LAC PASSAU

NEWSLETTER 2022/1

Liebe Leichtathletinnen und Leichtathleten des LAC Passau,

vor den Osterfeiertagen fassen wir traditionsgemäß die Ergebnisse der Wintersaison zusammen und blicken auf das Trainingslager, das endlich wieder in der ersten Osterferienwoche für unsere Athletinnen und Athleten im österreichischen Schielleiten stattfindet, voraus. Immer noch ist die Trainings- bzw. Wettkampfsituation schwierig. Trotzdem haben unsere Athletinnen und Athleten im Winter hervorragende Leistungen und Erfolge erzielt.

Bei den Deutschen Crosslaufmeisterschaften im nordrheinwestfälischen Sonsbeck, die coronabedingt erst im Dezember 2021 stattfanden, gewann unser U20-Team mit **Luis Dressel, Maximilian Spielbauer** und **Jonathan Adler** völlig überraschend die **Bronzemedaille**.

Ebenfalls **Bronze** errang **Annika Just** bei den Deutschen U18-Meisterschaften in Sindelfingen über 60 Meter. Ihr vierter Platz im 200-Meter-Rennen rundete eine erfolgreiche Hallensaison ab. Weitere Top-Platzierungen bei den Deutschen Jugendmeisterschaften erzielten **Linda Meier** als Sechste sowie **Luis Dressel** als Neunter über 3000 Meter.

Unser Aushängeschild, Niederbayerns erster Acht-Meter-Springer, **Maximilian Entholzner** startete Ende Januar mit 7,92 Metern in Karlsruhe äußerst erfolgreich in die Hallensaison. Leider verhinderte dann eine Verletzung, dass „Ente" seinen im Vorjahr errungenen Deutschen Meistertitel bei den Deutschen Meisterschaften in Leipzig verteidigen konnte.

Auch auf **Landesebene** errangen unsere Athletinnen und Athleten sehr erfreuliche Leistungen:

Gold bei den Bayerischen Meisterschaften gab es für **Annika Just** über 60 m und 200 m der U18 sowie für **Linda Meier** (3000 m U20), **Maria Anzinger** (60 m Hürden U20) und die 4x200-Meter-U18-Staffel mit **Annika Just, Franziska Rohmann, Maria Anzinger** und **Johanna Weigl (StG Passau-Pfarrkirchen)**.

Die **Silber**medaille auf bayerischer Ebene erkämpften sich **Davis Goldschmidt** (60 m und 200 m U20), **René Hamberger** (Kugelstoß Männer), **Luis Dressel** (3000 m U20) und **Franziska Rohmann** (200 m U18).

Den **Bronze**platz in Bayern sicherten sich **Vincent Just** (60 m U20) und die 4x200-Meter-Staffel der Männer mit **Andreas Kagerbauer, Gabriel Wiertz, Davis Goldschmidt** und **Sebastian Koskowski (StG Passau-Pfarrkirchen)**.

Unseren Sportlerinnen und Sportler einen herzlichen Glückwunsch zu diesen tollen Leistungen!

Äußerst erfreulich ist, dass der LAC Passau vom Bayerischen Leichtathletikverband den **BayernSTAR** für das Jahr 2021 in der Kategorie „Nachwuchsarbeit" überreicht bekam. Selbst ein Bild von der erfolgreichen Vereinsarbeit machte sich der **DLV-Bundesstützpunktleiter Michael Wilms**, der das Training in Passau besuchte und sich mit den LAC-Vorständen Sara Just und Ralf Knettel-Adler, den Stützpunkttrainern Tobias Brilka, Roland Fleischmann und Klaus Hammer-Behringer sowie dem BLV-Vizepräsidenten Prof. Dr. Gerhard Waschler austauschte.

Allen Mitgliedern, Freunden, Athletinnen und Athleten des LAC Passau wünschen wir frohe Osterfeiertage.

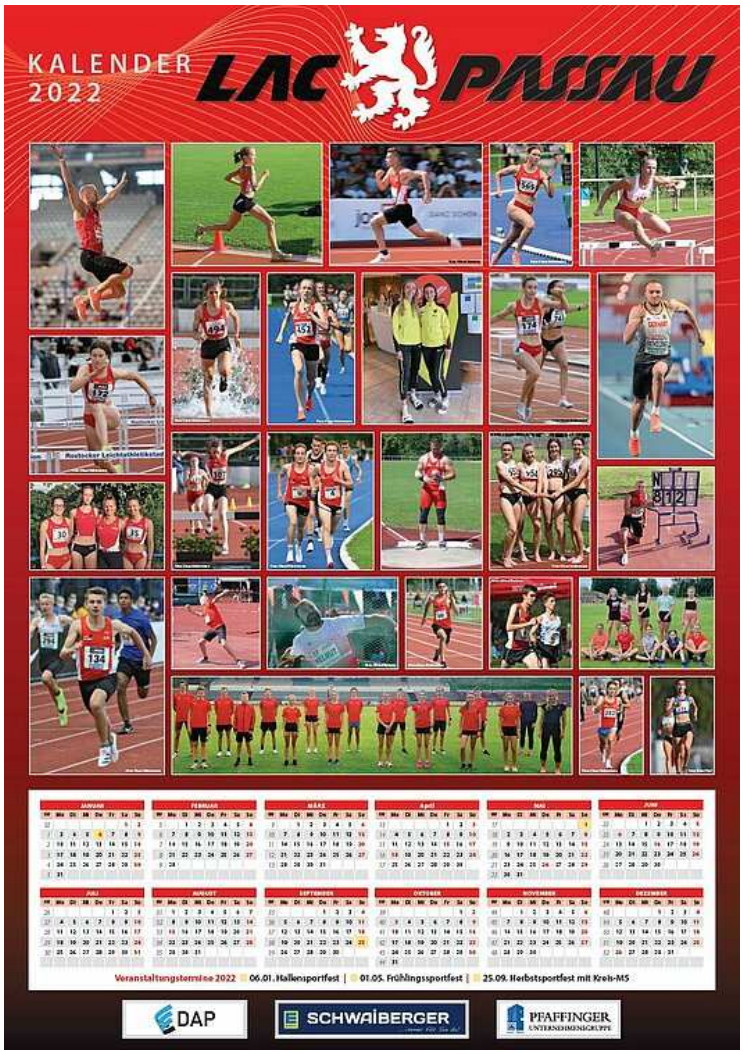
Bleibt bitte weiterhin alle gesund!

Ihre bzw. Eure Vorstandschaft

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

Ostertrainingslager 2022

Nach zwei Jahren coronabedingter Zwangspause findet dieses Jahr endlich wieder unser traditionelles Ostertrainingslager im **Schloss Schielleiten** in der Steiermark in der Nähe von Graz statt. Von **Samstag**, **09.04.2022** bis zum **Gründonnerstag, 14.04.2022** sind in Österreich Zimmer gebucht. Dort stehen unseren Athletinnen und Athleten wieder mehrere Hallen zur Verfügung, sollte uns das Wetter wider Erwarten einen Streich spielen. Rund 40 Athletinnen und Athleten sowie etliche Betreuer werden diese Trainingswoche dazu nutzen, erfolgreich in die Freiluftsaison starten zu können. Wir wünschen allen Teilnehmerinnen und Teilnehmer viel Spaß und bedanken uns schon vorab bei unserem Organisationsteam **Elke & Benedikt Eisenreich**.



Wer unseren tollen Wandkalender noch nicht hat und ein Exemplar möchte, setzt sich bitte mit der Vorstandschaft in Verbindung. 👍

Terminausblick:

01.05.2022	**Sonntag**	**Frühjahrssportfest**	**Dreiflüssestadion**
25.09.2022	**Sonntag**	**Herbstsportfest**	**Dreiflüssestadion**

Zu **unseren eigenen 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.

Unser Frühjahrssportfest wird dieses Jahr die **Kinderleichtathletik** und die Klassen **U14 und U16** als Fokus haben. Das liegt zum einen an Terminüberschneidungen zu anderen Wettkämpfen und zum anderen auch daran, dass das Dreiflüssestadion leider nicht mehr wettkampftauglich ist, da die Rundbahn dringend saniert gehört. Dies hat uns die Stadt Passau für das Jahr 2023 zugesichert.

Ehrung der Athletinnen und Athleten des Jahres 2021

Vorstand ehrt Athletinnen und Athleten sowie Trainerinnen und Trainer

Die Mitgliederversammlung fiel 2021 erneut Corona zum Opfer – nicht jedoch die Ehrung unserer Athletinnen und Athleten. Im letzten Training vor Weihnachten im Rahmen des Landesstützpunktes ehrte der Vorstand des LAC Passau die bei Bayerischen und Deutschen Meisterschaften erfolgreichen Athletinnen und Athleten und wegen weiterer herausragender Leistungen.

Sechs Athletinnen und Athleten des Jahres

Eine riesige Zahl an Erfolgen bei Bayerischen Meisterschaften erzielte der LAC Passau 2021. Die dort errungenen Medaillen waren in den letzten Jahren das wesentliche Kriterium für die Ehrung als Athletin oder Athlet des Jahres. Die schiere Masse an Erfolgen auf bayerischer Ebene und die herausragenden Erfolge auf nationaler Ebene erforderten für 2021 neue Entscheidungskriterien. Als Athletinnen und Athleten des Jahres ehrte der Vorstand mit einer Glasskulptur **Maximilian Entholzner**, **Maria Anzinger**, **Laura Eisenreich**, **Annika Just**, **Linda Meier** und **David Kantzog**. Alle sechs belegten bei Deutschen Meisterschaften zumindest Rang sechs, gehören dem Nationalkader an und sind in der Europäischen Bestenliste unter den Top 30 platziert (für die U16 und David Kantzog gibt es dieses Ranking nicht).

Ehrung der Medaillengewinner bei Bayerischen Meisterschaften und Top-Platzierten in der Deutschen Bestenliste

Ebenso ehrte der Vorstand die Gewinnerinnen und Gewinner von Medaillen bei Bayerischen Meisterschaften und/oder für Platzierungen in der Deutschen Bestenliste unter den Top 50 bzw. 30 mit der neuen rotschwarzen LAC-Mütze und/oder einem LAC-Shirt:

Felix Adler, Jonathan Adler, Lorenz Adler, Elina Dressel, Luis Dressel, Laura Eisenreich, Maximilian Feuerer, Paul Feuerer, René Hamberger, Andreas Kagerbauer, Julia Meisl, Hannah Loibl, Sophie Loibl, Pauline Lorenz, Franziska Rohmann, Änne Rothe, Lisa Schmid, Maximilian Spielbauer, Marco Voggenreiter, Lea Wenninger.

Sechs junge Bayernkader-Athletinnen und-Athleten

Neben den sechs Nationalkaderathletinnen und -athleten hat der LAC Passau 2021 mit Elina Dressel, Pauline Lorenz, Franziska Rohmann, Änne Rothe, Maximilian Spielbauer und Marco Voggenreiter sechs Athletinnen und Athleten im Bayernkader.

Ehrung der Trainerinnen und Trainer

Vor Weihnachten erhielten auch Tobias Brilka, Roland Fleischmann, Klaus Hammer-Behringer, Albert Leidl und Bernhard Schneider Präsente für ihre intensive, umfangreiche und erfolgreiche Trainerarbeit. Weitere Ehrungen folgen im neuen Jahr.

Auf den folgenden Seiten sind sämtliche Ergebnisse des Winters zusammengefasst. Sollten wir einen Wettkampf übersehen haben, bitten wir das zu entschuldigen.

28.11.2021: Nikolauslauf in Regensburg

Franziska Drexler mit Bayerischem Straßenlaufrekord
LAC-Läuferinnen und -Läufer in guter Form

Unwirtlich waren die äußeren Bedingungen beim Nikolauslauf am Oberen Wöhrd, mitten in Regensburg. Nasskaltes, diesiges Wetter und leichter Schneefall empfingen die fast 400 Läuferinnen und Läufer über 1,66, fünf und zehn Kilometer. Die Einhaltung der 2G+-Regel für alle erwachsenen Läufer und der 3G+-Regel für Jugendliche von 12 bis 17 Jahren, Einlasskontrollen, große Abstände zwischen den einzelnen Rennen und der Verzicht auf Siegerehrungen ermöglichten Corona-konforme Rennen.

Vierter Bayerischer W15-Rekord für Franziska Drexler

Unbeeindruckt davon zauberte Franziska Drexler einen Bayerischen W15-Rekord über fünf Kilometer in starken 17:32 Minuten auf die Strecke. Und das auf einem 1,66-Kilometer-Rundkurs, der aufgrund ein paar Ecken, einem Abschnitt mit Kopfsteinpflaster und einem Teil geschotterter Parkwege nicht als der Schnellste gilt. Den Bayerischen Rekord hielten bisher gemeinsam Regina Högl (TSV Ergoldsbach) und Julia Lettl (SC Spiegelau) in 17:44 Minuten. Die Deutsche 1.500-Meter-Hindernismeisterin setzte sich zudem auf Platz eins der Deutschen Bestenliste. Auf den Langstrecken der W15 sind jetzt über 2.000, 3.000, 1.500 Meter Hindernis und fünf Kilometer in Bayern alle Rekorde bei Franziska Drexler in einer Hand.

Viele Klassensiege für den LAC

Über fünf Kilometer überzeugten auch die beiden vierzehnjährigen Bayernkader-Mitglieder Änne Rothe und Marco Voggenreiter in 19:38 und 18:25 Minuten in ihrem ersten Straßenlaufrennen als die Schnellsten ihrer Altersklasse. Nicht ihren besten Tag erwischte Pauline Lorenz (W15) in 20:38 Minuten. Mit einer Bestzeit präsentierte sich Jonathan Adler als der schnellste U20-Läufer in Regensburg in 33:12 Minuten. Er musste sein Rennen weitestgehend im Alleingang absolvieren. Bester Läufer in der U18 war der fünfzehnjährige Maximilian Spielbauer in 36:07 Minuten. Nicht optimal lief es für Lea Wenninger über zehn Kilometer der Frauen in 38:11 Minuten.

28.11.2021: Deutschlands Weitsprung-Ass des Jahres

Maximilian Entholzner erneut zum As des Jahres gekürt

Auch 2021 führte an Maximilian Entholzner kein Weg vorbei. Leichtathletik.de kürte ihn nach 2020 bereits zum zweiten Mal zum „Weitsprung-Ass des Jahres" bei den Männern. Der DLV zog mit Weitsprung-Bundestrainer Uwe Florzcak im Disziplincheck Jahresbilanz, setzte ihn vor Vizeeuropameister Fabian Heinle (VfB Stuttgart), der Deutschland in Tokio vertrat, auf Platz eins. Schneller, höher, weiter – das in der Olympischen Charta enthaltene Motto hat Maximilian Entholzner 2021 brilliant realisiert. Er führt die Deutsche Bestenliste mit 8,12 Metern an. Bei der Hallen-DM in Dortmund gewann er seinen dritten Deutschen Meistertitel.

Fünfter der Hallen-EM

Der DLV nominierte ihn nach seinem Sprung in Barcelona auf 7,97 Meter für die Hallen-EM in Torun (Polen), seine zweite EM nach der Heim-EM 2018 im Berliner Olympiastadion. Und er rechtfertigte uneingeschränkt seine Nominierung, sprang mit 7,91 Metern in der Qualifikation in sein erstes internationales Finale. Dort belegte er mit 7,87 Metern einen exzellenten fünften Platz, ein weiterer Schritt auf seiner Erfolgsleiter.

In Castellón fielen die acht Meter

Bei den DM in Braunschweig musste er Vize-Europameister Fabian Heinle (VfB Stuttgart) den Vortritt lassen. Doch Meetings in Valencia, Madrid und Castellón warteten noch auf ihn. Dorthin nahm der in Madrid lebende Master-Student sein gutes Sprunggefühl mit, hoffte auf 30 Grad, etwas Rückenwind – und die großen Weiten. Und endlich fiel die heißersehnte Acht-Meter-Marke. In Castellón sprang er fantastische 8,12 Meter! Es herrschten optimale Bedingungen, sehr warme Temperaturen und kontinuierlicher Rückenwind. Als nach dem fünften Versuch 7,86 Meter gemessen wurden, wusste er, „dass ich heute acht Meter springen kann". Im sechsten Versuch katapultierte sich auf 8,12 Meter hinaus.

Heim-EM 2022 im Münchner Olympiastadion

In der Europäischen Bestenliste ist Maximilian Entholzner 2021 auf Platz sechs hervorragend platziert. Die Weltbestenliste führt ihn auf Rang 30. Auch 2022 warten auf ihn verheißungsvolle Ziele. Das gilt vor allem für die Heim-EM im Münchner Olympiastadion, 50 Jahre nach den Olympischen Spielen. Die WM in Eugene im Bundesstaat Oregon hat er ebenfalls fest im Blick. Der 27-jährige lebt zudem weiterhin seinen Traum von einer Teilnahme an den Olympischen Spielen. Das beste Weitsprungalter liegt zwischen 26 und 30 Jahren. Bei der Olympiade in Paris vom 26. Juli bis 11. August 2024 wäre er 29 Jahre alt. Ein paar Tage später würde er dreißig.

04.12.2021: Maximilian Entholzner auf Rang sechs in Europa

Outdoor und indoor sprang Maximilian Entholzner 2021 unter die **Top 10** in Europa. Unter die **Top 20** schafften es Annika Just über 100 Meter, Linda Maier (in- und outdoor) und Franziska Drexler über 3.000 Meter und Maria Anzinger über 100 Meter Hürden, unter die **Top 30** Annika Just über 200 Meter, Linda Meier über 1.000 Meter und Laura Eisenreich über 2.000 Meter Hindernis. Maximilian Entholzner steht im Weltranking auf **Rang 30**.

Europäische Bestenliste 2021				
Weibliche Jugend U18				
Annika Just	100 m	11,76 sec	14.08.2021, Andorf	14.
Annika Just	200 m	24,45 sec	18.07.2021, Erding	28.
Linda Meier	1.500 m	4:31,56 min	18.07.2021, Erding	61.
Franziska Drexler	1.500 m	4:32,79 min	18.07.2021, Erding	77.
Linda Meier	3.000 m	9:43,16 min	03.07.2021, Regensburg	17.
Linda Meier	3.000 m indoor	10:02,11 min	14.02.2021, München	15.
Franziska Drexler	3.000 m	9:43,52 min	03.07.2021, Regensburg	20.

Maria Anzinger	100 m Hürden	13,80 sec	12.06.2021, München	20.
Laura Eisenreich	2.000 m Hindernis	6:59,52 min	01.08.2021, Rostock	27.
Männliche Jugend U18				
David Kantzog	100 m	10,93 sec	14.08.2021, Andorf	98.
Weibliche Jugend U20				
Annika Just	100 m	11,76 sec	14.08.2021, Andorf	56.
Linda Meier	1.000 m	2:54,28 min	14.08.2021, Andorf	25.
Linda Meier	3.000 m	9:43,16 min	03.07.2021, Regensburg	69.
Linda Meier	3.000 m indoor	10:02,11 min	14.02.2021, München	46.
Franziska Drexler	3.000 m	9:43,52 min	03.07.2021, Regensburg	72.
Weibliche Junioren U23				
Franziska Drexler	10.000 m	35:36 min	10.10.2021, München	60.
Männliche Junioren U23				
Paul Feuerer	10.000 m	30:54 min	21.03.2021, Dresden	85.
Männer				
Maximilian Entholzner	Weitsprung	8,12 m	29.06.2021, Castellón	6.
Maximilian Entholzner	Weitsprung indoor	7,97 m	06.02.2021, Barcelona	8.

Weltbestenliste 2021				
Weibliche Jugend U18				
Annika Just	100 m	11,76 sec	14.08.2021, Andorf	45.
Laura Eisenreich	2.000 Meter Hindernis	6:59,52 min	01.08.2021, Rostock	41.
Franziska Drexler	10 Kilometer	35:36 min	10.10.2021, München	6.
Weibliche Jugend U20				
Laura Eisenreich	2.000 Meter Hindernis	6:59,52 min	01.08.2021, Rostock	66.
Franziska Drexler	10 Kilometer	35:36 min	10.10.2021, München	22.
Männer				
Maximilian Entholzner	Weitsprung	8,12 m	29.06.2021, Castellón	30.
Maximilian Entholzner	Weitsprung indoor	7,97 m	06.02.2021, Barcelona	22.

18.12.2021: Deutsche Crosslauf-Meisterschaften in Sonsbeck

U20-Team überrascht mit Edelmetall

Bronze für Luis Dressel, Jonathan Adler, Maximilian Spielbauer

Über eine völlig unerwartete Bronzemedaille jubelten **Luis Dressel**, **Jonathan Adler** und **Maximilian Spielbauer** bei den Deutschen Crosslauf-Meisterschaften. Sie überzeugten auf einer kräftezehrenden Strecke durch eine geschlossene Mannschaftsleistung. Die letzten DM-Medaillen 2021 wurden in Sonsbeck am unteren Niederrhein, nahe der holländischen Grenze vergeben. Auf einer Zwei-Kilometer-Runde erwarteten die Läufer ein tiefer Wiesenboden, viele Rhythmuswechsel und Hindernisse aus Strohballen. Kraftausdauer und ein starker Wille waren unter diesen schwierigen Bedingungen über die 6,1 Kilometer der U20 gefragt und ein gutes Gespür für die richtige Renntaktik.

Mit dem Gespür für Bronze

Alle drei LAC-Läufer lösten dies optimal. Nicht zu langsam, nicht zu schnell war ihr Angangstempo. Im 70 Mann starken Feld arbeiteten sie sich über drei Runden kontinuierlich einige Plätze nach vorne, hielten auch in der zweiten Streckenhälfte das Tempo. Luis Dressel lief mit Platz 23 und 17 in den ersten beiden Runden als ausgezeichneter Vierzehnter in das Ziel, knapp hinter dem Deutschen U20-Meister über 2.000 Meter Hindernis von 2020, Jonathan Adler mit Platz 24 und 21 als ebenso hervorragender Siebzehnter und Maximilian Spielbauer mit Platz 50 und 44 als Zweiundvierzigster. Eine Stunde lang war nicht klar, ob der LAC Passau eine Medaille gewonnen hatte. Das Auswertungsprogramm enthielt keine Mannschaftsergebnisse, einen Aushang gab es ebenso wenig. Nach einstündigem Warten wurde der LAC Passau nach der LG Brillux Münster (60 Punkte) und dem TC Fiko Rostock (64) als drittes Team zur Siegerehrung aufgerufen. Jubelnd rissen Luis Dressel, Jonathan Adler und Maximilian Spielbauer die Arme vor Freude über den Gewinn der Bronzemedaille mit 73 Punkten hoch - vor der LG Olympia Dortmund (81), dem TuS Köln (106) und dem Hannover 96 (107). LAC-Neuzugang Max Wörner, noch für die TG Victoria Augsburg am Start, belegte Rang 30.

Wieder Bronze – 38 Jahre nach dem Vater

Mit dem 19-jährigen Jonathan Adler, dem 18-jährigen Luis Dressel und dem 15-jährigen Maximilian Spielbauer bot der LAC Passau mit Abstand das jüngste Team auf. Für Bayernkaderathlet Spielbauer - Ende Dezember wird er sechzehn - hatte sich der Verzicht auf einen Start in der U18 zugunsten des U20-Teams mit dem Gewinn von DM-Bronze mehr als gelohnt. Jonathan Adler gelang sein bisher größter Erfolg 38 Jahre nach dem größten Erfolg seines Vaters. Ralf Knettel-Adler hatte in der U20, damals A-Jugend, bei der Cross-DM 1983 in Ahlen/Hamm ebenfalls mit der Mannschaft Bronze gewonnen (mit Jörg Schade und Gerd Hammer).

Linda Meier und Lea Wenninger Dreizehnte

In der äußerst stark besetzten U18 mit 70 Starterinnen hatte sich **Linda Meier**, die deutsche Vizemeisterin über 3.000 Meter, deutlich mehr erwartet. Sie wollte in den Kampf um die Medaillen eingreifen. Als die 17-Jährige die erste von zwei Runden als Siebte passierte, war aufgrund des Rückstands zur Spitze bereits klar, dass dies schwierig werden würde. Die Nationalkaderathletin kam mit ihrem raumgreifenden, hohen Schritt auf dem tiefen Wiesengeläuf nicht zu recht. Ein Infekt im November hatte zudem eine optimale Vorbereitung verhindert. Nach 4,1 Kilometern erreichte sie enttäuscht als Dreizehnte das Ziel. Sehr zufrieden mit dem gleichen Rang war **Lea Wenninger** in der U23. Die 20-Jährige absolvierte ihre 6,1 Kilometer in einem sehr gleichmäßigen Tempo, zeigte trotz Magenproblemen ab der zweiten Runde als Dreizehnte eine beachtliche Leistung in ihrem ersten U23-Jahr.

26.12.2021: Wieder ein Rekordjahr

War ein Rekordjahr wie 2020 mit elf Bayerischen und 18 Niederbayerischen Rekorden noch zu toppen? Unglaublich – aber wahr: Die LAC-Athletinnen und-Athleten stellten 2021 zwölfmal Bayerische und 30-mal Niederbayerische Rekorde auf. Die Hälfte aller Bayerischen Rekorde ging in der W15 und U18 auf das Konto von Franziska Drexler. Zwölfmal war Annika Just über 100 Meter, 200 Meter und in der 4x100-Meter-Staffel von der U18 bis zur Frauenklasse an einem Niederbayerischen Rekord beteiligt. Über allen Rekorden schwebt der Niederbayerische Rekord von Maximilian Entholzner, dem Hallen-EM-Fünften von Torun, der in Castellón fantastische 8,12 Meter sprang. Nach Abzug von mehrfachen Rekordverbesserungen oder weiteren Rekordsteigerungen anderer Vereine steht der LAC Passau am Jahresende mit zehn neuen Bayerischen und 19 neuen Niederbayerischen Rekorden in den Rekordbüchern.

Bayerische Rekorde LAC Passau 2021			
W15			
Franziska Drexler	2.000 m	6:25,30 min	28.08.2021, Hösbach
Franziska Drexler	3.000 m	9:43,52 min	03.07.2021, Regensburg
Franziska Drexler	10.000 m	35:34 min	10.10.2021, München
Franziska Drexler	1.500 m Hindernis	4:53,32 min	25.06.2021, Ingolstadt
Männliche Jugend U16			
R. Stewart – F. Wadsack – V. Stelzer – D. Kantzog	4 x 100 m	44,30 sec	26.09.2021, Passau
Weibliche Jugend U18			
Drexler Franziska	10.000 m	35:34 min	10.10.2021, München
Laura Eisenreich	2.000 m Hindernis	6:59,52 min	01.08.2021, Rostock
F. Rohmann – M. Anzinger – J. Weigl – Just A.	4 x 100 m	46,61 sec	25.06.2021, Ingolstadt

Niederbayerische Rekorde LAC Passau 2021			
W14			
Änne Rothe	1.500 m Hindernis	5:19,58 min	25.03.2021, Ingolstadt
M14			
Marco Voggenreiter	1.500 m Hindernis	5:08,54 min	25.06.2021, Ingolstadt
W15			
Franziska Drexler	1.500 m	4:32,79 min	18.07.2021, Erding
Franziska Drexler	2.000 m	6:25,30 min	28.08.2021, Hösbach
Franziska Drexler	3.000 m	9:43,52 min	03.07.2021, Regensburg
Franziska Drexler	10.000 m	35:34 min	10.10.2021, München
Franziska Drexler	1.500 m Hindernis	4:53,32 min	25.06.2021, Ingolstadt
M15			
David Kantzog	100 m	10,93 sec	14.08.2021, Andorf
Marco Voggenreiter	1.500 m Hindernis	5:08,54 min	25.06.2021, Ingolstadt
David Kantzog	Weitsprung	6,87 m	26.09.2021, Passau
Männliche Jugend U16			
R. Stewart – F. Wadsack – V. Stelzer – D. Kantzog	4 x 100 m	44,30 sec	26.09.2021, Passau
Weibliche Jugend U18			
Annika Just	100 m	11,76 sec	14.08.2021, Andorf
Annika Just	200 m	24,45 sec	18.07.2021, Erding
Linda Meier	3.000 m	9:43,16 min	03.07.2021, Regensburg
Linda Meier	5.000 m	17:46,34 min	09.05.2021, München
Franziska Drexler	10.000 m	35:34 min	10.10.2021, München
Laura Eisenreich	2.000 m Hindernis	6:59,52 min	01.08.2021, Rostock
F. Rohmann – M. Anzinger – J. Weigl – Just A.	4 x 100 m	46,61 sec	25.06.2021, Ingolstadt
Männliche Jugend U18			
David Kantzog	100 m	10,93 sec	14.08.2021, Andorf
Weibliche Jugend U20			
Franziska Drexler	10.000 m	35:34 min	10.10.2021, München
Laura Eisenreich	2.000 m Hindernis	6:59,52 min	01.08.2021, Rostock
F. Rohmann – M. Anzinger – J. Weigl – Just A.	4 x 100 m	46,61 sec	25.06.2021, Ingolstadt
Frauen			
F. Rohmann – M. Anzinger – J. Weigl – Just A.	4 x 100 m	46,61 sec	25.06.2021, Ingolstadt

Männer			
L. Adler – F. Adler - P. Feuerer	10.000 m Ma.	1:32:28 h	21.03.2021, Dresden
Maximilian Entholzner	Weitsprung	8,12 m	29.06.2021, Castellón

03.01.2022: Felix Adler, Paul Feuerer & Valentin Fuchs jetzt C-Trainer

LAC-Athleten absolvieren Trainerausbildung für den Nachwuchs

Drei Mittelstrecken- und Langstreckenläufer haben die Ausbildung zum C-Trainer absolviert. **Felix Adler, Paul Feuerer** und **Valentin Fuchs** setzten sich in 120 Unterrichtseinheiten mit allen Facetten der Leichtathletik auseinander. An Wochenendterminen auf Bezirksebene und in einem einwöchigen Seminar in der Sportschule Oberhaching machten sie sich mit der Trainingsarbeit mit Jugendlichen im Alter zwischen 12 und 17 Jahren vertraut. Wer im Verein entsprechende Trainingsgruppen betreut und auf Wettkämpfe vorbereitet – egal welcher Leistungskategorie – wird mit der C-Trainer-Lizenz Leistungssport darauf vorbereitet.

Profil der C-Trainer-Ausbildung

Gegenstand der C-Trainer-Lizenz sind alle Disziplinen der Stadionleichtathletik für die Altersklassen U14 bis U18. Inhalte der Ausbildung sind Techniken und Training der leichtathletischen Disziplinen, methodische Wege zum Erwerb technischer Grundformen, trainings- und bewegungswissenschaftliche Grundlagen sowie Konditionstraining und Trainingsplanung. Außerdem eigneten sich Felix Adler, Paul Feuerer und Valentin Fuchs Kenntnisse zu pädagogischen und psychologischen Aspekten, sportmedizinischen Grundlagen, Doping, Aufgaben und Pflichten eines Trainers sowie rechtlichen und Sicherheitsaspekten an. Die C-Trainer-Lizenz erhielten sie nach der erfolgreichen schriftlichen und praktischen Prüfung einschließlich des Abhaltens eines 25-minütigen Trainingsteils mit Kindern in zwei leichtathletischen Disziplinen. Diese hat außerdem bereits seit 2017 Lorenz Adler.

06.01.2022: Dunia Tikniouine und Max Wörner wechseln zum LAC Passau

Zum Studium nach Passau: Dunia Tikniouine

Von Wiesbaden über München nach Passau. **Dunia Tikniouine** studiert seit dem Herbst 2021 Jura an der Universität Passau. Mit der Leichtathletik begann sie 2018 beim Wiesbadener LV. 2019 zog die Achtzehnjährige nach München, startete drei Jahre für die LG Stadtwerke München. Von 2019 bis 2021 war sie im Bayernkader. Ihre größten Erfolge erzielte sie 2019 in der U18 über 800 Meter mit einem dritten Platz bei den Süddeutschen Meisterschaften und einem zehnten Platz bei den Deutschen Meisterschaften. In diesem Jahr lief sie auch ihre Bestzeit von 2:15,28 Minuten. 2021 stand sie über 400 Meter mit 61,57 Sekunden und 800 Meter mit 2:20,18 Minuten in den Bestenlisten.

Von Schwaben nach Niederbayern: Max Wörner

Max Wörner hat nicht nur eine persönliche Beziehung nach Passau und trainierte in den letzten beiden Jahren immer wieder in der Passauer Trainingsgruppe mit. Seine Heimatstadt ist direkt mit Passau verbunden. In Dillingen an der Donau ist der Neunzehnjährige aufgewachsen, dort lebt er bisher. In Kürze schließt er seine Ausbildung ab. Dann soll es zum Studium gehen. Nach zehn Jahren Fußball schloss er sich 2017 den Leichtathleten der TG Viktoria Augsburg an. Seitdem war der Mittelstreckler jedes Jahr schwäbischer Meister. Heuer wurde er mit Bestzeit von 4:08,51 Minuten Bayerischer Vizemeister über 1.500 Meter in der U23.

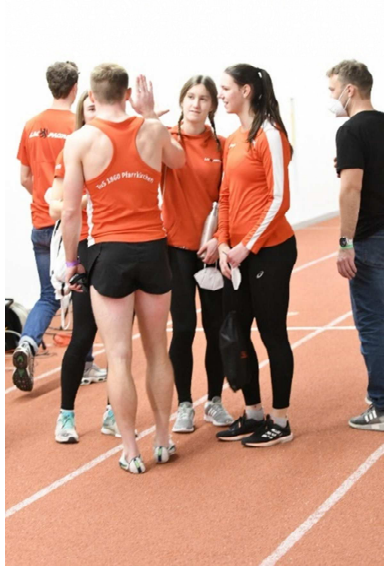
Wechsel zu anderen Vereinen

Ultraläufer Marco Bscheidl und Triathlet Armin Reif wechseln zu ihrem Heimatverein, dem TV Zwiesel. Trailspezialist Joshua Sperrle geht mit ihnen zum TV Zwiesel. Ultraläufer Alexander Sellner startet ab 2022 wieder für die LG Passau. Nationalkaderathletin Franziska Drexler streift sich 2022 das Trikot der LG Telis Finanz Regensburg über.

06.01.2022: Passauer Hallensportfest

Sprinterinnen des LAC Passau glänzen im Leichtathletikmodul

DLV-Vizepräsident Jochen Schweitzer besucht den LAC Passau



2021 fiel das Hallensportfest dem Lockdown zum Opfer. 2022 bot der LAC Passau in der Mehrfachhalle und dem Leichtathletikmodul den Athleten wieder eine erste Möglichkeit, ihre Form zu überprüfen. Für Teilnehmer, Betreuer und Kampfrichter galt 2G+. Alle mussten geimpft oder genesen sein und einen zertifizierten Schnelltest, nicht älter als 24 Stunden, vorlegen. Maskenpflicht galt für alle, außer für die gerade aktiven Athleten. Reibungslos verlief das kleine, aber feine Sportfest. Jochen Schweitzer, Vizepräsident Finanzen und Wirtschaft des Deutschen Leichtathletik-Verbandes, beehrte die Veranstaltung mit seinem Besuch. Nicht nur aus Niederbayern, aus Oberbayern und der Oberpfalz und sogar aus Berlin waren die Teilnehmer angereist.

Gabriel Wiertz bester Sprinter und über sieben Meter

Bei den Männern beeindruckte der Pfarrkirchner Gabriel Wiertz mit zwei Siegen über 60 Meter in 7,09 Sekunden und einem Sieben-Meter-Satz im Weitsprung. Steigerte der Dreisprungspezialist über 60 Meter seine Bestzeit um eine Hundertstel, fehlte ihm im Weitsprung mit 7,04 Metern nur ein Zentimeter zur Bestweite.

Bestzeiten für Andres Kagerbauer und Vincent Just

Gleich um eine Viertelsekunde schraubte Andreas Kagerbauer nach einem schlechten Start seine Bestzeit über 60 Meter auf starke 7,17 Sekunden nach unten. Schnellster der U20 war Davies Goldschmidt in 7,26 Sekunden. Vincent Just (U20) bestritt verletzungsbedingt nach eineinhalb Jahren wieder seinen ersten Wettkampf und verbesserte seine Bestzeit deutlich auf 7,31 Sekunden. René Hamberger wuchtete die 7,26 Kilogramm schwere Kugel auf 14,65 Meter.

U18-Sprintgarde mit schnellen Zeiten

Die wertvollsten Leistungen boten die weiblichen Sprintasse des LAC Passau. Ein erstes nationales Ausrufezeichen setzte Annika Just in 7,61 Sekunden über 60 Meter mit einem guten Start und technisch starken Lauf – für das Erste Platz eins in der Deutschen U18-Bestenliste. Bestleistung lief Maria Anzinger in 7,87 Sekunden, Franziska Rohmann schrammte an ihr in 7,95 Sekunden um zwei Hundertstel vorbei.

Weite Sprünge

Anzinger sprintete außerdem nach einer krankheitsbedingten Trainingspause zu starken 8,91 Sekunden über 60 Meter Hürden und sprang 5,48 Meter weit. Just verließ die Mehrfachhalle mit einer neuen Weitsprung-Bestleistung im Gepäck. Im letzten Versuch sprang sie nach vier ungültigen Sprüngen klasse 5,74 Meter. Sophie Loibl sprintete 8,73 Sekunden über 60 Meter und sprang 5,02 Meter, Schwester Hannah 4,95 und Rohmann 4,94 Meter weit.

22.01.2022: Internationales Leichtathletik-Meeting in Chemnitz

David Kantzog misst sich mit deutschen Sprint-Assen

In der sanierten Leichtathletikhalle von Chemnitz stellte sich **David Kantzog** in der Männerklasse über 60 Meter vielen nationalen Sprint-Assen, unter anderem Kevin Kranz (Sprintteam Wetzlar). Im Vorlauf erwischte er einen guten Start, richtete sich allerdings zu schnell auf und zog am Ende den Lauf nicht konsequent durch. 7,09 Sekunden als Fünfter im Vorlauf brachten den deutschen U16-Meister immerhin auf Rang fünf der deutschen U18-Bestenliste. Im B-Finale wurde er nach einem nicht sichtbaren Fehlstart disqualifiziert. Die Rückschussautomatik hatte ihn ausgelöst. Das A-Finale gewann Kevin Kranz mit der gleichen Zeit wie im Vorlauf in 6,59 Sekunden, nur sieben Hundertstel über seinem deutschen Hallenrekord.

Über die Hallenrunde in 23,04 Sekunden

Auch über die Hallenrunde präsentierte sich David Kantzog in 23,04 Sekunden als Achter in guter Form. Probleme bereiteten ihm die engen Hallenkurven. Und am Ende raus, ab 150 Meter gingen ihm die Körner aus. In der deutschen U18-Bestenliste liegt David Kantzog über 200 Meter unter den Top-Zehn.

22./23.01.2022: Südbayerische Hallen-Meisterschaften in München

Gold für David Goldschmidt, Annika Just, Maria Anzinger, Pauline Lorenz

13-mal Edelmetall für den LAC Passau

Glänzend präsentierte sich der LAC Passau bei der ersten Meisterschaft der Hallensaison. In der Münchner Werner-von-Linde-Halle räumte er bei den Südbayerischen Meisterschaften 13 Medaillen ab, sechsmal Gold, dreimal Silber und viermal Bronze. Heraus ragten die zweifachen Meister **Annika Just** und **Maria Anzinger** sowie die Titelträger **Davis Goldschmidt** und **Pauline Lorenz**. Silber nahmen **Andreas Kagerbauer**, **Vincent Just** und **Davis Goldschmidt**, Bronze **Hannah Loibl, Franziska Rohmann, Maria Anzinger** und **Sophie Loibl** mit nach Hause.

Annika Just national die Nummer 1 über 60 Meter

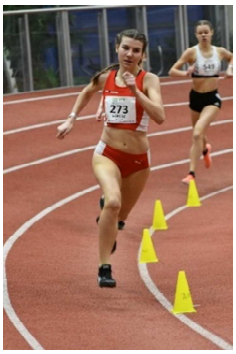
Annika Just führte nach diesem Wochen-ende mit 7,54 Sekunden nicht nur die deutsche Bestenliste in der U18, sondern auch in der U20 an. Um ausreichend Konkurrenz zu haben, startete sie in der U20. Im Finale zauberte sie in einem technisch und energetisch eindrucksvollen Lauf eine persönliche Bestzeit auf die Bahn. Den zweiten Titel sicherte sie sich in der U18 mit gutem Start und raumgreifenden Schritt über 200 Meter in 24,66 Sekunden, nur zwei Hundertstel über ihrer Outdoor-Bestzeit. Franziska Rohmann verpasste als Vierte in 25,84 Sekunden eine Medaille nach einem verschlafenen Start.

Maria Anzinger mit DM-Norm über die Hürden

Auch Maria Anzinger startete über die 60 Meter Hürden eine Klasse höher, um sich für die Jugend-DM zu qualifizieren. Das gelang ihr bei ihrem ersten Start über die höheren Hürden der U20 souverän mit einem Sieg in 8,83 Sekunden. Mit der notwendigen Aggressivität und guter Technik holte sie im Finale über 60 Meter der U18 den zweiten Titel in 7,92 Sekunden. Trotz eines erneut schlechten Starts gewann Franziska Rohmann Bronze in 7,99 Sekunden.

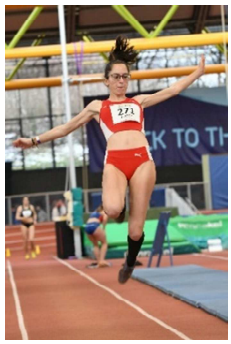
Davis Goldschmidt mit DM-Norm über 60 Meter

Einen Traumstart erwischte Davis Goldschmidt im Finale über 60 Meter der U20. 7,11 Sekunden trommelte er auf die Bahn – Meistertitel, persönliche Bestleistung und Norm für die Jugend-DM. Ein tolles Comeback feierte Vincent Just nach einer Wettkampfpause von eineinhalb Jahren. Nach nur vier Wochen spezifischem Leichtathletiktraining gewann er Silber in 7,29 Sekunden. Über 200 Meter bereiteten Davis Goldschmidt auf Bahn eins beide Kurvenläufe Probleme. Trotzdem reichte es für Silber in 23,55 Sekunden. Bei den Männern freute sich Andreas Kagerbauer nach einem starken Rennen ebenfalls über Silber in 22,69 Sekunden. Er unterbot seine Freiluftbestzeit. Im Finale über 60 Meter platzierte er sich auf Rang fünf in 7,12 Sekunden.



Pauline Lorenz holt den Titel über 800 Meter

Zur vierten Titelträgerin unter dem Hallendach kürte sich die fünfzehnjährige Pauline Lorenz. Sie siegte über 800 Meter in der U18 mit einer schnellen Schlussrunde souverän in 2:22,94 Minuten. Bei den Männern belegte Bernhard Schneider über die gleiche Strecke Rang neun in 2:08,13 Minuten, knapp über seiner Bestzeit.



Dreimal Bronze im Sprung

Die Sprungdisziplinen bescherten dem LAC Passau drei weitere Bronzemedaillen. Sophie Loibl floppte in der U18 mit persönlicher Bestleistung von 1,62 Metern zu Edelmetall. Im Weitsprung wurde sie Siebte mit 5,06 Metern. Maria Anzinger gewann im Weitsprung ihre dritte Medaille mit 5,46 Metern in ihrem einzigen gültigen Versuch. Bei den Frauen holte Hannah Loibl Bronze mit 5,29 Metern. Ihre 1,54 Meter im Hochsprung bedeuteten Rang sieben. Im Kugelstoß der Männer stieß René Hamberger seine 7,26-Kilo-Kugel in einem sehr guten besetzten Wettbewerb mit 15,52 Metern auf Platz vier.

28.01.2022: World Athletics Indoor-Meeting in Karlsruhe

Glänzender Saisoneinstieg für Maximilian Entholzner

Dritter mit 7,92 Metern in einem Klassefeld

Freudestrahlend präsentierte sich **Maximilian Entholzner** in Karlsruhe für das Siegerfoto mit dem Schweden Thobias Montler und dem Franzosen Erwan Konate. Er blieb zum Auftakt der World Athletics Indoor Tour als Dritter mit 7,92 Metern nur fünf Zentimeter unter seiner Hallenbestleistung. Damit gelang ihm neben Max Hess (LAC Chemnitz), Dritter im Dreisprung, die beste Platzierung eines Deutschen in Karlsruhe. In Karlsruhe stimmte alles – die Platzierung, die Weite, eine tolle Serie – und das in einem Feld der Spitzenklasse.

Konkurrenz vom Feinsten

Den Wettbewerb gewann der zweifache Vizehallen-Europameister Montler mit 8,02 Metern. Der Olympiafinalist von Tokio flog letztes Jahr bereits auf 8,31 Meter. Zweiter wurde der achtzehnjährige U20-Weltmeister Konate mit 7,98 Metern, wie Maximilian Entholzner mit einer persönlichen Bestleistung von 8,12 Metern ausgestattet. Mit dem vierten Platz musste sich U23-Vizeeuropameister Henrik Flatnes aus Norwegen begnügen (7,87 m). Auch seinen madrilenischen Trainingskollegen Eusebio Cáceres ließ Maximilian Entholzner hinter sich. Der Vierte von Tokio, dem nur drei Zentimeter zu Bronze fehlten, landete als Fünfter bei 7,80 Metern. Die große deutsche Nachwuchshoffnung Oliver Koletzko (Wiesbadener LV), im letzten Jahr U20-Europameister mit 7,98 Metern, landete bei nur 7,46 Metern.

Umstellung des Anlaufs – jetzt mit Auftakt

Ohne große Erwartungen war Entholzner von Madrid nach Karlsruhe gereist. Zum Auftakt war er am Wochenende zuvor in Saragossa mit „Ach und Krach" 7,51 Meter gesprungen. Erst vor zwei Wochen hatte er seinen Anlauf umgestellt. Bisher lief er aus dem Stand los. Jetzt startet er mit einem kleinen Auftakt, richtet sich früher auf. Dadurch sieht er das Brett früher und kann den Absprung besser vorbereiten.

„Eine brutal guade Serie"

Obwohl im ersten Versuch zu dicht am Brett sprang Entholzner gleich 7,73 Meter, legte im zweiten noch neun Zentimeter drauf. Im vierten Versuch segelte der 27-Jährige auf seine Tagesbestweite von 7,92 Metern und ließ noch 7,81 Meter folgen. „Eine brutal guade Serie", kommentierte der LAC-Weitspringer seinen Wettkampf. Den letzten Versuch sprang er mit „angezogener Handbremse", er spürte einen Zug in den Adduktoren. Der Physiotherapeut diagnostizierte eine Verhärtung in der Muskulatur. Der Start am Dienstag beim Hallenmeeting in Erfurt ist gefährdet.

29./30.01.2022: Bayerische Hallen-Meisterschaften in München

12-mal Edelmetall für den LAC Passau

Annika Just und Linda Meier mit deutscher Jahresbestleistung

Nahtlos knüpfte der LAC Passau bei den Bayerischen Hallen-Meisterschaften an die Erfolge bei der „Südbayerischen" an. Zweimal Gold für **Annika Just**, Gold für **Linda Meier**, **Maria Anzinger** und die U18-Staffel, zweimal Silber für **Davis Goldschmidt**, Silber für **René Hamberger, Luis Dressel** und **Franziska Rohmann**, Bronze für **Vincent Just** und die Männer-Staffel. Last but not least drei deutsche Jahresbestleistungen durch Annika Just über 200 Meter, Linda Meier über 3.000 Meter und die U18-Staffel.

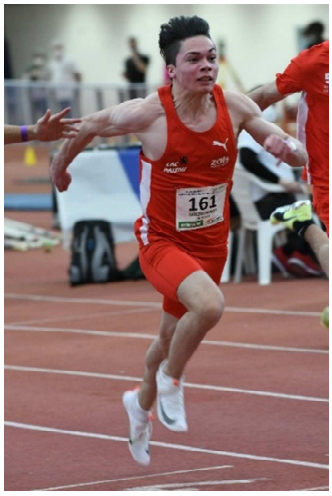
Hürden-Gold und 60-Meter-Silber für Maria Anzinger

Ein mustergültiger Auftakt gelang am Samstag Maria Anzinger mit ihrem Sieg über 60 Meter Hürden in 9,02 Sekunden. Ihr fehlte etwas die Spritzigkeit, ein paar kleine technische Fehler hatten sich eingeschlichen. Mit Blick auf die Jugend-DM in Sindelfingen in drei Wochen startete die Sechzehnjährige in ihrer Spezialdisziplin wieder eine Klasse höher in der U20.

Sprintkönigin Annika Just

Die Sprintkönigin der U18 war Annika Just mit dreimal Gold. Zu Sieg Nummer eins stürmte sie über 60 Meter in 7,61 Sekunden. Überrascht vom Blitzstart der Vizemeisterin Millicent Mensah (LAC Quelle Fürth) entfaltete sie im freien Sprint nicht wie gewohnt ihre Qualitäten, blieb sechs Hundertstel über ihrer Bestzeit. Maria Anzinger schrammte in 8,00 Sekunden hauchdünn um eine Hundertstel an Bronze vorbei.

Zweimal Silber für Davies Goldschmidt



Ebenfalls um Haaresbreite verpasst Davis Goldschmidt die Meisterschaft über 60 Meter in der U20. Nach einem starken Start ruderte er zu wild mit den Armen, agierte etwas zu passiv beim Zieleinlauf. Trotz des fehlenden Hundertstels für den Titel war die Freude beim Achtzehnjährigen über Silber in 7,17 Sekunden riesengroß. Vincent Just sprintete in seinem technisch feinen Vorlauf in 7,22 Sekunden zur Bestzeit. Im Finale gewann er Bronze in 7,23 Sekunden. Bei den Männern belegte Andreas Kagermann im Finale Platz sieben (7,14 sec). Gehandicapt durch eine Entzündung des Schleimbeutels am Zehengrundgelenk war er im Zwischenlauf gut aus dem Startblock gekommen und in 7,09 Sekunden Bestzeit gerannt.

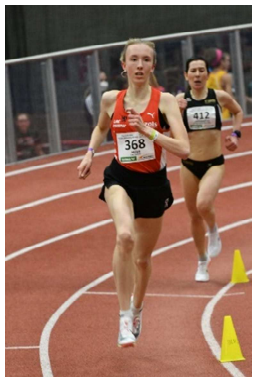
Annika Just nah an Corinna Schwab dran

Ein Glanzlicht setzt Annika Just der Landesmeisterschaft über die Hallenrunde auf. Nach einem prima Start schoss sie druckvoll aus der Kurve, machte richtig Tempo auf der Geraden. Am Ende leuchteten bestechende 24,33 Sekunden auf - aktuell deutsche U18- und U20-Jahresbestleistung. Nur drei Hundertstel fehlten zum Bayerischen Hallenrekord von Corinna Schwab aus 2016, der derzeit schnellsten deutschen 400-Meter-Läuferin. Silber holte mit einem technischen guten Lauf Franziska Rohmann in 25,59 Sekunden mit noch Luft nach oben. Über 200 Meter nahm Davis Goldschmidt seine zweite Silbermedaille mit nach Hause. In 23,33 Sekunden stellte er seine Outdoor-Bestzeit ein.

Gold und Bronze für die Staffeln

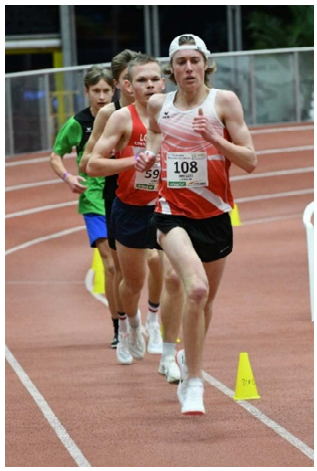
Zweimal Edelmetall sicherten sich die Sprintstaffeln der StG Passau/Pfarrkirchen. Eine Klasse für sich war die 4x200-Meter-Staffel der U18 mit Just, Rohmann, Anzinger und Johanna Weigl. Faktisch konkurrenzlos siegte sie mit elf (!) Sekunden Vorsprung in 1:42,09 Minuten - Platz eins in der deutschen Bestenliste. Überraschend Bronze gab es für die Männerstaffel mit Kagerbauer, Gabriel Wiertz, Goldschmidt und Sebastian Koskowski in 1:31,38 Minuten.

Deutsche Jahresbestleistung für Linda Meier



Ein pfeilschnelles Rennen boten die 3.000 Meter der U20. Linda Meier ging nicht gleich das scharfe Tempo an der Spitze zweier Läuferinnen der Frauenklasse mit. Konstant hielt sie lange den Abstand bei drei Sekunden. Zwei Runden vor Schluss nahm sie ihre Beine in die Hand, überrannte die zweitplatzierte Frau in 9:43,35 Minuten. Nur zwei Zehntel über ihrer Outdoor-Bestzeit liegt sie nach diesem Wochenende auf Platz eins in Deutschland. Pauline Lorenz steigert über 800 Meter der U18 als Siebte ihre Hallenbestzeit um eine Sekunde auf 2:22,03 Minuten.

DM-Norm für Luis Dressel



Über U20-Silber jubelte Luis Dressel nach seinem eindrucksvollen 3.000-Meter-Rennen. In 8:58,25 Minuten blieb er gleich zwanzig Sekunden unter seiner Outdoor-Bestzeit und löste das Ticket für die Jugend-DM. Maximilian Spielbauer belegte Platz vier in der U18. In 9:27,63 Minuten steigerte er sich deutlich, verspielte aber vermutlich Bronze durch eine sehr frühe Attacke. Auf Rang elf landete bei den Männern Jonathan Adler in guten 9:06,84 Minuten.

Kugelstoß-Silber für René Hamberger

Edelmetall bei den Werfern holte René Hamberger. Mit 15,41 Metern wuchtete er seine Kugel auf den Silberplatz. Sophie Loibl wurde Sechste im Hochsprung der U18 mit 1,56 Metern, Schwester Hannah Zehnte im Weitsprung der Frauen mit 5,14 Metern.

05.02.2022: Winterwurf in Erding

Helmut Maryniak Zweiter mit der Zwei-Kilo-Scheibe

Nach zwei ungültigen Versuchen steigerte sich **Helmut Maryniak** über 40,19 und 38,76 Meter auf seine Tagesbestweite von 42,01 Metern. Hinter Alexander Schaller von der LG Stadtwerke München belegte der 53-Jährige Rang zwei beim Winterwurf-Meeting in Erding. Der Münchner, 2021 Fünfter mit dem Diskus bei der Jugend-DM in Rostock, gewann mit 48,94 Metern. Dritter wurde sein Vereinskollege Christoph Bischlager mit 39,42 Metern.

06.02.2022: Der LAC Passau – eine Leichtathletikmacht in Bayern

Drittstärkster bayerischer Verein im nationalen Vereinsranking

Bundesweit auf Rang 21

Der Deutscher Leichtathletik-Verband hat sein Vereinsranking für 2021 veröffentlicht. Dem LAC Passau gelang ein gewaltiger Sprung nach vorne. 2020 platzierte sich der LAC Passau als erster Verein in der niederbayerischen Leichtathletikgeschichte mit Rang 33 unter den Top 50 in Deutschland. Jetzt ein erneutes Highlight. Das Vereinsranking für 2021 führt ihn als drittbesten bayerischen Verein auf Rang 21.

LG Stadtwerke München - LG Telis Finanz Regensburg – LAC Passau

Die Spitzenpositionen in Deutschland haben die LG Olympia Dortmund (324 Nennungen), der TSV Bayer 04 Leverkusen (313) und die LG Stadtwerke München (252) inne. Zweitbester bayerischer Club ist als Neunter die LG Telis Finanz Regensburg (159). Dann folgt bereits der LAC Passau (112). Er verdrängte den LAC Quelle Fürth als bundesweit 33. in Bayern auf Rang vier (80), einen Platz vor dem SWC Regensburg (76). Die LG Bamberg rutschte entgegen dem Vorjahr aus den Top 50.

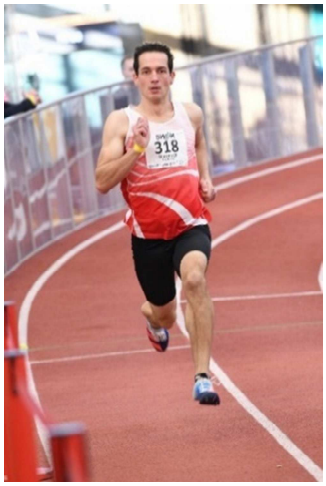
In allen Altersklassen vertreten

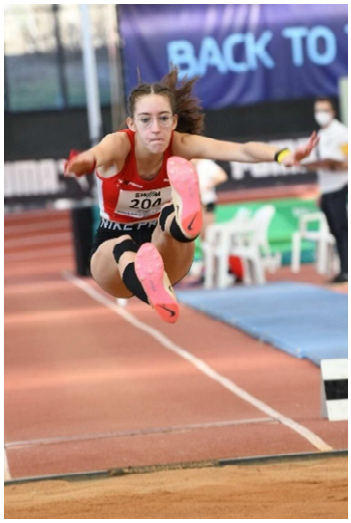
Das Vereinsranking erstellt der DLV anhand der Platzierungen der Athletinnen und Athleten unter den besten 50 in der deutschen Jahresbestenliste aller Leichtathletik-Disziplinen in den Altersklassen von der U16 bis zu den Männern und Frauen. Waren es 2020 noch 64 Nennungen, verdoppelte der LAC Passau diese 2021 fast, schaffte 112 Nennungen. Viel Leichtathletik-Prominenz aus den deutschen Leichtathletik-Hochburgen ließ er hinter sich. Jede Altersgruppe des LAC Passau, männlich und weiblich, der U16, U18, U20, U23 und der Frauen und Männer ist im Ranking vertreten.

13.02.2022: Munich Indoor-Meeting

Gelungene Generalprobe für die Jugend-DM

Just, Anzinger, Goldschmidt testen für Sindelfingen





In der Münchner Werner-von Linde-Halle unterzogen sich die Sprint-Asse des LAC Passau einem letzten Test vor der Hallen-DM in Sindelfingen. Annika Just startet dort mit Medaillenchancen über 60 und 200 Meter. Beim Munich Indoor-Meeting lieferte sie im Finale über 60 Meter gute 7,61 Sekunden ab (Vorlauf 7,65). Der Start ließ zu wünschen übrig, verhinderte eine schnellere Zeit. Trotzdem lag sie nur sieben Hundertstel über ihrer Bestzeit. Vier der Frauenklasse angehörende Athletinnen lagen vor ihr, an der Spitze die Finnin Nooralotta Neziri in 7,43 Sekunden und die Österreicherin Magdalena Lindner (Union St. Pölten) in 7,47 Sekunden.

Formanstieg bei Maria Anzinger

Genauso lieferte Maria Anzinger über 60 Meter Hürden trotz heftiger Übelkeit. Sie überwand den Hürdenwald als Zweite in 8,96 Sekunden, ein Zehntel über ihrer Bestzeit. Vor ihr lag Katharina Winkler (LG Erlangen) in 8,82 Sekunden.

Davies Goldschmidt stellt Bestzeit ein

Davies Goldschmidt knüpfte als Fünfter über 60 Meter an seine besten Ergebnisse dieses Winters an, stellte im Finale in 7,11 Sekunden seine Bestzeit ein (Vorlauf 7,16). M40-Athlet Bernhard Schneider legte die zwei Hallenrunden in beachtlichen 55,58 Sekunden zurück. Hannah Loibl belegte Rang acht mit 5,08 Metern im Weitsprung der Frauen. Vier Zentimeter kürzer sprang ihre Schwester Sophie, nur drei Zentimeter unter ihrer Bestweite (Vierte U18), und floppte über 1,55 Meter.

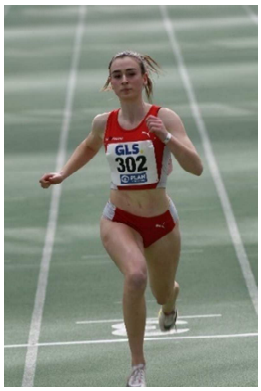
19./20.03.2022: Deutsche Jugend-Hallenmeisterschaften in Sindelfingen

Annika Just holt Bronze über 60 Meter im Glaspalast

Linda Meier Sechste und Luis Dressel Neunter über 3.000 Meter

Bei den Deutschen Jugend-Hallenmeisterschaften in Sindelfingen zeigte die 16-jährige **Annika Just** ihre ganze Klasse. Gegen die größtenteils zwei Jahre ältere Konkurrenz gewann sie Bronze über 60 Meter. **Linda Meier** rannte im Sindelfinger Glaspalast über 3.000 Meter in Bestzeit auf Platz sechs, **Luis Dressel** wurde in einem Taktikrennen Neunter über die gleiche Distanz.

Brillante Hallensaison mit Bronze gekrönt



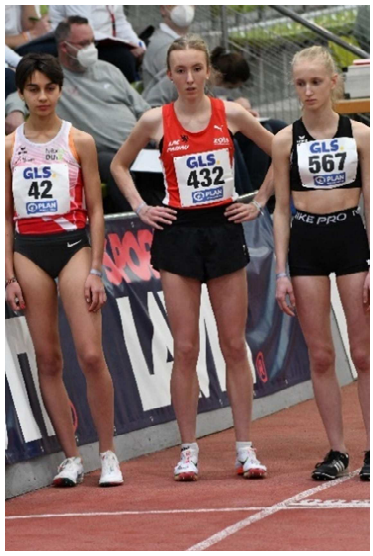
Annika Just war als Mitfavoritin über beide Sprintstrecken nach Sindelfingen gereist, teilte sich mit Sina Kammerschmitt (TG Worms) über 60 Meter die deutsche Jahresbestleistung. Unter 40 Athletinnen wurde die schnellste Jugendsprinterin Deutschlands gesucht. Ihren Vorlauf über 60 Meter meisterte Annika Just trotz eines sehr schlechten Starts problemlos in 7,56 Sekunden – nur zwei Hundertstel über ihrer Bestzeit. Nach einem deutlich besseren Start und technisch sehr guten Lauf leuchteten im Ziel des Zwischenlaufs 7,50 Sekunden auf. Mit einer erstklassigen Bestzeit war Annika Just die Schnellste der beiden Zwischenläufe. Glänzend war sie im Finale die ersten 30 Meter unterwegs. Dann tauchte die zwei Jahre ältere Sina Kammerschmitt neben ihr auf. Die LAC-Athletin versuchte mit Schrittlänge und einem Tick zu viel Verbissenheit dagegen zu halten, was nicht gelang. Die Wormserin war nicht zu schlagen, gewann in glänzenden 7,42 Sekunden, aktuell Rang fünf in Europa. Annika Just begann mit der Zielannahme etwas zu früh, so dass sich noch Carolin Schlung (SSC Bad Sooden-Allendorf) zeitgleich in 7,51 Sekunden an ihr vorbei auf den Silberplatz schob. Für sie auch die Bronzemedaille ein großartiger Erfolg.

Vierte über 200 Meter

Über 200 Meter war Annika Just mit ihrer Bestzeit von 24,33 Sekunden ebenfalls eine Medaillenkandidatin. Mit 24,52 Sekunden im Vorlauf qualifizierte sie sich für das Finale der besten Vier. Vor diesem hatte sie leichte Kreislaufprobleme, erholte sich dann jedoch bis zum Start. Sie machte die ersten 100 Meter gewaltig Druck. Doch auf der zweiten Hälfte der Hallenrunde schwanden ihr die Kräfte. Eine krankheitsbedingte Lücke vor zwei Wochen machte sich „hinten raus" bemerkbar. Ihr blieb in 24,67 Sekunden der undankbare vierte Platz hinter

Lara-Noelle Steinbrecher (24,22 sec, SC Magdeburg), Vanessa Baldé (24,38 sec, Hamburger SV) und Holly Okuku (24,46 sec, GSV Eintracht Baunatal).

Leicht angeschlagen auf Platz sechs über 3.000 Meter



Auch Linda Meier hatte sich Chancen auf eine Medaille über 3.000 Meter ausgerechnet. Doch bis ein paar Tage vor dem Start war wegen eines Infekts nicht klar gewesen, ob sie starten konnte. Die Konkurrenz war stark, unter anderem mit Johanna Pulte (SG Wenden), der U20-Crosslauf-Europameisterin mit der Mannschaft, und Kira Weis (LC Rehlingen), der zweifachen deutschen U18-Meisterin. Vom Start weg fackelte Weis nicht lange, drückte kontinuierlich auf das Tempo, im Schlepptau fünf weitere Läuferinnen. Nach zwei gleichmäßigen Kilometern in 3:15 Minuten heftet sich Linda Meier als Vierte an die Fersen von Johanna Pulte, kämpfte um Bronze, konnte aber auf den letzten 150 Metern nicht mehr dagegenhalten. Weis siegte in 9:34,27 Minuten, sechs Zehntel vor Sofia Benfares (LC Rehlingen). Bronze ging an Pulte (9:41,89 min). Carolina Schäfer (9:42,24 min, TG Schwaibach) und Franziska Drexler (9:42,78 min, LG Telis Finanz Regensburg) überspurteten Linda Meier noch im Zieleinlauf. Sie erzielte als Sechste in einem hochklassigen Rennen in 9:42,78 Minuten eine neue Bestzeit.

Neunter in einem Bummelrennen

Nur um einen Platz verfehlte Luis Dressel die Siegerehrung über 3.000 Meter. Das Bummelrennen kam dem Bayerischen Vizemeister nicht entgegen. Dicht geschlossen blieb das Feld bis 2.000 Meter nach Durchgangszeiten von 3:06 und 6:06 Minuten. Dann ging die Post ab. Nach einem letzten Kilometer in 2:55 Minuten lief Luis Dressel als ausgezeichneter Neunter in das Ziel (9:01,90 min). Das Rennen gewann Felix Ebel (Emder LG) in 8:44,95 Minuten.

Maria Anzinger bravourös im Vorlauf

32 Starterin über die 60 Meter Hürden, und doch keine Zwischenläufe. Das war nicht nach dem Geschmack von **Maria Anzinger**, vor allem da die Veranstalter die Vorläufe erst nach dem Aufwärmen kurzfristig auf die Startzeiten der zwei Stunden später geplanten Zwischenläufe verschoben. Die vier Vorlaufsiegerinnen und weitere vier Zeitschnellste qualifizierten sich für das Finale. Maria Anzinger kam gut in ihr Rennen, schlug jedoch nach der ersten Hürde an allen weiteren Hürden mit den Nachziehbein an. In 8,89 Sekunden belegte sie Rang fünf im dritten Vorlauf. Das Finale war zu weit weg. Eine neue Bestzeit unter 8,84 Sekunden wäre jedoch für die Bayerische Meisterin drin gewesen. Die erst Sechzehnjährige hat aber in den nächsten beiden Jahren zwei weitere Chancen bei der Jugend-DM. Für Davies Goldschmidt hingen die Trauben zu hoch über 60 Meter. Bereits die Qualifikation für die Jugend-DM war für ihn ein toller Erfolg. In 7,20 Sekunden schied er nach dem Vorlauf aus.

20.-27.02.2022: Master-Hallen- und Winterwurf-Europameisterschaften in Braga

Gunter Langenbach gewinnt Staffel-Bronze

Als Vierter in das Ziel, aber Bronze gewonnen. Das deutsche M60- Staffel-Quartett hatte bei den Hallen-Europameisterschaften das Glück auf ihrer Seite. Frankreich wurde wegen Überlaufens des Wechselraums disqualifiziert, der deutschen Staffel mit Gunter Langenbach gelang der Sprung auf das Siegertreppchen. Mit zwei Jahren „Verspätung" wegen der Corona-Pandemie fanden in dem im Norden von Portugal liegenden Braga die Master-Hallen- und Winterwurf-Europameisterschaften statt. Die deutsche 4x200-Meter-Staffel der M60 trat mit Thorsten Poschwatta (VfV Spandau), Peter Höll (ABC Ludwigshafen), Gunter Langenbach und Andreas Weise (VfV Spandau) an. Mit Poschwatta, Mitglied der 4x400-Meter-Weltrekord-Staffel in der Halle, ließen die Deutschen ihren stärksten Mann auf Position eins laufen. Auch Gunter Langenbach und die beiden anderen Staffelmitglieder haben bereits vielfach Edelmetall in Staffelwettbewerben bei Senioren-EM und -WM gewonnen. Poschwatta wechselte auf Höll, der den Stab an Langenbach weiterreichte. Weise brachte den Stab als Vierter in das Ziel. Unangefochten gewannen Großbritannien in 1:45,67 Minuten und Spanien in 1:47,67 Minuten Gold und Silber. Kurz nach dem Zieleinlauf wurde Frankreich disqualifiziert. Mehr als deutlich hatte das französische Quartett um zehn Meter den Wechselraum überlaufen und damit der deutschen Staffel in 1:53,98 Minuten zu Edelmetall verholfen.

05.03.2022: Deutsche und Europäische Hallen-Bestenliste 2022

Maximilian Entholzner wie 2021 wieder der beste deutsche Weitspringer und auf Rang zwölf in Europa – Annika Just Deutschlands Schnellste in der U18 und zweimal unter den Top zehn in Europa

Deutsche Hallen-Bestenliste 2022: Die Besten Dreißig				
Weibliche Jugend U18				
Annika Just	60 m	7,50 sec	19.02.2022, Sindelfingen	1.
Maria Anzinger	60 m	7,86 sec	22.01.2022, München	25.
Annika Just	200 m	24,33 sec	30.01.2022, München	1.
Franziska Rohmann	200 m	25,59 sec	30.01.2022, München	14.
Maria Anzinger	60 m Hürden	8,91 sec	06.01.2022, München	24.
A. Just – F. Rohmann- M. Anzinger – J. Weigl	4 x 200 m	1:42,09 min	29.01.2022, München	1.
Annika Just	Weitsprung	5,74 m	06.01.2022, Passau	6.
Männliche Jugend U18				
David Kantzog	60 m	7,09 sec	22.01.2022, Chemnitz	5.

Maximilian Spielbauer	3.000 m	9:27,63 min	29.01.2022, München	18.
Weibliche Jugend U20				
Annika Just	60 m	7,50 sec	19.02.2022, Sindelfingen	2.
Annika Just	200 m	24,33 sec	30.01.2022, München	3.
Linda Meier	3.000 m	9:42,78 min	20.02.2022, Sindelfingen	7.
Maria Anzinger	60 m Hürden	8,91 sec	06.01.2022, München	23.
A. Just - F. Rohmann- M. Anzinger - J. Weigl	4 x 200 m	1:42,09 min	29.01.2022, München	8.
Annika Just	Weitsprung	5,74 m	06.01.2022, Passau	18.
Männliche Jugend U20				
Luis Dressel	3.000 m	8:58,25 min	29.01.2022, München	18.
Weibliche Juniorinnen U23				
Annika Just	60 m	7,50 sec	19.02.2022, Sindelfingen	7.
Annika Just	200 m	24,33 sec	30.01.2022, München	8.
Linda Meier	3.000 m	9:42,78 min	20.02.2022, Sindelfingen	12.
A. Just - F. Rohmann- M. Anzinger - J. Weigl	4 x 200 m	1:42,09 min	29.01.2022, München	8.
Annika Just	Weitsprung	5,74 m	06.01.2022, Passau	26.
Frauen				
Annika Just	60 m	7,50 sec	19.02.2022, Sindelfingen	27.
Annika Just	200 m	24,33 sec	30.01.2022, München	19.
Linda Meier	3.000 m	9:42,78 min	20.02.2022, Sindelfingen	25.
A. Just - F. Rohmann- M. Anzinger - J. Weigl	4 x 200 m	1:42,09 min	29.01.2022, München	17.
Männer				
Maximilian Entholzner	Weitsprung	7,92 m	28.01.2022, Karlsruhe	1.

Europäische Hallen-Bestenliste 2022: Die besten Fünfzig				
Weibliche Jugend U18				
Annika Just	60 m	7,50 sec	19.02.2022, Sindelfingen	10.
Annika Just	200 m	24,33 sec	30.01.2022, München	8.
Weibliche Jugend U20				
Annika Just	60 m	7,50 sec	19.02.2022, Sindelfingen	27.
Annika Just	200 m	24,33 sec	30.01.2022, München	26.
Linda Meier	3.000 m	9:42,78 min	20.02.2022, Sindelfingen	24.
Männer				
Maximilian Entholzner	Weitsprung	7,92 m	28.01.2022, Karlsruhe	12.

12.03.2022: Nachwuchs-Hallenmeeting in München

Ihren ersten Hallenwettkampf und das gleich in einem sehr großen Starterfeld bestritten die U16-Athlet:innen **Anna Krompaß, Julian Neumüller** und **Johanna Schneider** in der Münchner Werner-von-Linde-Halle. Entsprechend groß war ihre Nervosität, besonders vor ihrem ersten Hürdenrennen. Alle drei gingen über 60 Meter, 60 Meter Hürden und 800 Meter an den Start.

Anna Krompaß behält die Ruhe nach Disqualifikation

Pech gleich für Anna Krompaß (W14) in ihrer ersten und stärksten Disziplin. Nach einem Fehlstart über 60 Meter wurde sie disqualifiziert. Sie ließ sich jedoch nicht aus der Ruhe bringen, sprintete gute 11,50 Sekunden über die 60 Meter Hürden, obwohl sie mit dem „falschen" Bein aus dem Block starten musste, um richtig an die erste Hürde zu kommen. Noch besser lief es über die 800 Meter. Sie teilte sich das Rennen über die vier Runden geschickt ein, hielt sich aus Positionskämpfen heraus und landete in 2:45,68 Minuten auf dem fünften Platz.

Knapp am Finale vorbei Julian Neumüller

Nach einem ansprechenden Vorlauf in 8,56 Sekunden verpasst Julian Neumüller (M14) nur um eine Hundertstel das Finale über 60 Meter. Zu viel Respekt zeigte er vor den Hürden, fand keinen Rhythmus und blieb bei 12,48 Sekunden hängen. In seinem ersten 800-Meter-Rennen kämpfte er sich in 2:44,72 Minuten als Dritter in das Ziel.

Drei gute Rennen für Johanna Schneider

Sehr große Starterfelder prägten die W13 (zum Beispiel 44 Starterinnen über 60 Meter). Johanna Schneider erwischte bereits einen guten Tag über die 60 Meter in 9,48 Sekunden. Großer Respekt auch bei ihr vor den 60 Meter Hürden. Mit einer guten Hürdentechnik freute sie sich über 12,63 Sekunden. Gleiches galt für die 2:54,15 Minuten über 800 Meter, Rang sechs und eine Steigerung der Bestzeit um 13 Sekunden

25.03.2022: Deutsche Winterwurf-Meisterschaften der Senioren in Erfurt

Verletzungspech für Helmut Maryniak

Nach ein paar Minuten waren die Deutschen Winterwurf-Meisterschaften der Senioren für Helmut Maryniak vorbei. Bei strahlendem Frühlingswetter zerrte er sich bereits im ersten Durchgang den linken hinteren Oberschenkel. Beim Einwerfen war sein Diskus auf 55 Meter geflogen. Den Heimweg musste er ohne gültigen Versuch antreten. Gold ging mit 41,14 Metern an Kai Loewel (TSV Rudow).

26.03.2022: Bayerische Langstrecken-Meisterschaften in Regensburg

Linda Meier nur zehn Sekunden über der WM-Norm

Bayerische Meisterin mit Niederbayerischem Rekord

Besser hätten die Bedingungen am Oberen Wöhrd in Regensburg bei den Bayerischen Langstrecken-Meisterschaften nicht sein können. Angenehme Frühlingstemperaturen, ein leichtes Lüftchen und Domenika Mayer (LG Telis Regensburg) als Tempomacherin, die eine Woche später Deutsche Marathonmeisterin mit WM-Norm wurde. Sie sorgte für ein gleichmäßiges Tempo über 5.000 Meter der weiblichen Jugend. **Linda Meier** nutzte die Gunst der Stunde, gewann den Bayerischen Meistertitel mit einem Paukenschlag in 16:40,51 Minuten zum Saisoneinstieg.

Fulminanter letzter Tausender

Franziska Drexler (LG Telis Finanz Regensburg) und Linda Meier liefen im Sog von Domenika Meyer nah an die U20-WM-Norm über 5.000 Meter von 16:30,00 Minuten heran. Nach 2.000 Metern deuteten die Zwischenzeiten auf eine Endzeit um 17 Minuten herum hin. Der dritte Tausender war sogar etwas zu langsam. Dann nahm der Dreierzug richtig Fahrt auf. Mit 3:10 Minuten auf den letzten tausend Metern stürmten Linda Meier und Franziska Drexler zu Topzeiten, setzen sich auf Platz zwei und drei der deutschen U20-Bestenliste. Linda Meier spurtete auf den letzten hundert Metern um acht Zehntel an Franziska Drexler vorbei. 32 Jahre war der Niederbayerische U20-Rekord im Besitz von Petra Krodinger (TV Freyung, 17:05,66 min). Linda Meier pulverisierte ihn um 25 Sekunden.

Qualifikations-Rennen für die WM in Pliezhausen

Am 7. Mai finden in Pliezhausen die Deutschen Langstrecken-Meisterschaften statt, das wichtigste Ausscheidungsrennen für die U20-Weltmeisterschaften in Cali (Kolumbien) vom 1. bis 6. August. Die beiden Erstplatzierten, die zugleich die WM-Norm erfüllen, nominiert der DLV vorrangig für die WM. Die achtzehnjährige Linda Meier wird ihre Chance dort suchen. Der Rest des Feldes hatte in Regensburg trotz sieben Qualifikationen für die DM mit dem Ausgang des Rennens an der Spitze nichts zu tun. Julia Rath (LAC Quelle Fürth) belegte in 17:44,57 Minuten Rang drei.

Maximilian Spielbauer mit Leistungssprung

Ein klasse Leistungssprung über 5.000 Meter gelang dem sechzehnjährigen **Maximilian Spielbauer**. Er lief in 16:16,82 Minuten auf Rang fünf in der U20. Hinter dem Sieger Paul Fecher (LG Landkreis Aschaffenburg, 15:54,01 min) hatte sich mit Maximilian Spielbauer, Alexander Kaempf (LG Stadtwerke München), Moritz Freyer (SC Ainring), Lennart Rössler (VfL Sportfreunde Bad Neustadt) und Ilias Boukechab (LAC Quelle Fürth) eine fünfköpfige Verfolgergruppe gebildet. Sie blieb bis eine Runde vor Schluss eng zusammen und kam innerhalb von acht Sekunden in das Ziel. Erst auf den letzten 150 Metern musste Maximilian Spielbauer beim Kampf um Bronze abreißen lassen.

31.03.2022: LAC Passau erhält den BayernSTAR 2021

Bundesstützpunktleiter Michael Wilms besucht den Landesstützpunkt Passau

Jedes Jahr zeichnet der Bayerische Leichtathletik-Verband seine Athletinnen und Athleten für herausragende Leistungen bei internationalen und nationalen Meisterschaften, aber auch herausragende Trainer und Vereine mit dem BayernSTAR aus. Die letzte Ehrungsgala fand 2019 in der Passauer Redoute statt. 2020 und 2021 fiel sie der Corona-Pandemie zum Opfer. Zwei Anläufe nahm der BLV für eine persönliche und feierliche Ehrung der Jahre 2020 und 2021 im November 2021 und Anfang März 2022 im Historischen Rathaussaal von Nürnberg. Die hohen Inzidenzwerte ließen dies jedoch nicht zu.

BayernStARS per Post für neun Athletinnen und Athleten sowie Trainer

Die Leichtathletik-Asse des LAC Passau erhielten ihren BayernSTAR, einen bayerischen Porzellanlöwen, mit der Post. Für 2020 waren dies Weitspringer Maximilian Entholzner und die Langstreckenläufer Paul Feuerer, Felix Adler, Lorenz Adler und Maximilian Feuerer. Bayern STARS 2021 waren erneut Maximilian Entholzner sowie Sprinterin Annika Just und Langstreckenläuferin Linda Meier. Auch die verantwortlichen Trainer Tobias Brilka und Klaus Hammer-Behringer erhielten den Porzellanlöwen.

BayernSTAR in der Kategorie „Nachwuchsarbeit"

Besondere Freude löste beim Vorstand und den Trainern des LAC Passau die Vergabe des BayernSTAR 2021 in der Kategorie „Nachwuchsarbeit" nach Passau aus. Der BLV honorierte damit die ausgezeichneten Leistungen und Medaillenerfolge des LAC Passau bei den Deutschen U16- und U18-Meisterschaften 2021 in Hannover und Rostock. Der LAC Passau erhielt seine Auszeichnung in Form eines Schildes und einer Urkunde. Er stellt fünf Nationalkaderathletinnen und -athleten im Nachwuchsbereich, zudem Maximilian Entholzner im Perspektivkader. Sechs weitere Nachwuchsathletinnen und -athleten gehören dem Bayernkader an. Last but not least nimmt der LAC Passau im nationalen Vereinsranking als drittbester bayerischer Verein den 21. Platz ein.

Michael Wilms im Leichtathletikmodul der Passauer Mehrfachhalle

Von der hervorragenden Nachwuchsarbeit am Landesstützpunkt Passau und beim LAC Passau überzeugte sich letzte Woche Michael Wilms vor Ort persönlich. Selbst ein erfolgreicher Hindernisläufer bei der LG Stadtwerke München und der LG Olympia Dortmund war der Sportwissenschaftler viele Jahre verantwortlicher Redakteur der Fachzeitschrift „Leichtathletiktraining". Seit dem 1. Juli 2021 bekleidet er die Funktion des Bundesstützpunktleiters in München. Im Leichtathletikmodul der Passauer Mehrfachhalle tauschte er sich mit den LAC-Vorständen Ralf Knettel-Adler, Sara Just und Klaus Hammer-Behringer, Landesstützpunktleiter Roland Fleischmann, BLV-Stützpunkttrainer Tobias Brilka und dem BLV-Vizepräsidenten Gerhard Waschler über das Erfolgsgeheimnis des LAC Passau aus.

03.04.2022: Werfertag in Schweinfurt

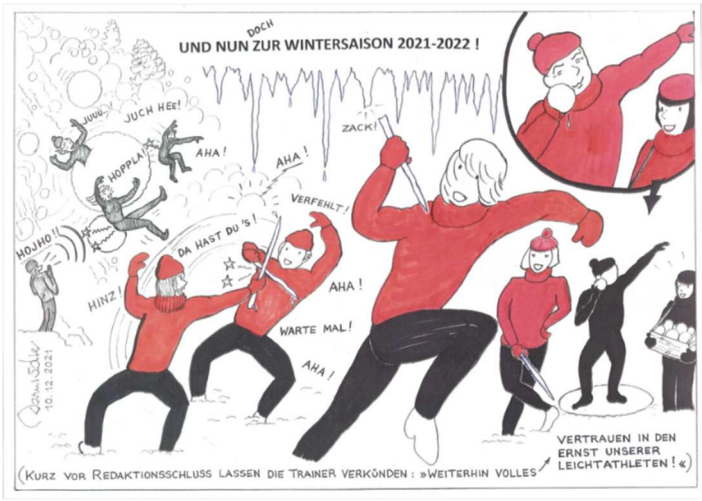
René Hamberger bester Werfer mit zwei Meetingrekorden

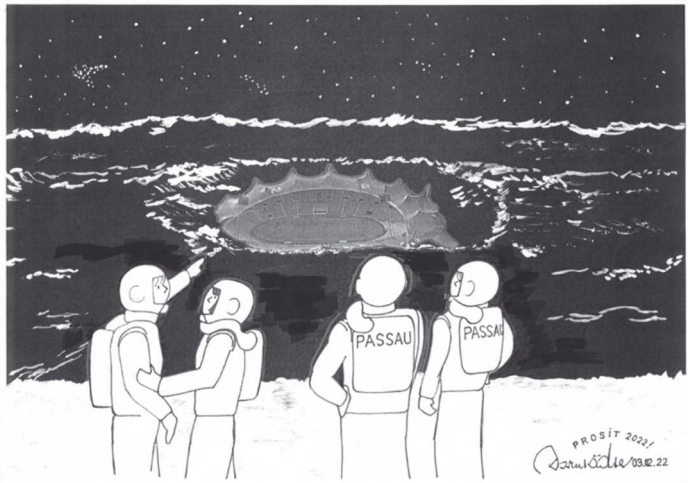
Weder Temperaturen um die drei Grad noch eine zuvor drei Wochen andauernde Corona- Erkrankung konnten René Hamberger beim Werfertag in Schweinfurt bremsen. Auf dem Gelände des TV Jahn sorgte er mit Kugel und Diskus für die besten Leistungen des Tages. Am Morgen hatte er noch Schnee geschaufelt. Am Nachmittag stieß er die 7,26 Kilogramm schwere Kugel viermal über 15 Meter. Der weiteste Stoß gelang dem Bayerischen Hallen-Vizemeister im zweiten Versuch mit 15,66 Metern. Eine zähe Angelegenheit war für ihn der Diskuswurf. Dreimal knapp über 45 Meter, einmal knapp darunter. So richtig erwischte der LAC-Werfer keinen seiner sechs Versuche. Auch mit der Zwei-Kilo-Scheibe erzielte er die beste Weite im zweiten Versuch mit 45,84 Metern. Sowohl mit der Kugel als auch mit dem Diskus übertraf René Hamberger die bisherigen Meetingrekorde.

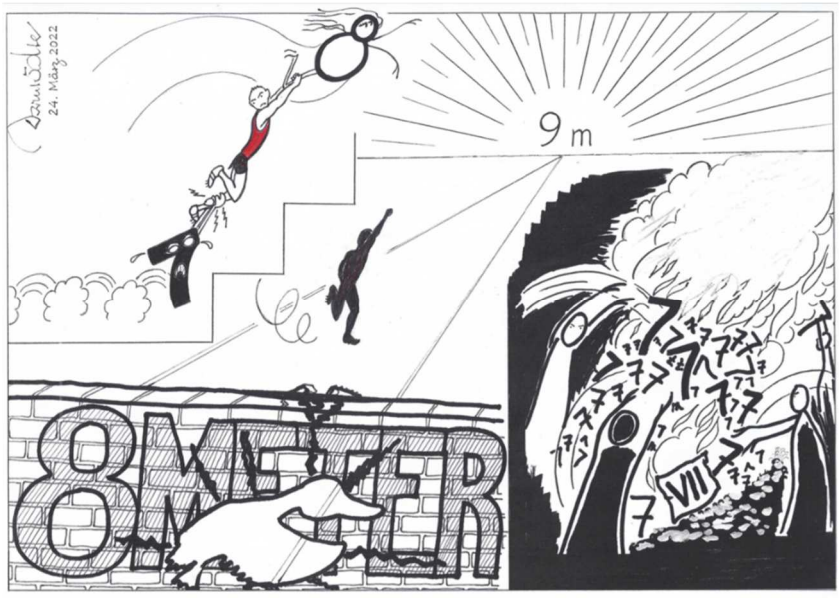
Unsere Sponsoren

Zu guter Letzt…

Auch 2022 hat uns Claude Darmstädter mit Karikaturen über die Leichtathleten des LAC Passau versorgt. Herzlichen Dank dafür.







TRAININGSZEITEN

Wann?	Zeit	Wo?	Was? Für wen?	Übungsleiter
Montag	17:00 - 19:30	Stadion – Kraftraum	Krafttraining ab 14 Jahren	Albert Leidl
	18:00 - 19:00	Treffpunkt **Winter:** Parkplatz Am Döbl-Dobl **Sommer:** Trimm-Dich-Pfad Neuburger Wald (beim Johannes)	Lauftreff (Freizeitsport, auch für Nichtmitglieder)	Eva Hansel
Dienstag	16:00 - 18:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 12 Jahren	Roland Fleischmann – Werner Brattinger
	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Tobias Brilka
	15:15 - 17:00	Kraftraum Stadion	Senioren-Wettkampfsport	Wolf-Dieter Fussan
	16:15 - 17:15	Haidenhof, Halle bzw. Freigelände	Eltern-Kind-Gruppe	Andrea Fleischmann – Tina Fuchs
Mittwoch	09:00 - 11:00	Kraftraum Stadion	Fitnesstraining für Frauen (Freizeitsport)	Christl Leidl
	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: MFH + LM	ab 12 Jahren – Lauftraining	Klaus Hammer-Behringer
	17:00 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: MFH + LM	ab 12 Jahren – Grundlagentraining	Albert Leidl – Bernhard Schneider – Benjamin Haizinger
Donnerstag	16:30 - 17:45	DTH, April – September: Stadion	4 – 6 Jahre	Franca Behringer – Susanne Bründl – Julia Hofer – Lorenz Adler – Felix Adler
	16:30 - 17:45	DTH, April – September: Stadion	6 – 9 Jahre	
	15:15 - 17:00	Kraftraum Stadion	Senioren-Wettkampfsport	Wolf-Dieter Fussan
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Wurftraining ab 14 Jahren	Albert Leidl
	18:00 - 20:00	Stadion bzw. Oktober – März: DTH + LM	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahren	Tobias Brilka – Roland Fleischmann
	19:00 - 21:15	Haidenhof, Halle	Volleyball (Freizeitsport)	Eva Hansel – Rainer Koch
Freitag	17:15 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: ASG obere TH	9 – 12 Jahre	Vincent Just
	17:15 - 19:00	Stadion bzw. Oktober – März: ASG untere TH	12 – 16 Jahre	Sara Just
Samstag	nach Vereinbarung	Stadion	Sprinttraining/Tempoläufe	Sara Just –Tobias Brilka
	10:00 – 12:00	Stadion bzw. Okt – März Ingling	Lauftraining ab 12 Jahren	Klaus Hammer-Behringer

DTH = alte Dreifachturnhalle MFH = neue Mehrfachhalle LM = Laufmodul

---

Ansprechpartner beim LAC Passau:

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

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