihren Diskus auf die deutsche

Jahresbestleistung von 59,20 Meter. Helmut Maryniak startete auch noch in der M50 und warf den dort einen halben Kilo leichteren Diskus auf 51,58 Meter.

27./28.01.2018 Bayerische Meisterschaften Männer/Frauen/U20/U18 in Fürth

Frauenstaffel liefert sich heißen Kampf um den Sieg mit der LG Stadtwerke München

Dreimal Gold und dreimal Silber für die FC-Athletinnen und -Athleten

Eine satte Medaillenausbeute gab es bei den Bayerischen Hallenmeisterschaften der Männer und Frauen sowie U18. Dreimal Gold und dreimal Silber. Am Ende der zwei Meisterschaftstage in der Münchner Werner-von Linde-Halle standen die 4x200-Meter-Staffel der Frauen, **Antonia Wimberger** im Dreisprung und **Paul Feuerer** über 3000 Meter ganz oben auf dem Siegerpodium. Zweimal Sprintsilber gewann **Julia Hofer**, sie erzielte die hochkarätigsten Leistungen, Dreisprungsilber Kristina Fister.

Staffel-Gold für die Frauen

Für den Glanzpunkt sorgte aus Passauer Sicht die 4x200-Meter-Staffel der Frauen. Sie triumphierte mit Kristina Fister, Tina Vetter, Antonia Wimberger und Julia Hofer in einem hart umkämpften Rennen vor der LG Stadtwerke München. Die beiden Staffeln lieferten sich ein packendes und intensives Duell. Kristina Fister lief hervorragend an, wuchs über sich hinaus und übergab den Stab als Zweite auf Tina Vetter. Diese schloss eine kleine Lücke zur Konkurrentin von der LG Stadtwerke München auf der Gegengerade der Hallenrunde und schob sich an ihr vorbei. Mit ein paar Metern Vorsprung wechselte sie auf Antonia Wimberger, die jedoch nicht gleich nach innen zog, so dass die Münchnerin innen wieder durchschlüpfte. Antonia Wimberger biss sich aber an ihr fest und übergab mit einem knappen Rückstand auf Schlussläuferin Julia Hofer.

Auf den letzten Metern zum Sieg

Am Ende der Gegengerade hatte diese bereits zur Münchner Staffel aufgeschlossen, lief auf Bahn zwei Brust an Brust mit der Konkurrentin durch die Kurve und rang sie auf der Zielgeraden um drei Zehntel nieder. In 1:41,89 Minuten siegte der 1. FC Passau vor der LG Stadtwerke München (1:42,28) und der LG Region Landshut (1:43,42). Einziger Wermutstropfen, zur DM-Norm fehlten 39 Hundertstel. Trotzdem eine Top-Zeit des Frauen-Quartetts, noch nie ist seit der Gründung der Leichtathletik-Abteilung des 1. FC Passau 1970 eine Vereinsstaffel die 4x200 Meter schneller gelaufen.

Doppelsilber für Julia Hofer

In den beiden Sprintdisziplinen stand Julia Hofer mit Katrin Fehm vom ESV Amberg, gerade in die Aktivenklasse aufgerückt, keine Geringere als die U20-Europameisterin mit der 4x100-Staffel und U20-EM-Bonzemedaillengewinnerin über 200 Meter von 2017 gegenüber. Gegen diese stand sie erwartungsgemäß auf verlorenem Posten. Julia Hofer, bereits mit den DM-Normen über 60 und 200 Meter ausgestattet, holte sich jedoch zweimal überlegen die Vizemeisterschaft. Souverän gewann sie Vorlauf und Zwischenlauf in 7,73 und 7,65 Sekunden. Anders als bei den letzten Wettkämpfen kam sie im Finale gut aus dem Startblock, befand sich allerdings beim Übergang in den freien Sprint zwischen 20 und 30 Meter leicht im Hohlkreuz. Man merkte ihr an, dass ihr etwas die Spritzigkeit fehlte. Kathrin Fehm gewann in 7,48 Sekunden vor Julia Hofer in 7,64 Sekunden und Naomi Hemmelmann (LG Karlstadt-Gambach-Lohr) in 7,74 Sekunden.

Tina Vetter fehlt eine Hundertstel zum Finale

Haarscharf schrammte Tina Vetter am Endlauf vorbei. Im Zwischenlauf überquerte sie zeitgleich mit Julia Schneider (LG Stadtwerke München) in 7,97 Sekunden die Ziellinie. Die Münchnerin wurde jedoch

vor ihr auf Platz acht und damit auf den Finalplatz gesetzt. Antonia Wimberger schied nach dem Vorlauf in 8,21 Sekunden aus.

Drittes Edelmetall für Julia Hofer über 200 Meter

Gleiche Reihenfolge auf den ersten beiden Plätzen am zweiten Wettkampftag über 200 Meter. Katrin Fehm war eine Klasse für sich und siegte in exzellenten 23,75 Sekunden, aktuell die zweitschnellste Hallenzeit in Deutschland, vor Julia Hofer (24,63) und Marina Scherzl (LG Kreis Dachau, 24,95). Dieses Rennen absolvierte die Passauerin nicht mehr in der besten Verfassung nach zuvor drei Läufen über 60 Meter, dem Staffelrennen und dem 200-Meter-Vorlauf. Ähnlich erging es Tina Vetter, die nach den Finalläufen über 200 Meter in 25,97 Sekunden Rang sieben belegte.

Dreisprung-Gold für Antonia Wimberger

Bereits im ersten Versuch erzielte Antonia Wimberger ihre Siegesweite im Dreisprung. Mit Hop, Step und Jump landete sie bei 11,42 Metern in der Sandgrube. Auch wenn die Spitzenweite fehlte, zeigte sie mit weiteren vier guten Sprüngen auf 11,39, 11,23, 11,41 und 11,23 Meter eine konstante Serie. Das Siegerpodest im Dreisprung gehörte den Niederbayerinnen. Kristina Fister gewann mit 11,30 Metern im letzten Versuch die Silbermedaille vor Dritte Hanna Gerstmann (LG Landkreis Kehlheim) mit 11,05 Metern.

Sebastian Schubach flott über 60 Meter unterwegs

Sebastian Schubach belegte im Weitsprung der Männer Rang sieben mit 6,45 Metern im dritten Versuch. Das war leider der einzige brauchbare Sprung bei vier ungültigen Versuchen und einem verunglückten Versuch. Über 60 Meter sprintete Sebastian Schubach nach 7,31 Sekunden im Vorlauf zu 7,22 Sekunden im Zwischenlauf. Seit 2013 war er nicht mehr schneller über die 60 Meter.

Lauf-Gold für Paul Feuerer

Favorit über die 3000 Meter der U18 war der sechzehnjährige Paul Feuerer. Er setzte sich vom Start weg an die Spitze des Feldes. Nach eineinhalb Kilometern löste er sich mit einer kleinen Tempoverschärfung von diesem und lief in 9:26,86 Minuten einen ungefährdeten Sieg vor Florian Frank (TuS Bad Aibling, 9:35,81) und Luk Jäger (TSV Penzberg, 9:43,87) nach Hause. Siebter über die 800 Meter in der U18 wurde Valentin Fuchs. Er steigerte nach flotten ersten 400 Metern in 60 Sekunden seine Saisonbestleistung um über zwei Sekunden auf 2:04,85 Minuten.

27./28.01.2018 Bayerische Hallen-Meisterschaften der U16 und U20 in Fürth

Paul Feuerers zweiter Coup – Silber für Luis Dressel

Drei Athleten – Drei Altersklassen – Gold, Silber, zwei Finals

Gold und Silber erkämpften sich **Paul Feuerer** (U18) und **Luis Dressel** (U16) bei den Bayerischen Hallenmeisterschaften in Fürth. Sprinter **Benedikt Weber** stand in den Finals der U20 über 60 und 200 Meter.

Erfolgreiche Formüberprüfung für Paul Feuerer

Dem Sieg über 3000 Meter am vorletzten Wochenende in München folgte der zweite Streich in Fürth. Auch über 1500 Meter war Paul Feuerer in der U18 nicht zu schlagen. Mit deutlichem Vorsprung gewann er in 4:18,62 Minuten über die siebeneinhalb Hallenrunden. Da ohne ernsthafte Konkurrenz in der U18 heftete sich der Sechzehnjährige anfangs an die Fersen der älteren U20-Konkurrenten Florian Bremm (TV Leutershausen), Deutscher U18-Hindernismeister, und Benedikt Brem (LG Telis Finanz Regensburg), Fünfter der DM-U20 über 1500 Meter. Doch ohne spezielle Vorbereitung für die Hallenrennen musste er dem hohen Tempo nach der Hälfte der Strecke Tribut zollen und die zweite Rennhälfte im Alleingang

bestreiten. Das Hauptaugenmerk des zweifachen bayerischen Hallenmeisters ist auf die in Ruhstorf am 25. Februar und in Ohrdruf bei Erfurt am 10. März stattfindenden Bayerischen und Deutschen Crosslauf-Meisterschaften gerichtet.

Luis Dressel Bayerischer Vizemeister

Über die 3000 Meter der U16 bummelte das Feld die ersten drei Runden entspannt vor sich hin. Dann kam etwas Bewegung hinein, doch die 1000-Meter-Marke überquerten die Läufer bei nur 3:30 Minuten. Jakob Häfner (TV 1848 Coburg) verschärfte ab da kontinuierlich das Tempo. Luis Dressel ließ zu ihm wie die anderen Läufer den Kontakt abreißen, der Vorsprung zum Führenden wuchs auf zehn Sekunden an. Dahinter lieferten sich der Passauer und Sebastian Döring (LAC Quelle Fürth) mehrere Runden ein Duell, bis er sich vom Fürther deutlich absetzte. Vierhundert Meter vor dem Ziel schien der Vorsprung von Sebastian Häfner unaufholbar. Aber Luis Dressel rückte ihm mit einem fulminanten Endspurt noch bedrohlich nahe. Zum Schluss war der Vorsprung des Coburgers auf drei Sekunden zusammengeschmolzen. Er siegte in 10:12,40 Minuten vor Luis Dressel in 10:15,97 Minuten und Sebastian Döring in 10:28,92 Minuten.

Benedikt Weber Fünfter und Sechster in zwei Sprintfinals

Ganz zufrieden war Benedikt Weber mit seinen beiden Sprintfinals nicht – trotz eines fünften und sechsten Platzes. Dazu trugen auch sich äußerst in die Länge ziehende Vorläufe über 60 Meter bei. Immer wieder wurden die Sprinter aus den Starblöcken gebeten. Es gab Verwarnungen, doch keine Ahndungen offensichtlicher Fehlstarts. Benedikt Weber kam verzögert aus dem Startblock, musste gleich der Konkurrenz hinterlaufen, qualifizierte sich aber mit 7,22 Sekunden noch für das U20-Finale. Erst eine knappe halbe Stunde davor standen dann alle Teilnehmer fest. Im Endlauf erwischte der FC-Sprinter einen guten Start, wirkte aber im freien Sprint auf der zweiten Hälfte etwas fest. Für die angepeilte Verbesserung der Bestzeit von 7,09 Sekunden reichte es nicht, aber zu einem guten fünften Platz in 7,17 Sekunden. Ein Hundertstel fehlte zum vierten Platz, sieben Hundertstel fehlten zur Bronzemedaille. Unangefochten gewann Nick Kocevar (TSV Bad Endorf) in 6,93 Sekunden, Fünfter über 100 Meter bei der U18-WM in Nairobi. Gemeldet über 200 und 400 Meter entschied sich Benedikt Weber für die 200 Meter. Damit entging ihm angesichts des Ergebnisses über 400 Meter ziemlich sicher eine Medaille (Bronze mit 53,65 Sekunden). Über 200 Meter qualifizierte er sich in guten 22,84 Sekunden für das Finale und belegte dort in 23,03 Sekunden Rang sechs. Bayerischer Meister wurde auch hier Nick Kocevar in erstklassigen 21,92 Sekunden.

04.02.2018 Fun in Athletics in Hauzenberg

„Firebirds" und „Die Smaggas" auf dem zweiten und dritten Platz in der Fungruppe B

19 Mannschaften bei der zwanzigsten Veranstaltung von Fun in Athletics

Mit zwei Teams war der erste 1. FC Passau bei Fun in Athletics in Hauzenberg, der ersten Station des Teamwettbewerbs für die Acht- bis Dreizehnjährigen, in der Fungruppe B vertreten. In dieser siegten die „Rottaler Rennschnecken" vom TuS Pfarrkirchen vor den „Firebirds" und „Die Smaggas", beide vom 1. FC Passau. Insgesamt waren sieben Mannschaften am Start. Am 25. Februar geht es in Passau weiter. Das Finale folgt am 11. März in Pfarrkirchen.

07.02.2018 Deutsche Hochschulmeisterschaften in Frankfurt

Kristina Fister, Antonia Wimberger und Tina Vetter Deutsche Hochschulmeisterinnen

Athletinnen des 1. FC Passau vertreten bestens die Universität Passau und die TH Deggendorf

Die Universität Passau gewann bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften vor der Technischen Universität München den Staffelwettbewerb. Die Staffel setzte sich mit **Kristina Fister, Antonia Wimberger** und **Tina Vetter** aus Sprinterinnen des 1. FC Passau zusammen. **Julia Hofer** (TH

Deggendorf) sicherte sich Bronze über 200 Meter, Tina Vetter wurde Sechste über diese Strecke. **Sebastian Schuhbach** (Universität Passau) sprang auf Platz fünf im Weitsprung.

Staffel-Gold für die Universität

Im Vorjahr war die Universität Passau in der seltenen gelaufenen Staffel über 200, 400 und 200 Meter Vizemeister geworden. Die Kulturwirtschaft studierende Kristina Fister brachte die Staffel nach der ersten, in Bahnen gelaufenen Hallenrunde auf Goldkurs. Sie übergab an Antonia Wimberger fast zeitgleich mit der Führenden von der TU München. Die Studentin für Lehramt Grundschule übernahm beim Hineinlaufen auf die Innenbahn taktisch klug die Führung. Sie absolvierte die ersten 300 Meter an der Spitze, verlor jedoch auf den letzten Metern bis zum Wechsel die Führung an die TU München. Tina Vetter schaffte es, sich wieder an die Konkurrentin ran zu saugen, sie vor der zweiten Kurve zu überholen und als Führende auf die kurze Zielgerade einzubiegen. Dort verteidigte die Masterstudentin für European Studies souverän ihren Vorsprung. Dann hieß es kurz warten. Doch im zweiten Lauf war keine Staffel schneller. Die Passauer Studentinnen siegten in 1:55,29 Minuten vor der Münchner Staffel in 1:56,66 Minuten und der Karlsruher Universität (KIT).

Julia Hofer im 60-Meter-Finale

Nicht zufrieden war Julia Hofer mit ihrem sechsten Platz im 60-Meter-Finale in 7,72 Sekunden (Vorlauf 7,71). Im Jahr zuvor hatte sie hier Bronze gewonnen. Diese Medaille hätte es in Frankfurt bereits mit 7,63 Sekunden gegeben. Die Physiotherapie-Studentin der TH Deggendorf ist vor vier Wochen bereits 7,58 Sekunden gerannt, kämpfte jedoch im Vorfeld der DHM mit Problemen im Oberschenkelbeuger. Tina Vetter qualifizierte sich in 8,02 Sekunden für das B-Finale und belegte dort um eine Hundertstel schneller Platz vier. Kristina Fister schied nach 8,11 Sekunden im Vorlauf aus.

Über 200 Meter auf dem Siegerpodium

Ihr Edelmetall holte sich Julia Hofer über die 200 Meter. Dort gewann sie die Bronzemedaille in 25,10 Sekunden. Auf Rang sechs landete Tina Vetter mit guten 25,71 Sekunden. Kristina Fister wollte über die 60 Meter Hürden wieder Richtung ihrer Bestzeit von 8,77 Sekunden laufen. Leider schaffte sie es nach gutem Start nicht, in der Mitte des Rennens ihr Tempo hochzuhalten. In 8,93 Sekunden schrammte sie um eine Hundertstel am Finale vorbei. Bereits nach drei Sprüngen war Schluss für Antonia Wimberger im Dreisprung. War der erste Sprung übergetreten, musste sie die beiden nächsten Sprünge wegen Problemen in der Wade abbrechen und schied nach dem Vorkampf ohne gültigen Versuch aus. Unzufrieden mit 6,21 Metern und Rang fünf war Weitspringer und Betreuer Sebastian Schubach. Dem wissenschaftlichen Mitarbeiter und Promovend der Universität Passau gelang es während seiner sechs Versuche nicht, seine hohe Anlaufgeschwindigkeit vom Brett weg in den Sprung mitzunehmen.

10.02.2018 Munich Indoor

Sebastian Schubach springt Saisonbestleistung mit 6,47 Metern

Zweiter im Weitsprung, Fünfter und Siebter über 60 und 200 Meter

Beim Munich Indoor in der Werner-von-Linde-Halle flog Sebastian Schubach im Weitsprung auf seine diesjährige Hallenbestweite von 6,47 Metern. Neben seinem Satz auf den zweiten Platz gelang ihm noch ein Versuch auf 6,32 Meter, ein Versuch misslang, drei Versuche waren ungültig. Sieger wurde David Faltenbacher (LG Stadtwerke München) mit 7,53 Metern

Über 60 Meter sprintete Sebastian Schuhbach in 7,24 Sekunden mit der fünftschnellsten Zeit in das Finale. Dort belegte er in 7,23 Sekunden ebenfalls Rang fünf. Der Sieger hieß Nicolai Trageser (LG Stadtwerke München, 7,22 Sekunden).

Unter 21 Startern über 200 Meter platzierte sich Sebastian Schubach auf Rang sieben. Er legte die Hallenrunde in 23,65 Sekunden zurück und „gewann" die niederbayerische Wertung knapp vor Martin Gaim (LG Bayerwald, 23,71 Sekunden). Klarer Sieger war Michael Adolf (LG Stadtwerke München), 400-Meter-Hürden-Spezialist und Mitglied des U23-DLV-Kaders, in 21,90 Sekunden.

17./18.02.2018 Deutsche Hallen-Meisterschaften in Dortmund

Julia Hofer über 200 Meter knapp am B-Finale vorbei

Das Leid mit den Hundertsteln

Alleine **Julia Hofer** vertrat Niederbayern bei den Deutschen Hallen-Meisterschaften in Dortmund. Für die 60 und 200 Meter hatte sich die zweifache Bayerische Hallen-Vizemeisterin qualifiziert. Sie verkaufte sich teuer in beiden Sprints. Doch haarscharf schrammte sie am Halbfinale über 60 Meter und am B-Finale über 200 Meter vorbei.

Eine Hundertstel zu langsam

Der Fokus war auf die 200 Meter gerichtet, für die sich Julia Hofer am meisten ausrechnete. Die 60 Meter nutzte sie als Auftakt für die Hallenrunde und wäre beinahe im Halbfinale gelandet. Sie startete gut aus dem Block im vierten und letzten Vorlauf. In der Pick-Up-Beschleunigungsphase auf den nächsten zwanzig Metern kam sie jedoch nicht optimal in die volle Beschleunigung, das kostete Geschwindigkeit. Auf den letzten 20 Metern machte Julia Hofer noch einige Meter gut, aber nicht genug für das Erreichen des Halbfinales. Um einen Wimpernschlag, um eine Hundertstel verfehlte sie dieses mit 7,64 Sekunden. Eine aktive Zielüberquerung hätte dafür vermutlich gereicht, die Saisonbestleistung von 7,58 Sekunden auf jeden Fall.

Enttäuschung über 200 Meter

Beim Start auf Bahn drei und in der Pick-Up-Beschleunigung über 200 Meter ein Déjà-vu-Erlebnis. Wieder lief es in diesen Phasen nicht optimal. Auf der Gegen- und Zielgeraden gab Julia Hofer dann richtig Gas. In 24,63 Sekunden belegte sie Platz zwei im zweiten von vier Vorläufen. Ganz zufrieden war sie mit ihrem Lauf trotzdem nicht. „In der Kurve habe ich zu viel verloren, die Schrittfrequenz war nicht hoch genug", kommentierte sie enttäuscht das Verfehlen des B-Finales um fünf Hundertstel. Und weiter: „Mega ärgerlich, weil ich die Zeit locker drauf gehabt hätte bei der tollen Stimmung in der Halle". Bei der „Südbayerischen" war sie vor sechs Wochen bereits 24,63 Sekunden gesprintet, die nach dem A- und B-Finale für Platz sechs gereicht hätten. Beide Sprintstrecken gewann Tatjana Pinto (LC Paderborn) in 7,06 Sekunden mit Meisterschaftsrekord und 23,19 Sekunden.

18.02.2018 Niederbayerische Crosslauf-Meisterschaften in Arnstorf

Sonja und Laura Eisenreich, Elina Dressel und zwei Teams holen sich die Titel

Laufnachwuchs stark trotz krankheitsbedingter Ausfälle

Trotz einiger grippaler Ausfälle glänzten die Nachwuchsläufer bei den Niederbayerischen Crosslauf- Meisterschaften in Arnstorf mit elfmal Edelmetall, je fünfmal Gold und Silber, einmal Bronze. Sie zeigten sich gut vorbereitet auf die Bayerischen Crosslauf-Meisterschaften am nächsten Wochenende in Ruhstorf. Fünf Titel gewannen **Sonja** und **Laura Eisenreich**, **Elina Dressel** und die weiblichen Mannschaften der U16/14 und U20/18. Die LG Arnstorf hatte eine flache, attraktive Runde von 1400 Metern, komplett einsehbar für die Zuschauer, auf Feldwegen und Wiesenflächen ausgesteckt. Nach dem Start ging es zunächst auf die 330 Meter lange Einführungsrunde. Crosswürdig war die Strecke aufgrund des tiefen, schneebedeckten Untergrunds allemal.

Weibliche Cross-Power

In der U18 dominierten vom Start weg die Favoritinnen Sonja Eisenreich und Anna Drexler (LG Passau) über 3.200 Meter das Rennen. Nach einem gemütlichen Anfangstempo verschärften die beiden, 2017

mit Silber und Bronze bei den Bayerischen Titelkämpfen über 2000 Meter dekoriert, kontinuierlich das Tempo. Auf den letzten Metern konnte sich Sonja Eisenreich leicht von ihrer Konkurrentin absetzen. Mannschaftliche Geschlossenheit zeigten **Lea Wenninger** und **Lydia Florschütz** auf den Plätzen 4 und 5 und mit dem Team-Sieg in der U20/18. Gleiches gelang Laura Eisenreich, Nora Aits und Luisa Stephani über 1.730 Meter in der U16/14. **Laura Eisenreich** und **Nora Aits** feierten einen Doppelsieg in der Einzelwertung der W14. **Luisa Stephani** erkämpfte sich Silber in der W13. Ganz oben auf dem Siegerpodium stand Elina Dressel in der W12. Auf Anhieb zu Bronze lief **Sophia Kowasch** bei ihrem ersten Wettkampf für den 1. FC Passau über 3.200 Meter in der U20.

Dreimal Silber für Felix Adler, Simon Pachulski und das U20/18-Team

Sogar auf dem Silberplatz lief **Simon Pachulski** in der U18 über die gleiche Strecke bei seinem ersten Start im roten FC-Trikot. **Jonathan Adler** platzierte sich auf Rang vier. Gemeinsam mit **Valentin Fuchs**, ebenfalls Vierter in der U20, wurden die drei Vizemeister in der Mannschaftswertung U20/18. Vom Deutschen Crosslauf-Mannschaftsmeister 2017 in der U20 war krankheitsbedingt nur **Felix Adler** übrig geblieben. Er sicherte sich über 4.200 Meter hinter Tobias Schreindl (LG Passau) ebenfalls die Vizemeisterschaft auf der Männer-Mittelstrecke. In einem Rahmenwettbewerb der M10 wurde **Lukas Stephani** Zweiter über 650 Meter.

25.02.2018 Fun in Athletics in der Passauer Dreifachturnhalle

Rekordbeteiligung bei der dreißigsten Ausgabe des Neun-Disziplinen-Wettkampfes

Hüpfende Kängurus, Rennschnecken, Springbohnen, Rote Teufel

Spannung und Begeisterung pur garantierte wieder der jüngste Leichtathletik-Nachwuchs in neun Disziplinen in der Passauer Dreifachhalle. Der 1. FC Passau konnte bei „Fun in Athletics" einen neuen Teilnahmerekord vermelden. Waren es 2016 und 2017 24 und 30 Mannschaften, tummelten sich am Sonntag 34 Mannschaften in der Dreifachhalle. An der Spitze der 1. FC Passau und der TuS Pfarrkirchen mit jeweils fünf und der SV Pocking mit vier Mannschaften. Im Neun-Disziplinen-Mehrkampf standen eine Hindernis-Staffel, Medizinball-Stoßen, Dreier-Hopp, Zielwurf mit Tennisbällen, Standwurf mit Wurfpfeilen, Speed Bounce, Bälle-Verlegen als Ausdauerdisziplin, Stand-Weitsprung und als krönender Abschluss die Grand-Prix-Staffel auf dem Programm.

Allein das Team zählt

Die Mannschaften starteten in drei Altersgruppen von acht bis dreizehn Jahren. Die gemischten Mannschaften setzten sich aus fünf bis sieben Kindern zusammen. Jeder Mannschaft müssen mindestens zwei Mädchen angehören. „Fun in Athletics", eine Wettkampfform der Spiele-Leichtathletik, fördert den Teamgeist und die Vielseitigkeit junger Sportler. Die Jüngsten können erstmals Wettkampfluft schnuppern.

Torpedos und Tornados

Der Kreativität der Kinder bei der Namensgebung für ihre Mannschaft waren wie immer keine Grenzen gesetzt. So wetteiferten Hüpfende Kängurus, Rennschnecken, Springbohnen, Rote Teufel, Torpedos und Tornados, rote und grüne Blitze miteinander um das beste Mannschaftsergebnis. Viele Zuschauer feuerten sie lautstark an. Das Organisations-Team des 1. FC Passau garantierte einen reibungslosen und zügigen Ablauf von „Fun in Athletics" und der abschließenden Siegerehrung durch Bürgermeister Urban Mangold.

Pfarrkirchen zweifacher Sieger

Der TV Hauzenberg setzte sich bei den Acht- und Neunjährigen (Fun Gruppe D) ganz überlegen mit 102 Punkten vor dem TuS Pfarrkirchen (91) und dem TSV Aidenbach (88) durch. Bei den Zehn- und Elfjährigen (Fun Gruppe C) gab es ein Kopf-an-Kopf-Rennen zwischen dem TuS Parrkirchen (93), dem TG Vilshofen (92) und dem 1. FC Passau (90). Das Maß aller Dinge war bei den Zwölf- und Dreizehnjährigen (Fun Gruppe B) wiederum der TuS Pfarrkirchen mit 130 Punkten. Ihm folgten punktgleich der 1. FC Passau und der SV Pocking (jeweils 119).

Fun Gruppe D: 1. Schnelle Pfeile (TV Hauzenberg) 2. Die wilde Bande (TuS Pfarrkirchen) 3. TSV Raketen (TSV Aidenbach) 4. Bayerische Sportkanonen (TV Hauzenberg) 5. Sieben Zwerge (LG Wolfstein 6. Jumpers (1. FC Passau) 7. Grüne Blitze (SV Pocking) 8. Springbohnen (1. FC Passau)

Fun Gruppe C: 1. Die Pan´sis (TuS Pfarrkirchen) 2. Die blauen Tornados (TG Vilshofen) 3. Schnelle Blitze (1. FC Passau) 4. Oambegga (TSV Aidenbach) 5. Passauer Hallenflitzer (1. FC Passau) 6. Die roten Flitzsocken (SVG Ruhstorf) 7. Panther (Niedernburg) 8. Oberhaus Rennsemmeln (DJK Eintracht Passau)

Fun Gruppe B: 1. Rottaler Rennschnecken (Tus Pfarrkirchen) 2. Firebirds (1. FC Passau) und Catch us if you can (SV Pocking) 4. Die Smaggas (1. FC Passau) 5. Rote Blitze (SVG Ruhstorf) 6. Torpedos (LG Passau) 7. Red World Runners (LG Wolfstein) 8. Flying Oambeggas (TSV Aidenbach)

25.02.2018 Bayerische Crosslaufmeisterschaften in Sulzbach am Inn (Ruhstorf)

Gold, Silber, Bronze bei klirrender Kälte und strahlendem Sonnenschein auf ruppigem Geläuf

Trotz krankheitsbedingter Ausfälle ein starkes Team Lauf

Bei sibirischer Kälte gab es den vollen Medaillensatz mit Gold, Silber und zweimal Bronze bei den Bayerischen Crosslauf-Meisterschaften in Sulzbach am Inn. Die Medaillenausbeute fiel unerwartet hoch aus, nachdem im Vorfeld bereits einige Athleten krankheitsbedingt die Segel streichen mussten, darunter Lorenz Adler, Maximilian Feuerer, Luis Dressel, Nora Aits und Magali Florschütz. Veranstalter SVG Ruhstorf hatte für die knapp 500 Läufer einen 1.250 Meter langen welligen Rundkurs über ruppige Wiesen, Feldwege und einige hundert Meter Maisfeld ausgesteckt. Für die Zuschauer war er hoch attraktiv, da komplett überschaubar. Das Salz in der Suppe war das Wetter, zum einen strahlender Sonnenschein, zum anderen ein bis auf die Knochen gehender beißender Wind bei Temperaturen um minus neun Grad.

Dritter Streich von Paul Feuerer

Ohne ernsthafte Konkurrenz war **Paul Feuerer** in der U18. Er legte die 3.725 Meter pfeilschnell in 11:28 Minuten zurück und hatte mehr als eine halbe Minute Vorsprung auf den Zweiten. Das Bayernkader-Mitglied gewann in diesem Winter bereits die Bayerischen Hallen-Meisterschaften über 1500 und 3000 Meter. Nach Sulzbach war das Titel-Triple perfekt. Neuzugang **Simon Pachulski** belegte in der U18

einen respektablen Rang 16, der fünfzehnjährige **Jonathan Adler** Rang 27. In der Mannschaftswertung der U18/20 kamen die drei U18-Läufer als eines der jüngsten Teams auf Platz 7. Den gleichen Rang erreichte **Felix Adler** in der U23 über ebenfalls 3750 Meter in 11:28 Minuten. Eine noch bessere Platzierung verhinderte ein Sturz eingangs der dritten Runde.

Bronze für Lea Wenninger

Für **Lea Wenninger** war es die erste Einzelmedaille bei Bayerischen Meisterschaften. In der U18 lieferte sie taktisch ein perfektes Rennen ab, arbeitete sich auf ihren drei Runden kontinuierlich nach vorne. Auf dem letzten halben Kilometer lief die Siebzehnjährige in 14:28 Minuten über die 3.725 Meter auf das Siegerpodium. Die angeschlagen in das Rennen gegangene **Sonja Eisenreich** erkämpfte sich mit einer Energieleistung bravourös Rang 5 (14:41), **Lydia Florschütz** belegte Rang 12 (16:15).

Team-Silber für Lea Wenninger, Sonja Eisenreich und Lydia Florschütz

Die freudige Überraschung folgte für die drei FC-Läuferinnen beim Aushang der Ergebnisse. Sie krönten als jüngstes Team ihre geschlossene Mannschaftsleistung mit dem Gewinn der Bayerischen Vizemeisterschaft in der U18/20 hinter LAC Quelle Fürth I und vor LAC Quelle Fürth II.

Erstes Edelmetall für Laura Eisenreich

Eine bärenstarke Leistung lieferte **Laura Eisenreich** in der W14 über 2500 Meter mit dem Gewinn der Bronzemedaille ab. Auch für sie das erste Edelmetall bei Bayerischen Meisterschaften. Die Dreizehnjährige ging von Beginn an mutig das hohe Tempo in der Spitzengruppe mit. Sie hatte in Julia Rath (TSV Penzberg), die erst vor drei Wochen Bayerischen Hallenrekord über 2000 Meter lief, hochkarätige Konkurrenz. Die Penzbergerin gewann unangefochten in 8:57 Minuten vor Sophia Schwarz (LG Oberland, 9:17) und Laura Eisenreich (9:36 Minuten). Die erste zwölfjährige **Luisa Stephani** lieferte als jüngste Starterin im roten FC-Trikot einen tollen siebten Platz ab. **Claude Darmstädter** platzierte sich als ältester FC-Starter in der M65 auf Rang 5.

02.-04.03.2018 Deutsche Winterwurf-Meisterschaften in Erfurt

Helmut Maryniak Deutscher Senioren-Meister mit Muskelbündelriss

Olympia-Sechster Alwin Wagner als Betreuer für den Passauer

Dieses Mal hing der Titelgewinn für **Helmut Maryniak** bei den Deutschen Winterwurf-Meisterschaften der Senioren an einem seidenen Faden. Doch sogar mit einem Muskelbündelriss schleuderte er im Erfurter Steigerwaldstadion seine Scheibe zum vierten Mal in Folge zum Meistertitel in der M45 bzw. M50. Als Betreuer an seiner Seite Alwin Wagner, der Olympiasechste von Los Angeles.

Fast-Aus nach dem Kugelstoßen

Los ging es um zwölf Uhr mit dem Kugelstoßen. Auch für eine Winterwurf-Meisterschaft waren minus vier Grad mehr als gewöhnungsbedürftig. Trotzdem stieß Helmut Maryniak die sechs Kilogramm schwere Stahlkugel in den ersten beiden Versuchen auf passable 12,92 und 13,43 Meter. In der Stoßauslage im dritten Versuch spürte er einen heftigen stechenden Schmerz in der rechten Oberschenkelrückseite. Sein erster Gedanke, schwere Zerrung oder Muskelfaserriss. An ein Weitermachen war nicht zu denken. Die 13,43 Meter reichten für Rang 5, zum Bronzerang von Michael Bott (TSV Fahrdorf) fehlten 40 Zentimeter. Gedanklich war Helmut Maryniak schon unterwegs zum Auto und auf der Rückfahrt nach Hause. Ein Start drei Stunden später beim Diskuswurf schien ausgeschlossen. Als rettender Strohhalm blieb nur der anwesende Physiotherapeut, der den Pechvogel kurz behandelte und einen Standwurf für möglich hielt.

Alwin Wagner als Coach

Um halb vier tastete er sich bei minus zwei Grad in den Ring und warf aus dem Stand 37,36 Meter. Inzwischen betreute ihn bestens Alwin Wagner, der fünfmalige Deutsche Meister von 1981 bis 1985

und Olympia-Sechste von Los Angeles 1984. Von ihm hatte sich der Passauer in den 80ern bei einem Wettkampf ein Autogramm geholt. Eins war klar, 37 Meter würden nicht zu einer Medaille reichen. Beim Neujahrswerfen in Rötenbach waren es heuer schon 54,25 Meter mit der Eineinhalb-Kilo-Scheibe gewesen, ein paar Zentimeter weiter als die Bestweite von Alwin Wagner in der M50. Auch aus dem Stand hatte er im Training bereits 46 Meter geworfen. Das war jedoch mit diesem Handicap ausgeschlossen.

„Ich bin komplett fit"

Von Alwin Wagner mit wertvollen Tipps versorgt, näherte sich Helmut Maryniak in den nächsten beiden Würfen langsam der Drehung an und steigerte sich auf 42,15 und 44,72 Meter. Nach zwei ungültigen Versuchen konnte im letzten nur die Selbstsuggestion „ich bin komplett fit" helfen. Zwar wurde es nur eine Eineinviertel-Drehung, doch der Diskus flog mit starken 49,33 Metern zu Gold. Mit seinem Siegeswurf distanzierte der Favorit die Konkurrenz doch noch deutlich. Auf dem Silber- und Bronzerang folgten Norbert Weirich (MT Meslungen) mit 43,69 Metern und Thomas Schroers (VFL Repelen) mit 42,16 Metern.

Muskelbündelriss

Der Wermutstropfen folgte zuhause beim Arzt. Das Diskus-As hatte sich nicht nur einen Muskelfaserriss zugezogen, eine ganze Fasergruppe war in der hinteren Oberschenkelmuskulatur gerissen. Der Muskelbündelriss erfordert einen mindestens vierwöchigen Heilungsprozess.

10.03.2018 Deutsche Crosslauf-Meisterschaften in Ohrdruf

Bronze für Paul Feuerer – Felix Adler und Lea Wenninger auf Rang 18 und 22

Paul Feuerer holt sich seine erste nationale Medaille

Weder tiefes und schlammiges Geläuf noch der schmerzhafte Tritt eines Konkurrenten mit den Spikes noch der Verlust seiner Startnummer auf dem Rücken im Gedränge nach dem Start konnten **Paul Feuerer** vom Gewinn seiner ersten nationalen Medaille abhalten. Im thüringischen Ohrdruf, nahe der Biathlon-Hochburg Oberhof, stürmte der 16-Jährige nach 4,1 Kilometern in der U18 auf das Siegerpodium zur Bronzemedaille. **Felix Adler** (U23) und **Lea Wenninger** (U18) platzierten sich unter perfekten Cross-Bedingungen mit kleinen Anstiegen, Hindernissen aus Strohballen und einer kleinen Bachüberquerung auf den Rängen 18 und 22.

Crossläufe haben ihr eigenen Gesetze

Nicht ganz ohne Ambitionen reiste Paul Feuerer in die 5500 Einwohner große Stadt in Thüringen. Im Vorjahr war er in der gleichen Altersklasse Fünfzehnter geworden. 2018 ließ er bereits mit dem Gewinn der Bayerntitel über 1500 und 3000 Meter in der Halle und im Crosslauf aufhorchen. Doch die Favoritenrolle hatten in Ohrdruf andere, vor allem die Mitglieder des DLV-Nachwuchskaders. Paul Feuerer nahm einen Platz unter den ersten acht ins Visier. Dafür hatte er hart trainiert, aber auch im Hinterkopf, der Crosslauf hat seine eigenen Gesetze.

Ruppiger Start

Den Start verlief alles andere als gut, er verschlief ihn etwas, und mitten im Getümmel des 60 Mann starken Feldes ging es robust zur Sache. Ein Konkurrent trat ihm mit den 15 Millimeter langen Dornen auf und durch seinen Schuh, ein anderer riss ihm die Startnummer vom Rücken. Nach wenigen hundert Metern hatte er sich jedoch in die Spitzengruppe vorgekämpft. Drei Runden waren zu laufen, eine Startrunde mit 1,7 Kilometern und zwei weitere Runden mit je 1,2 Kilometern. An die Spitze des Feldes setzte sich Clemens Erdmann vom TSVE 1890 Bielefeld. Das Mitglied des Nachwuchs-Nationalkaders,

2017 national der Schnellste über 3000 Meter in 8:38 Minuten, dominierte das Rennen und baute kontinuierlich seinen Vorsprung aus.

Paul Feuerer ergreift Initiative

Hinter ihm bildete sich eine Fünfer-Gruppe, in der keiner für ein hohes Tempo sorgen wollte. Mitte der zweiten Runde nahm Paul Feuerer das Heft in die Hand und verschärfte das Tempo, drei Konkurrenten konnte er abschütteln. Vom Verfolger-Quintett blieben nur noch der Passauer und Roman Freitag vom Eisenacher LV übrig, der an seinen Fersen klebte. Mit ihm lieferte er sich einen packenden Zweikampf, ein paar Meter Vorsprung konnte er sich erarbeiten. Doch der Eisenacher mobilisierte alle Kräfte und setzte 50 Meter vor dem Ziel eine letzte Attacke. Paul Feuerer versuchte zu kontern, aber der Läufer aus der Wartburg-Stadt verteidigte auf den letzten Metern seinen knappen Vorsprung.

Toller Auftritt des FC-Läufer

Deutscher Meister wurde Clemens Erdmann in 13:33 Minuten, Roman Freitag und Paul Feuerer gewannen Silber und Bronze in 13:57 und 13:58 Minuten. Der junge Passauer ließ bei seinem beeindruckenden Auftritt einige Mitglieder des Nachwuchs-Nationalkaders Langstrecke und Hindernis hinter sich. Für die Sommersaison ist das Ziel klar: Möglichst weit nach vorne laufen bei den Jugend-DM in Rostock über 2000 Meter Hindernis. Der Traum der Dreiflüssestädter von einem guten Mannschaftsergebnis war in den Tagen vor der „Deutschen" zerplatzt. Simon Pachulski und Jonathan Adler erkrankten. Ein vierter Platz wäre es wohl geworden.

Felix Adler mit Top-Leistung

Nur Felix Adler war von der U20-Meisterschaftsmannschaft von 2017 für einen Start in der U23 übriggeblieben. Lorenz Adler hatte ebenfalls die Grippewelle erfasst. Er befindet sich aktuell wieder im Trainingsaufbau, Maximilian Feuerer konzentriert sich auf die Mittelstrecken und war zudem ebenfalls erkrankt. Felix Adler lieferte ein ganz starkes Rennen über die 7,6 Kilometer ab. Es war ein harter Kampf, das Geläuf durch die vielen vorhergehenden Starts in den Jugend- und Senioren-Klassen bereits sehr tief. Nach insgesamt sechs Runden lief der Adler-Zwilling in der U23 als 18. in das Ziel. Nur zwei weitere bayerische Läufer platzierten sich knapp vor ihm auf den Rängen 15 und 17. Zudem war er der Drittbeste seines Jahrgangs 98 unter den startberechtigten Jahrgängen 96 bis 98.

Grippewelle trifft auch zweite U18-Mannschaft

Auch die zweite Mannschaft des 1. FC Passau hatte die Grippe dezimiert. Sonja Eisenreich von der U18-Mannschaft, die bei der „Bayerischen" in Ruhstorf Silber gewann, musste kurz danach die Segel streichen. Das war angesichts des Ergebnisses in Ohrdruf nach 4,1 Kilometern besonders bitter. Der Sprung auf das Siegerpodium zur Bronzemedaille wäre für die Mannschaft drin gewesen. Lea Wenninger und Lydia Florschütz lieferten bei ihrem ersten Start auf nationaler Ebene ein bravouröses Rennen ab. Lea Wenninger, Dritte von Ruhstorf in der Einzelwertung, landete auf Platz 22, **Lydia Florschütz** auf Platz 33.

11.03.2018 Fun in Athletics in Pfarrkirchen

„Firebirds", „Die Smaggas" und „Die schnellen Blitze" in der Gesamtwertung auf dem Siegerpodium

Abschlussveranstaltung des Hallen-Mehrkampfes mit 30 Teams und 150 Teilnehmern

Nach Hauzenberg und Passau war Pfarrkirchen die dritte und letzte Station der Wettkampfserie „Fun Athletics". Der Leichtathletik-Nachwuchs schlug sich wieder prächtig, sowohl in der Pfarrkirchner Einzelwertung als auch in der Gesamtwertung. Mit den „Firebirds" (U14), „Die Smaggas" (U14) und „Die schnellen Blitze" (U12) standen nach der letzten Disziplin in der Gesamtwertung drei Mannschaften des 1. FC Passau auf dem Siegerpodium.

Ergebnisse von Pfarrkirchen

U12: „Die Passauer Hallenflitzer" (96 Punkte) und „Die schnellen Blitze" (62) belegten die Plätze 2 und 7. Sieger wurde die TG Vilshofen (106).

U14: „Die Firebirds" (87) und „Die Smaggas" (80) platzierten sich auf den Rängen 3 und 4. Nicht zu schlagen waren der TuS Pfarrkirchen (105) und der SV Pocking (99).

Gesamtwertung

U12: „Die Passauer Hallenflitzer" (256) erklommen mit Rang 3 und der Bronzemedaille das Siegerpodium hinter der TG Vilshofen (297) und dem TuS Pfarrkirchen (281). „Die schnellen Blitze" landeten auf Rang 4 (237).

„Die Passauer Hallenflitzer":
Florian Weber, Rebecca Freund, Katja Stadlhuber, Tobias Weber, Julian Neumüller

„Die schnellen Blitze":
Eva Haumer, Ida Hartmann, Felix Lang, Anna Krompaß

U14: Silber und Bronze erkämpften sich „Die Firebirds" (305) und „Die Smaggas" (263) hinter dem dominanten TuS Pfarrkirchen (337).

„Die Firebirds": Annika Just, Hannah Gruber, Sarah Ramerseder, Cosima Florschütz, Lisa Rohmann und Josefine Sarembe (in Pfarrkirchen verletzt), Emma Bachl (nur Pfarrkirchen)

„Die Smaggas": Anna Kelbel, Johanna Hellge, Elisabeth Stadlhuber, Marvin Tietze (Emma Bachl zweimal „Die Smaggas, in Pfarrkirchen Aushilfe bei „Die Firebirds")

17.03.2018 Bayerische Meisterschaften über 10.000 Meter in Regensburg

Felix Adler Bayerischer U23-Meister über 10.000 Meter

Trotz eisigem und böigem Wind zu Titel und Bestzeit

Bei den Bayerischen Meisterschaften über 10.000 Meter gelang **Felix Adler** der nahtlose Übergang vom tiefen Geläuf auf die schnelle Tartanbahn. Eine Woche nach der Crosslauf-DM lief er in Regensburg zu Gold über 10.000 Meter in der U23, Bruder **Lorenz** zu Bronze. Die Witterungsbedingungen waren härter als im thüringischen Ohrdruf. Eiseskälte und böiger Wind machte den Läufern das Leben schwer. Die Adler-Zwillinge wollten sich daher beim Tempomachen abwechseln. Das gelang jedoch nur bis zum ersten Kilometer.

Von vorneweg zum Sieg

Lorenz Adler hatte die Cross-Saison wegen einer schweren Grippe ausfallen lassen müssen, drei Wochen Trainingsaufbau reichten nicht aus. Ab Kilometer zwei musste Felix Adler bis zum Ziel alleine für das Tempo sorgen. Er spulte sehr gleichmäßig seine Runden ab, passierte die 5.000 Meter bei 16:27 Minuten und konnte ein paar Läufer aus der Männerklasse von Runde zu Runde überholen. Seinen ersten Einzeltitel bei Bayerischen Meisterschaften holte er sich nach 25 Stadionrunden mit neuem Hausrekord von 32:58,00 Minuten. Damit blieb er genau eine halbe Zehntel unter der Bestzeit von Bruder Lorenz, dem Sechsten der U20-DM des Vorjahres.

Völlig „blau" zu Bronze

Lorenz Adler hielt sich bis Kilometer sieben im Schlepptau seines Bruders. Er musste jedoch dann völlig „blau" abreißen lassen und überquerte das Ziel in 33:52,05 Minuten. Sein Kampfgeist wurde mit der Bronzemedaille belohnt. Platz 2 ging in 33:00,53 Minuten an Moritz Beinlich (LG Telis Finanz Regensburg), der im zweiten Lauf für Vereinskollegin Miriam Dattke als Tempomacher agierte. Die U20-Europameisterin über 5.000 Meter verfehlte in 32:59,07 Minuten nur um vier Sekunden die Qualifikation für die EM in Berlin. Bei den Männern wurden zugleich die Süddeutschen Meisterschaften ausgetragen. Mit Rang acht konnte sich Felix Adler in der Männerwertung ausgezeichnet platzieren. Lorenz Adler wurde 13.

Die obige Auflistung enthält keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Wir sagen herzlichen Glückwunsch an alle unsere erfolgreichen Athleten!

In eigener Sache…

BayernSTAR 2017 in Würzburg

Weißblaue Gala für Bayerns erfolgreichste Leichtathleten und Vereine

Maximilian Entholzner und Sarah Leidl mit BayernSTAR geehrt

Sie konnten leider selbst nicht dabei sein. **Maximilian Entholzner** weilt derzeit bis Anfang Februar in Madrid für sein Auslandspraktikum. **Sarah Leidl** entschied sich zur großen Freude der Leichtathletik-Abteilung für deren zeitgleich stattfindenden Jahresabend. Der Bayerische Leichtathletik-Verband zog ihn Würzburg seine Schlussbilanz und ehrte seine 2017 erfolgreichsten Athleten, Trainer, Vereine und Funktionäre mit dem BayernSTAR. Ihn nahmen für die beiden Spitzenathleten des 1. FC Passau stellvertretend Christa und Max Entholzner, die Eltern von Maximilian Entholzner, in Empfang.

Sensationeller Sprint in Augsburg mit 10,29 Sekunden

Mit einer solchen Zeit hatte keiner im Finale von Augsburg über 100 Meter gerechnet. Sensationelle 10,29 Sekunden sprintete Maximilian Entholzner. Kurz zuvor war er Deutscher Vizemeister im Weitsprung geworden, im Rosenaustadion brillierte er bei den Bayerischen Meisterschaften über 100 Meter. Kein anderer Athlet bzw. keine andere Athletin erreichte die 1108 Punkte, die es für diese Leistung nach der 1000-Punkte-Tabelle gibt.

Speerwurf-Bronze in Erfurt

Auf den letzten Drücker hatte sich Sarah Leidl für die Deutschen Meisterschaften qualifiziert. Schwer gehandicapt war sie durch eine Verletzung, ein regelmäßiges Training war nicht möglich. In ihrem einzigen Wettkampf vor der DM erzielte sie eine Weite, mit der sie sich unter die besten Zwölf in der DLV-Bestenliste schob. Das sicherte ihr nach einer Sonderregel das Startrecht bei der DM. Bei ihr bewies sie Nerven wie Stahlseile und schleuderte ihren Speer auf 51,35 Meter und zur Bronzemedaille.

1.FC Passau auf Rang 6 in der Top-Ten-Tabelle – Als einziger Niederbayerischer Verein

Der BayernSTAR wurde auch in der Kategorie „Leistungssport" verliehen. In ihr honoriert der BLV die Zahl der Kaderathleten, die Einsätze auf internationaler Ebene sowie Platzierungen bei Deutschen und Bayerischen Meisterschaften. In der von BLV-Vizepräsident Gerhard Neubauer präsentierten Top-Ten-Tabelle liegen die LG Stadtwerke München unangefochten mit 3011 Punkten an der Spitze, gefolgt von den weiteren Großvereinen LG Telis Finanz Regensburg (1957) und LAC Quelle Fürth (1162). Hervorragend platzierte sich der 1. FC Passau als einziger niederbayerischer Verein mit großartigen Erfolgen bei Deutschen und Bayerischen Meisterschaften unter den zehn besten bayerischen Vereinen auf Rang 6 (332). Dazwischen schoben sich nur noch der SWC Regensburg (403) und MTV Ingolstadt (388).

Valentin Fuchs im Mathematik-Bundesfinale

Mittelstreckler schafft Triple

Top in Algebra, Geometrie, Kombinatorik, Zahlentheorie

Mittelstreckler Valentin Fuchs hat beim Bundeswettbewerb Mathematik in Bayern einen ersten Preis abgeräumt. Ausrichter des Wettbewerbs ist das bundesweite Talentförderzentrum „Bildung & Begabung" in Bonn. Im Rahmen einer Hausarbeit werden Aufgaben in Algebra, Geometrie, Kombinatorik und Zahlentheorie gestellt. Von 1.142 Jugendlichen aus ganz Deutschland und 264 aus Bayern errangen lediglich 14 Schüler aus Bayern einen ersten Preis. Einer davon war Valentin Fuchs.

Zum Bundesfinale in Schmitten im Taunus

Valentin Fuchs qualifizierte sich mit seinen Leistungen bereits zum dritten Mal hintereinander für das Bundesfinale. Das findet im Februar 2018 in Schnitten im Taunus statt. Dort muss der Mathe-Nachwuchs in einem Einzelgespräch mit erfahrenen Mathematikern seine Fähigkeiten erneut beweisen. Wer im sogenannten Kolloquium überzeugen kann, hat gute Chancen auf den Bundessieg.

Sportgespräch mit der Stadt Passau wegen der neuen Dreifachturnhalle

Das Laufmodul wird Realität

Stadt Passau erfüllt ein paar Träume der Leichtathleten

Beim Gespräch mit dem Oberbürgermeister und Mitarbeitern der Stadt Passau konnten die Leichtathleten nochmals ein paar Wünsche zur Ausstattung der neuen Dreifachhalle äußern. Insbesondere Landesstützpunkt-Trainer Tobias Brilka definierte ein paar wichtige Anforderungen. Die vier bereits im Leistungsverzeichnis enthaltenen Startblöcke sollten unbedingt der Wettkampfnorm entsprechen. Nötig seien 20 Wettkampfhürden sowie zehn Kipphürden. Neben einem eingebauten Wettkampf-Absprungbalken müssten an den beiden anderen Bahnen links und rechts Absprungbalken und -zone eingezeichnet werden. Der Dreisprungbalken solle bei neun und elf Metern nur über Linien dargestellt werden.

Lichtschranken für die Zeitmessung

Ein besonderes Anliegen ist den Leichtathleten der Einbau von Lichtschranken auf der 60-Meter-Sprintstrecke. Damit wären die Trainingsbedingungen der Sprinter und Springer auf einem noch höheren Niveau. Fest installierte Lichtschranken lieferten wertvolle Zusatzdaten für die Steuerung des Trainings, Sprint-Wettkämpfe könnten schnell ausgewertet werden. Tobias Brilka stellte alle notwendigen technischen Anforderungen und Informationen einschließlich Zeichnung für die Stadt Passau zusammen.

Sparkasse Passau unterstützt Leichtathletik-Talente

Spende von 500 Euro für die Talentgruppe Südostbayern

Roland Fleischmann versammelt hoffnungsvolle Nachwuchstalente aus Südostbayern im Sprint und Sprung neben ihrem Vereinstraining einmal im Monat einen ganzen Tag um sich. Der Leichtathletik-Landestrainer bis 2016 und jetzige Honorartrainer des BLV will bei 12 bis 14-jährigen auffälligen und leistungsbereiten Talenten gemeinsam mit Christoph Lehner, Dozent der Universität Passau in der Sportlehrerausbildung, die Grundlagen für spätere Erfolge in der Jugend-Leichtathletik legen. Die Sparkasse Passau unterstützt dies und hat der Talentgruppe Südostbayern durch ihren Vorstandsvorsitzenden Christoph Helmschrott eine Spende von 500 Euro überreicht.

Rutsch dich fit! – Roland Fleischmann in der leichtathletik-training

Mit Teppichfliesen die Kondition verbessern – auch bei älteren Athleten

Abwechslungsreiches und motivierendes Training von Kraft und Koordination

Roland Fleischmann, ehemaliger Bayerischer Landestrainer, publiziert innerhalb eines Jahres seinen zweiten Artikel in der Fachzeitschrift *leichtathletik-training*. Im Frühjahr 2017 präsentierte er in seinem Beitrag „Wandtastisch – Erwärmen und Kräftigen an der Wand" ein abwechslungsreiches Übungsprogramm, für das die Athleten einzig und allein eine Wand benötigen. In der Januar-Ausgabe 2018 der *la-t* zeigt Roland Fleischmann in Teil 1 seines Artikels, dass das Training mit Teppichfliesen auch für ältere Athleten geeignet ist, um athletische Fähigkeiten anspruchsvoll zu trainieren. Es ist abwechslungsreich und motivierend; die Vielzahl der Aufgaben erfordert ein harmonisches, mehr oder weniger schnelles Verbinden von stabilisierenden, überwindenden und nachgebenden Krafteinsätzen und dient somit der Verbesserung von Kraft und Koordination.

Teppichfliesen – ein preisgünstiges Trainingsmittel

Oftmals geben Geschäfte für Bodenbeläge Abfallprodukte zum Nulltarif ab. Und wenn nicht, halten sich die Kosten in einem überschaubaren Rahmen. Für die Bildaufnahmen zu den Übungen stellten sich Antonia Wimberger und Gabriel Wiertz (TuS Pfarrkirchen) zur Verfügung. Teil 2 des Artikels folgt in einer der nächsten Ausgaben der *la-t*.

Claude Darmstädter – 1982 und 2018

Franzose startet nach 36 Jahren wieder für den 1. FC Passau

Der laufende Deutschlehrer aus Paris

Nur die ältere Generation der Leichtathletik-Abteilung dürfte sich noch an Claude Darmstädter, den „Deutschfranzosen" – wie er sich selbst bezeichnet – erinnern. Sein Großvater war Deutscher, sein Vater wurde später in Frankreich eingebürgert. In Algier, bis 1962 Department in der französischen Kolonie Algerien, kam er 1953 auf die Welt. Die Eltern kehrten bereits im Sommer 1953 nach Paris zurück. Dort lebte er 64 Jahre lang, von 1985 bis 2017 als Deutschlehrer. Jetzt ist sein Wohnort Blois.

Über Adalbert Stifter zum 1. FC Passau

Die Lektüre der Erzählung „Der Hochwald" von Adalbert Stifter hatte Claude Darmstädter so begeistert, dass er unbedingt die Region, wo die Erzählung spielt, den Bayerischen Wald und den Böhmerwald, kennenlernen wollte. Also reiste er im Juli 1975 dorthin. Als Läufer und Mitglied eines Pariser Leichtathletikvereins wollte er jedoch auch Kontakte zu einem lokalen Verein knüpfen und „schaute" im Dreiflüssestadion vorbei. Dort traf er unter anderem auf Hans Reiser, Uli Gstöttl und Norbert Palsa. Seit 1975 verbringt Claude Darmstädter regelmäßig einige Tage Urlaub im Bayerischen Wald. Den Kontakt zu den Leichtathleten hat er nie abreißen lassen. 1981 trat er für zwei Jahre dem 1. FC Passau bei und absolvierte einige Starts für ihn. Über 800 und 1500 Meter kann er Bestzeiten von 1:58 und 3:55 Minuten vorweisen.

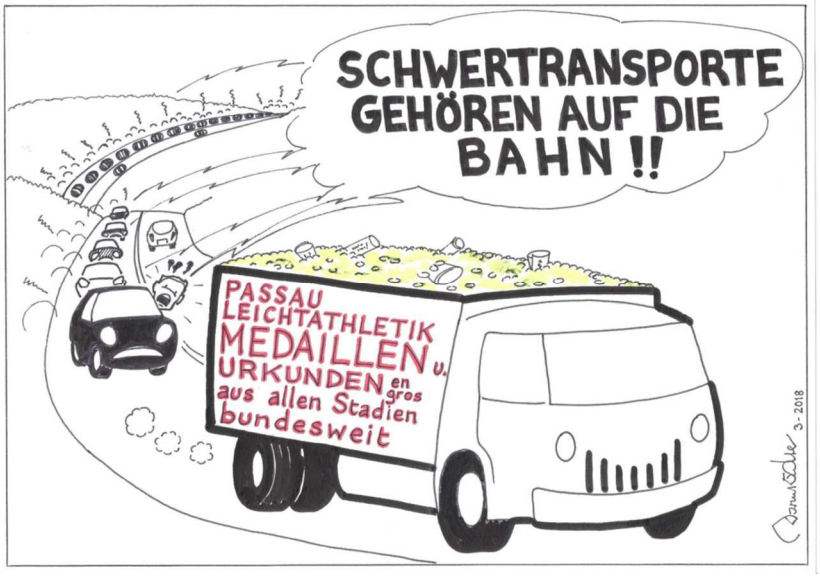
Zwölf Stunden Fahrt für einen Start im FC-Trikot

Im Frühjahr 2017 kam Claude Darmstädter auf die Leichtathletikabteilung zu. Sein innigster Wunsch - wieder das Trikot des 1. FC Passau zu tragen. Umgehend trat er dem 1. FC Passau bei, ein Startpass wurde beantragt. Der geplante Start bei den Bayerischen Senioren-Meisterschaften auf der Bahn scheiterte jedoch an einer Verletzung. Doch bei den Bayerischen Crosslauf-Meisterschaften in

Ruhstorf war es soweit. Claude Darmstädter reiste für diesen Start extra aus Blois an. Zwölf Stunden reine Fahrzeit! In Ruhstorf streifte er nach 36 Jahre wieder das Trikot des 1. FC Passau über und belegte in der M65 den fünften Rang. Der nächste Start ist fest eingeplant, die 1500 Meter bei den Bayerischen Senioren-Meisterschaften.

Claude Darmstädter würdigt als Karikaturist die Erfolge der Leichtathleten

Ein bisher den Passauer Leichtathleten unbekanntes Talent offenbarte Claude Darmstädter. Eines seiner Hobbies ist das Zeichnen von Karikaturen. Unter anderen hat er mehrere Jahre für die SNALC, eine französische Gewerkschaft für Mitarbeiter des Bildungswesens und der Hochschulen, Karikaturen zur Politik und zum Schulwesen gezeichnet. Die Erfolge der Leichtathleten des 1. FC Passau bei bayerischen und deutschen Meisterschaften verfolgt er regelmäßig auf ihrer Homepage. Diese hat er explizit in einer Karikatur gewürdigt.



Sportlerehrung der Stadt Passau

Vier goldene, sechs silberne und drei bronzene Ehrennadeln für die Leichtathleten
Leichtathletik-Abteilung der erfolgreichste Verein 2017

Die Stadt Passau hat ihre erfolgreichsten Athletinnen und Athleten in 2017 mit den Ehrennadeln in Gold, Silber und Bronze ausgezeichnet. Ehrte die Stadt für die Erfolge in 2016 18 Sprinter, Springer, Werfer und Läufer des 1. FC Passau, waren es für 2017 13. Die fehlenden Erfolge beim Bayerncup reduzierte die Zahl der Geehrten. Trotzdem war die Leichtathletik-Abteilung wie in den Jahren zuvor der Verein mit den meisten geehrten Sportlern (abgesehen vom Mannschaftssport Football).

Ehrennadel in Gold: Felix Adler, Lorenz Adler, Maximilian Entholzner, Maxi Feuerer

Ehrennadel in Silber: Paul Feuerer, Kristina Fister, Julia Hofer, Sarah Leidl, Tina Vetter, Antonia Wimberger

Ehrennadel in Bronze: Luis Dressel, Sonja Eisenreich, Valentin Fuchs

FC-Athletinnen und Athleten in der Deutschen Bestenliste

Männliche Jugend U18			
Paul Feuerer	3000 Meter	9:08,13 Minuten	25.
Paul Feuerer	2000 Meter Hindernis	6:24,64 Minuten	12.
Männliche Jugend U20			
Lorenz Adler	1500 Meter	4:02,96 Minuten	33.
Lorenz Adler	3000 Meter	9:01,83 Minuten	37.
Lorenz Adler	5000 Meter	16:07,53 Minuten	33.
Lorenz Adler	10.000 Meter	32:58,50 Minuten	6.
Felix Adler	800 m	1:55,85 Minuten	43.
Felix Adler	1500 m	4:03,08 Minuten	35.
Felix Adler	5000 m	16:26,51 Minuten	46.
Felix Adler	10.000 Meter	34:36,78 Minuten	13.
Paul Feuerer	2000 Meter Hindernis	6:24,64 Minuten	32.
Maximilian Feuerer, Felix Adler, Lorenz Adler	3x1000 Meter	7:52,04 Minuten	22.
Junioren U23			
Lorenz Adler	10.000 Meter	32:58,50 Minuten	18.
Maximilian Feuerer, Felix Adler, Lorenz Adler	3x1000 Meter	7:52,04 Minuten	27.
Juniorinnen U23			
Julia Hofer	100 Meter	11,90 Sekunden	30.
Männer			
Maximilian Entholzner	100 Meter	10,29 Sekunden	5.
Maximilian Feuerer, Felix Adler, Lorenz Adler	3x1000 Meter	7:52,04 Minuten	50.
Maximilian Entholzner	Weitsprung	7,92 Meter	2.
Rene Hamberger	Kugelstoß	15,87 Meter	39.
Helmut Maryniak	Diskuswurf	47,60 Meter	46.
Frauen			
Julia Hofer	100 Meter	11,90 Sekunden	45.
Julia Hofer	200 Meter	24,52 Sekunden	51.
Kristina Fister, Julia Hofer, Tina Vetter, Antonia Wimberger	4x100 Meter	47,46 Meter	28.
Antonia Wimberger	Dreisprung	11,90 Meter	47.
Sarah Leidl	Speerwurf	51,35 Meter	7.

TRAININGSZEITEN

Wann?	Zeit	Wo?	Was? Für wen?	Übungsleiter
Montag	17:00 -18:00	Treffpunkt **Winter & Sommer** Trimm-Dich-Pfad Neuburger Wald	Nordic Walking	Ursula Reiser
	17:30 - 19:30	Stadion	Training ab 14 Jahren	Albert Leidl - Tobias Brilka
	18:00 - 19:00	Treffpunkt **Winter:** Aldi/Haidenhof **Sommer:** Trimm-Dich-Pfad Neuburger Wald (beim Johannes)	Lauftreff (Freizeitsport, auch für Nichtmitglieder)	in Absprache
Dienstag	15:30 - 17:30	Stadion bzw. Oktober - März: Dreifachhalle	Training ab 14 Jahren	Tobias Brilka - Roland Fleischmann
	16:00 - 17:00	Kraftraum Stadion	Senioren	Wolf-Dieter Fussan
	16:15 - 17:15	Haidenhof, Halle bzw. Freigelände	Eltern-Kind-Gruppe	Martina Felder
	16:00 - 17:30	Kraftraum Stadion	Fitnesstraining (Freizeitsport)	Wolf-Dieter Fussan
Mittwoch	09:00 - 11:00	Kraftraum Stadion	Fitnesstraining für Frauen (Freizeitsport)	Christl Leidl
	17:00 - 18:00	Treffpunkt **Winter & Sommer** Trimm-Dich-Pfad Neuburger Wald	Nordic Walking	Ursula Reiser
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober - März: ASG obere TH	ab 12 Jahren	Elke Eisenreich - Klaus Hammer-Behringer
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober - März: ASG untere TH	ab 12 Jahren	Sara Just - Albert Leidl
Donnerstag	16:30 - 17:45	Dreifachturnhalle, ab April/Mai: Haidenhof	4 – 6 Jahre	Sara Just – Sarah Filipovic
	16:30 - 17:45	Dreifachturnhalle, ab April/Mai: Stadion	6 – 9 Jahre	Tobias Brilka – Antonia Wimberger – Lorenz Adler
	16:00 - 17:30	Kraftraum Stadion	Fitnesstraining (Freizeitsport)	Wolf-Dieter Fussan
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober - März: Dreifachhalle	Wurftraining ab 14 Jahren	Albert Leidl
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober - März: Dreifachhalle	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Tobias Brilka - Roland Fleischmann
	19:00 - 20:00	Haidenhof, Halle	Gesundheitsgymnastik, Rückenschule	Karin Koch
	20:00 - 21:15	Haidenhof, Halle	Volleyball (Freizeitsport)	Eva Hansel - Rainer Koch
Freitag	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober - März: ASG obere TH	9 – 12 Jahre	Sara Just – Christoph Lehner
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober - März: ASG untere TH	12 – 16 Jahre	Sara Just – Christoph Lehner
Samstag	nach Vereinbarung	Stadion	Wurf- und Sprinttraining	Albert Leidl – Tobias Brilka
	ab 10:30	Stadion bzw. Okt – März Ingling	Lauftraining ab 12 Jahren	Klaus Hammer-Behringer – Elke Eisenreich

---

Ansprechpartner beim 1.FC Passau – Abteilung Leichtathletik:

Elke Eisenreich	elke.eisenreich@gmail.de	0176-45742155
Klaus Hammer-Behringer	klaus.hammerbehringer@gmail.de	0157-31621655
Sara Just	sara.just@t-online.de	0170-2321488
Ralf Knettel-Adler	ralf.knettel-adler@gmx.de	0170-2922688

www.fcpassau-leichtathletik.de **oder** info@fcpassau-leichathletik.de