

Liebe Freundinnen und Freunde des Laufteam Kassel,
nachfolgend einige kurze Infos aus dem Laufteam. Die Entwicklung im Rahmen der Pandemie gehen weiter.
Bleibt gesund und haltet Abstand. Weiterhin viel Spaß beim Lesen.

Track Meeting in Sonsbeck

Vor der Deutschen Leichtathletik Meisterschaft in Braunschweig am 8/9. August entwickelt sich langsam eine Wettkampfsituation. In Sonsbeck fand am Sonntag das erste Leichtathletik Meeting in NRW statt. Dabei mussten erheblichen Einschränkungen der Abstandsregelungen und den Hygienevorschriften des Landes NRW eingehalten werden.

Nach einer intensiven Trainingsphase stellten sich nun drei Aktive des Laufteam Kassel dem Starter. Im letzten Jahr überraschte der 16-Jährige Moritz Kleesiek mit dem vierten Platz bei den Süddeutschen Meisterschaften, als er mit 9:37 Minuten eine persönliche Bestleistung aufstellte. Diesmal stellte er bereits nach dem ersten Kilometer nach 3:03 Minuten die Zeichen auf eine neue Bestmarke. Nach 6:10 Minuten passierte er die zwei Kilometer-Marke. Die hohe Geschwindigkeit konnte er bis zum Schluss nicht ganz durchstehen. Steigerte aber dann seine Vorjahresleistung um zehn Sekunden und beendete als Sieger der MJU 17 in 9:27,21 Minuten das Rennen.

Im A-Lauf bestimmten zunächst die beiden Laufteam Athleten Maurice Herwig und Philipp Stuckhardt das renngeschehen. Triathlet Herbig passierte die Kilometer-Marke nach 2:50 Minuten als Führender und wurde dann von seinem Teamkameraden Philipp Stuckhardt, der das Tempo weiterhin hochhielt und nach 5:41 Minuten die Zwei-Kilometer-Marke passierte, abgelöst. In einem harten Endkampf setzte sich dann der Dortmunder Clemens Erdmann in 8:29 Minuten als Sieger vor seinem Vereinskameraden Max Nores, der 8:33 Minuten benötigte durch. Dann bereits auf Platz 3 Philipp Stuckhardt, der seine persönliche Bestmarke um fünf Sekunden auf 8:36,77 Minuten verbesserte. Diplom-Landwirt Stuckhardt verpflegte noch kurz vor Rennbeginn seine Schafherde und zeigte sich im Ziel besonders erfreut und erklärte: „Damit habe ich heute nicht gerechnet. Nach der längeren Wettkampfpause durch die Pandemie lief es bereits sehr erfreulich. Ich hoffe auf weitere Startmöglichkeiten und Leistungsentwicklung. Leider kommen die Deutschen Meisterschaften noch zu früh“. In seinem ersten 3.000 Meter-Lauf beeindruckte Maurice Herwig als fünfter nach 8:48,72 Minuten, wobei er gleich drei Mitglieder der LG Olympia Dortmund distanzieren konnte. Alle drei Athleten waren über ihre persönliche Bestleistung sehr erfreut. Stuckhardt und Kleesiek werden nun am Samstag in Wolfhagen einen Versuch über die 5.000 Meter unternehmen, während Herwig am Sonntag zu einem Test der Triathlon Bundesliga nach Griesheim eingeladen ist.



Erste Langstrecken-Ergebnisse der HLV Lauf/Gehen Nachwuchs-Challenge

Die dritte Woche ist vorbei und es gibt eine erste Rangliste Langstrecke!

Um auf die zukünftigen Wettkämpfe und Meisterschaften vorzubereiten, veranstaltet der HLV eine Lauf/Gehen Nachwuchs-Challenge. Die Challenge soll dazu dienen, Nachwuchssportler eine Möglichkeit zu bieten, wettkampfnahen Disziplinen zu absolvieren und den Heimtrainern und dem Landestrainer einen Überblick über den momentanen Leistungszustand zu verschaffen. In dieser Saison wird es nicht für jeden einen Saisonhöhepunkt in Form von DM oder HM geben, daher möchte der HLV ein „Highlight“ für die Athleten*innen ermöglichen. Durch die Challenge besteht zudem die Möglichkeit sich für den Landeskader zu empfehlen. Einziger Wermutstropfen: Die Ergebnisse sind nicht bestlistenfähig.

Ein erster Zwischenstand mit den Ergebnissen unserer Teilnehmer

Gesamtwertung

Jugend MJU 18

3.	Moritz Kleesiek	Laufteam Kassel	04	800m (2:05,1) +	641 +	641
----	-----------------	-----------------	----	-----------------	-------	-----

Jugend MJU 16

13.	Aaron Hermenau	Laufteam Kassel	06	600m (2:34,6) +	148 +	148
-----	----------------	-----------------	----	-----------------	-------	-----

18.	Moritz Lesser	Laufteam Kassel	05	800m (2:44,9) +	57 +	57
-----	---------------	-----------------	----	-----------------	------	----

Jugend WJU 16

15.	Cecilie Löber	Laufteam Kassel	6	800m (2:46,5) +	479 +	479
-----	---------------	-----------------	---	-----------------	-------	-----

Jugend MJU 14

7.	Mats Langenkamp	Laufteam Kassel	7	800m (2:38,6) +	108 +	108
----	-----------------	-----------------	---	-----------------	-------	-----

Langstrecke

2000 Meter

Aaron Hermenau	Laufteam Kassel	06	7:06,4 (225)
----------------	-----------------	----	--------------

3000 Meter

Moritz Kleesiek	Laufteam Kassel	04	9:27,72 (604)
-----------------	-----------------	----	---------------

Mittelstrecke

800 Meter

Moritz Kleesiek	Laufteam Kassel	04	2:05,1 (641)
-----------------	-----------------	----	--------------

Aaron Hermenau	Laufteam Kassel	06	2:34,6 (148)
----------------	-----------------	----	--------------

Mats Langenkamp	Laufteam Kassel	07	2:38,6 (108)
-----------------	-----------------	----	--------------

Moritz Lesser	Laufteam Kassel	05	2:44,9 (57)
---------------	-----------------	----	-------------

Cecilie Löber	Laufteam Kassel	06	2:46,5 (479)
---------------	-----------------	----	--------------

Midsummer run-Gewinner freuen sich über Preise

Es war eine gelungene Premiere für den Virtual Midsummer run, den der EAM Kassel Marathon und das Laufteam Kassel am längsten Wochenende des Jahres Mitte Juni veranstaltet hatten. Und mit ein bisschen Abstand - passend zu diesen Zeiten - gab es jetzt für einige der über 780 Teilnehmer noch einen schönen Nachhall.

Denn unter allen Startern waren ein Hauptgewinn und zehn Überraschungspakete von Marathon-Titelsponsor EAM verlost worden. Laufteam-Top-Star Melat Yisak Kejeta hatte

Glücksfee gespielt und die Gewinner gezogen. Diese erhielten die Preise nun. Und erzählten dabei so einiges aus ihrem Läuferleben.

Auch die anderen Gewinner, die nicht an der Übergabe teilnehmen konnten, sind passionierte und ambitionierte Läuferinnen und Läufer.

Allen voran Sandra Morchner (49), die "Altersklassenkönigin" vom Laufteam Kassel. Sie hatte für den sportlichen Paukenschlag beim Virtual Midsummer run gesorgt und schon gleich um 6 Uhr morgens zum Start in den Sommer auf Sylt 10 km in neuer persönlicher Bestzeit von 34:30 Minuten absolviert. Die vierfache Deutsche W45-Rekordhalterin und fünffache Deutsche W45-Meisterin 2019 trainiert auch ohne die Möglichkeit von Wettbewerben weiterhin intensiv und hofft, im kommenden Jahr wieder angreifen zu können.

Freier Startplatz 2021 als Motivation

Natürlich haben alle Verlosungs-Gewinner auch versprochen, beim Virtual worldwide EAM Kassel Marathon am 19. und 20. September an den Start zu gehen, der anstelle des "normalen" EAM Kassel Marathon rückt.

Um aber noch weiter zu motivieren, legte Marathon-Veranstalter Winfried Aufenanger zu den überreichten Preisen noch eine weitere Überraschung dazu. Alle Gewinner erhielten einen freien Startplatz für die Strecke ihrer Wahl für den EAM Kassel Marathon 2021 (17. bis 19. September)!

Neues Trainingsangebot

Jeden Mittwoch ab 18:00 Uhr haben wir nun im Auestadion eine Trainingszeit, die insbesondere für unsere Senioren ab 60 Jahren geeignet ist. Wolfgang Betzin leitet das Training und Leonardo Ortolano bietet in diesem Rahmen ein Athletiktraining (Stabilisation und Motorik) an. Auch jüngere Athleten können daran teilnehmen.

Training Hessenschanze

Das Training ist gleichzeitig als Laufftreff konzipiert. Samstags um 16:00 Uhr haben zuletzt um die 20 Mitglieder aus allen Leistungsbereichen teilgenommen. Alle sind herzlich eingeladen.

Trainingszeiten

Wichtig: Für die Leistungsentwicklung haben wir das Training am Dienstag von 18.30 bis 20.00 Uhr und Donnerstag von 17.00 bis 20.00 Uhr und am Samstag, gleichzeitig als Laufftreff. Walking-Training am Auestadion vor dem Sportinstitut immer montags um 17.30 Uhr.

Bleibt vor allem gesund.

Mit laufendem Gruß
Winfried