

Senioren Newsletter

Juli 2012

Friso Alberts Tammena absolvierte erfolgreich seinen zweiten Triathlon.

Im Rahmen einer groß angelegten Jubiläumsveranstaltung zum vierzigjährigen Bestehen, trafen sich eine Vielzahl nicht namenhafter Athleten im Niemandsland zwischen Wirdum und Loppersum.

Ausgeschrieben war neben einem Tanzmarathon auch ein Triathlon, den unserer, nun doch in die Jahre gekommener Sportkamerad Friso souverän in Bestzeit absolvierte.

Aufwärmen



Wettkampf



Gratulation neuer Vereinsrekord.



Nachtrag zu alten Meisterschaften.

Bericht hat die Druckerpresse des OK leider nie erreicht!

Norddeutsche Seniorenmeisterschaften in Delmenhorst

Aus 8 Landesverbänden trafen sich Leichtathleten in den Altersklassen von 30 bis über 85 Jahren um ihre Meister in Delmenhorst zu ermitteln. Hatten die Veranstalter und Aktiven am Samstag noch Glück mit dem Wetter so stellte sich doch am Sonntag der eine oder andere die Frage ob man nicht bei den Schwimmer gelandet wäre und ob der 200 m Sprint auch für die Kategorie Schwimmen beim Sportabzeichen gewertet würde.

Doch vielleicht ist es gerade der Erfahrung und der Gelassenheit der Senioren zuzuschreiben, dass trotz der schwierigen Bedingungen hervorragende Leistungen erzielt wurden und die Stimmung ausnahmslos positiv war. Und nicht nur die ostfriesischen Teilnehmer waren begeistert und beeindruckt als der älteste Teilnehmer von der LG Altmark Jahrgang 1923 den 100 m Sprint absolvierte.

Neben einigen ostfriesischen Teilnehmern vom TV Norden und dem MTV Aurich waren mit Elke Georgs und Grit Endrulat auch zwei Athleten aus Wirdum am Start.

Erstmals bei einer Veranstaltung auf diesem Niveau, startete Elke Georgs etwas nervös in den Kugelstoßwettbewerb und war am Ende mit erzielten 7,93 m sichtlich unzufrieden. Doch beim anschließenden Hammerwurf konnte sie sich deutlich steigern.

Auch wenn im technischen Ablauf, nach nur wenig Trainingswürfen in diesem Jahr, noch nicht alles perfekt lief, konnte sie mit 30,01 m zum zweiten Mal in ihrer Karriere einen Wurf über die 30 m Marke erzielen und auch die weiteren Versuche mit 29,96 und 28,79 überzeugten. Am Ende erreichte sie den 4. Platz und übernahm in der niedersächsischen Bestenliste die Führung in dieser Disziplin.

Grit Endrulat startete nach einer langen Verletzungspause erstmals auf den Sprintstrecken und im Weitsprung. Auch ihr war die Nervosität vor dem 100 m Start deutlich anzumerken, doch nach einem hervorragenden Start reichte es am Ende mit 14,88 zu einem neuen Vereinsrekord. Bei böigen Winden hatte sie im Weitsprung anschließend jedoch große Probleme mit dem Anlauf, so dass sie mit erzielten 4,19 m doch hinter den eigenen Erwartungen etwas zurück blieb. Ein knapp übergetretener Versuch jenseits der 4,60 m machen jedoch Hoffnung auf die nächsten Wettkämpfe.

Der 2. Tag mit den 200 m entschädigte dann jedoch. 10 Athletinnen der Altersklassen W35 bis W45 traten trotz der schwierigen Wetterbedingungen an. Für die Wirdumerin war eine Zeit um die 31 sek das Ziel und als die Uhr am Ende bei 30,68 und dem 3. Platz stehen blieb

war die Freude groß. Das diese Zeit gleichzeitig auch einen neuen Vereinsrekord darstellt ging dann fast unter. Die Wirdumer Senioren scheinen für die anstehenden Mehrkämpfe gut vorbereitet.



Vereinsrekorde purzeln

05.07.12

Zahlreiche neue Vereinsrekorde und persönliche Bestleistungen erzielten die Senioren beim Werfermehrkampf in Marienhäfe.

Allen voran natürlich Johann und Helmi. Doch nicht nur neue Altersklassen haben ihren Vorteil. Helmi lag sowohl mit Kugel, Hammer als auch Diskus, trotz wenig Training, nah an ihren Bestleistungen.

Besonders Elke konnte sich einmal mehr in Szene setzen. Sie steigerte ihre Gesamtpunktzahl um 120 Punkte auf 2601. Dabei erzielte sie auch einen neuen Vereinsrekord im Hammerwurf mit 30,74 m und festigte damit ihre Führung in der niedersächsischen Bestenliste.

Überzeugend auch die Leistungen von Friso mit persönlichen Rekorden im Diskus, Hammer, Kugel und Gewicht (24,84-20,62-8,23-8,07) und von Jürgen der seine Punktzahl des Vorjahre um 150 Punkte verbesserte und mit 1977 nur knapp an der 2000 Marke scheiterte. Heino ärgerte sich zwar über den Diskus überzeugte aber mit der Kugel. Sehr gut auch die Leistung von Michael Berndt TV Norden mit 2145 und Hans Jürgen Kolbow mit 2423 für Eberhard (beide MTV) war nach drei ungültigen Hammerwürfen der Wettkampf gelaufen. Anke und Claudia bei ihren ersten Werfermehrkampf blieben im Bereich ihrer in diesem Jahr bereits erzielten Weiten. Frank und Madlen erreichten ähnliche Punktzahlen wie im Vorjahr.

Und noch ein Nachtrag

Ossilooop 2012 hat wieder richtig Spass gemacht

Mit großer Gruppe und viel Unterstützung waren wieder einige von uns beim Ossilooop beteiligt. Einige mit mehr Ehrgeiz (moin Friso) einige mit gebremsten Ehrgeiz (hallo Martin) und einige nur mit Spaß am Durchkommen (Tach Rest)



Dazu liefen noch Heide (schade um die letzte Etappe) und Lena Sinning. Hinni hatte Pech mit einer Verletzung. War aber wie auch Grit, Jürgen, Elke und Poppe tolle Unterstützung. Vielen Dank dafür.

