

ZuS

Zentimeter und Sekunden

1/2025

Zeitschrift der TSG Grünstadt - Abteilung Leichtathletik



Kleinniedesheimer Double Teil 1 + 2

Bestenliste Leichtathletik Lauf

Stadtsporplakette Robert + Paul

IN DIESER AUSGABE

Inhaltsverzeichnis

Impressum	2
Info-Ecke	3
Trainingszeiten	4
Laufergebnisse	6
Wettkampfergebnisse	6
Bestenliste Leichtathletik Lauf	28
Was, Wo, Wie	34
Förderverein	40
Fortsetzung Wettkampfergebnisse	41

Impressum

Herausgeber: Leichtathletik-Abteilung TSG 1861 e. V. Grünstadt
Asselheimer Straße 19, 67269 Grünstadt

Jahrgang 37 Heft-Nr. 1, Juli 2025

Redaktion: Ernst Dopp
Oberer Graben 15
67278 Bockenheim

Anzeigenverwaltung: Ernst Dopp

Titelseite: Gerd Turznik

Wettkampfergebnisse und weitere Berichte Rainer Drechsler

Erscheinungsweise: 1 bis 3x jährlich

Die Abteilungszeitschrift wird elektronisch den Mitgliedern zur Verfügung gestellt

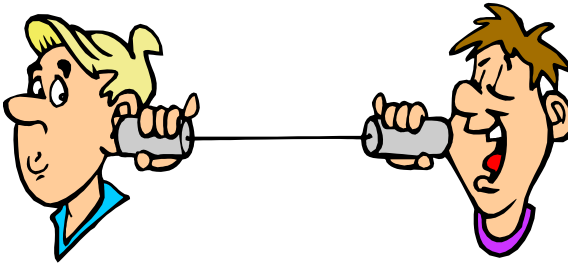
Bankverbindung: Sparkasse Rhein-Haardt

IBAN: DE39 5465 1240 0110 1856 00

SWIFT-BIC: MALADE51DKH

Verleihung der Stadtsportplaketten:
Bürgermeister Klaus Wagner, 3. von links Robert Votteler,
rechts außen Paul Kronemayer

INFO-ECKE



TSG Vorsitzende
TSG Geschäftszimmer

Hatun Joseph 06359 960 9963
Hildrud Scholl 06359 84433
E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-gruenstadt.de

Abteilungsvorstand:

Abteilungsleiter
Stv. Abteilungsleiter
Kassenwartin

Ernst Dopp 06359 40356
Winfried Stöckl 06359 86336
Ute Turznik 06359 85570

Volkslaufwart
Zeugwart
Pressewart
Beisitzer

Harry Brand 06359 960191
Winfried Stöckl 06359 86336
Rainer Drechsler 06353 93115
Robert Votteler 0173 6319886

Übungsleiter Leichtathletik:

Rainer Drechsler 06353 93115
Ute Turznik 06359 85570
Angela Petersen 06359 85246
Karin Mucha-Rybinski 06356 919183
Yvonne Ruckert 0177 5252185

TRAININGSZEITEN

Kinderleichtathletik

Tag: **Montag**

Uhrzeit: 17:00-18:30

Jahrgang: 2016 und jünger

Übungsleiter/innen: Ute Turznik, Angela Petersen, Max Rompf

Wo: Rudolf-Harbig-Stadion, im Sommer

Tag: **Donnerstag**

Uhrzeit: 17:00-18:30

Jahrgang: 2014 bis 2016

Übungsleiterinnen: Ute Turznik, Angela Petersen

Wo: Rudolf-Harbig-Stadion, im Sommer

Breitensport

Tag: **Montag**

Uhrzeit: 18:30-20:00

Jahrgang: 2013 und älter

Übungsleiterin: Karin Mucha-Rybinski

Wo: Sporthalle Leininger Gymnasium, ganzjährig

Wettkampfsport

Diverse Termine

Ab 12 Jahre

Übungsleiter: Rainer Drechsler

Wo: Rudolf-Harbig-Stadion im Sommer

Bei Interesse Kontakt mit Rainer aufnehmen

Wettkampfsport

Tag: **Freitag**

Uhrzeit: 15:15-16:45

Alter: nur 12 und 13 Jahre

Übungsleiter: Yvonne Ruckert

Wo: Rudolf-Harbig-Stadion, im Sommer

Lauftreff

Tag: **Dienstag**

Uhrzeit: nach telefonischer Absprache

Übungsleiter: Harry Brand

Wo: Parkplatz Stadtpark

Bei Interesse Kontakt mit Harry aufnehmen

Sportabzeichen

Tag: **Donnerstag**

Uhrzeit: ab 18:30

Alter: ab 6 Jahre

Übungsleiter: Gerd Turznik

Wo: Rudolf-Harbig-Stadion

Die Saison läuft bis Ende September 2025, auch während der Sommerferien.

LAUFERGEBNISSE

Rheinzabern 10 km 15.12.24
Teilnehmer: 1334
68. Bernd Zoels 52:15 M-55
15. Rüdiger Stüber 53:19 M-60
13. Gerd Renner 58:17 M-70

Kandel Halbmarath. 9.03.25
Teilnehmer: 1548
5. Harry Brand 1:44:38 M-60

Eisenberg 10 km 22.03.25
Teilnehmer: 182

2. Timo Rokitta 40:24 M-50
1. Harry Brand 44:47 M-60

Sandhofen 10 km 27.03.25
Teilnehmer: 431
8. Rüdiger Stüber 54:10 M-60
39. Bernd Zoels 55:24 M-50
6. Gerd Renner 1:07:03 M-70

Pfalztrail 11,7 km 4.05.25
Teilnehmer: 10
1. Harry Brand 59:55 M-60



Von links;
Bernd, Rüdiger und
Gerd

WETTKAMPFERGEBNISSE

Gelungenes Come Back der Langzeitverletzten

Ludwigshafen, 8.12.2024

Beim sehr gut besuchten Hallensportfest in Ludwigshafen meldeten sich 2 Langzeitverletzte eindrucksvoll zurück. Einige der Nachwuchssportler machten den

ersten Schritt von der Kinderleichtathletik zur Wettkampfleichtathletik, wurden deshalb eine Altersklasse hochgemeldet. Letztmals war **Theo Ruckert** im

Januar am Start, bevor starke Wachstumsbeschwerden den Sport für ihn unmöglich machten. Jetzt ist er wieder stabil und stieg nach kurzem Trainingsaufbau mit 3 Bestleistungen und 2 Siegen wieder ins Wettkampfgeschehen ein. Die Siege erzielte der 13-jährig beim Hochsprung mit 1,40 m und beim Kugelstoßen mit 9,91 m, beim Weitsprung reichte es mit 4,72 m zum 3. Platz.

Ein Sehnenriss im Mai bedeutete für **Sarah Jalloh** das frühe Saisonende. Nach langem Trainingsaufbau wurde sie mit Winterbeginn wieder voll belastbar und stieg mit vielversprechenden Leistungen in die Hallensaison ein. Im 60 m-Vorlauf verfehlte sie mit 8,18 sek nur um 0,1 sek ihre Bestleistung, wurde im End-



lauf 4. Beim Weitsprung flog sie auf 5,24 m, wurde Zweite. Nur kleine technische Fehler verhinderten noch weitere Flüge.

Ansprechend die Leistung von **Clara Scholl**. Auch die 15-Jährige war in den letzten Wochen durch eine leichte Verletzung ausgebremst, wurde dennoch beim Weitsprung 3. mit 4,58 m und im 60 m-Endlauf 5. mit 8,94 sek (Vorlauf 8,73 sek.)

Die meisten Konkurrentinnen hatten die Mädchen der W-12, 56 Teilnehmerinnen gingen in dieser Altersklasse an den Start. **Ella Hall** glänzte mit starken Plazierungen, 4. beim Weitsprung mit 4,30 m und 8. über 60 m in 9,18 sek. **Lina Olivan** belegte Platz 7 mit der 3-Kg-Kugel.

Die 11-jährigen, die neu zur Jugendtrainingsgruppe stießen, sollten in erster Linie Erfahrung sammeln und wurden deshalb zur W-12 hochgemeldet. Sie erfreuten mit guten Einzelergebnissen und konnten bei den um ein Jahr älteren Konkurrentinnen gut mitmischen.

Leni Venus wurde 4. beim Hochsprung mit 1,20 m und lief über 60 m gute 9,37 sek.

Jula Bechert qualifizierte sich beim Kugelstoßen für den Endkampf, wurde 8. mit 5,90 m. **Anna Schäfer** steigerte sich beim Weitsprung auf 3,64 m und **Mira Thiele** lief über 800 m in 3:18,15 min auf dem 5. Platz über die Ziellinie.

Theo Ruckert

Tag der Bestleistungen

Ludwigshafen, 11.01 und 12.01.2025

Die Pfalzmeisterschaften wurden für die Grünstadter Nachwuchssportler zum Festival der persönlichen Bestleistungen. Zwei Pfalzmeistertitel gab es obendrein zu feiern.

Mit einem kleinen Aufgebot nahmen die TSG' Sportler an den Meisterschaften teil. **Sarah Jalloh** konzentrierte sich auf die Sprungdisziplinen, wobei sie am 1. Wettkampftag beim Weitsprung der Frauen nicht besonders zurechtkam. 4,96 m, 3. Platz, ein eher unbefriedigendes Ergebnis.

Am 2. Wettkampftag trat sie zum ersten Mal bei einem Dreisprungwettbewerb an und konnte ihn mit 9,00 m bei den U-20-Mädchen gewinnen.

Dafür wurden die beiden startenden Jungs, **Carlo Deuker und Theo Ruckert** für ihr intensives Training in den Weihnachtsferien belohnt, überraschten mit teilweise tollen Leistungssteigerungen.

Carlo, M-15, setzte mit seinem tollen Lauf über 60 m-Hürden

selbst seinen Trainer in Erstaunen, starke 9,35 sek bedeuteten Platz 2 und eine Verbesserung von über einer Sekunde. Auch über 60 m ließ er nichts anbrennen, lief bereits im Vorlauf mit 8,08 sek Bestzeit und konnte diese im Endlauf nochmals auf 8,00 sek steigern, fast eine halbe Sekunde schneller als bei seinem bisher besten Lauf. Dies reichte zum Platz 4 im Endlauf. 1,48 m beim Hochsprung bedeuteten die nächste neue Bestleistung, bei seinem 4. Platz steigerte er sich um 10 cm.

Theo, M-14, schaffte übergangslos die Umstellung von der 3-kg-Kugel auf die 4-Kg-Kugel. Mit großem Vorsprung gewann er den Pfalzmeistertitel, kam mit 9,41 m fast an seine Bestleistung mit der 3-kg-Kugel heran.

Bestleistung auch beim Hochsprung, mit 1,45 m belegte **Theo** den 2. Platz. Und einen 4. Platz gab es beim Weitsprung obendrauf, dafür reichten bei 15 Teilnehmern 4,59 m.

**DER
RAD
LADEN**



DRAHTESEL

tel. 0 63 59 - 8 12 50
www.drahtesel.com

**Kirchheimer Str. 50
67269 Grünstadt**

Ihr Fahrrad Spezialist in Grünstadt



CUBE STEYER HAIBIKE NEMORA VICTORIA

**MTB Rennrad Trekkingrad Crossrad
Cityrad Kinderrad Elektrorad**

Bestleistungen mit Medaillen belohnt

Ludwigshafen, 19.01.2025

Das kleine Grünstadter Team begeisterte bei den Rheinland-Pfalzmeisterschaften mit starken Platzierungen und vielen Bestleistungen. **Sarah Jalloh, Carlo Deuker und Theo Ruckert** brachten das Kunststück fertig, sich in allen teilgenommenen Disziplinen für die Endkämpfe bzw. -läufe zu qualifizieren. Ein 2. Platz, ein 3. Platz und zwei 4. Plätze waren die Top-Platzierungen.

Sarah Jalloh hat Spaß an ihrer neuen Disziplin, dem Dreisprung, gefunden. Um über einen halben Meter sprang sie weiter als noch vor einer Woche bei den Pfalzmeisterschaften und freute sich über gute 9,68 m und dem 2. Platz, der Silber-Medaille.

Carlo Deuker zeigte beeindruckende Kraft-Ausdauerfähigkeiten. Geplant waren ein 60 m-Hürden-Vorlauf und ein 60 m-Lauf. Er qualifizierte sich jeweils für den Endlauf, es wurden statt 2 Starts dann 4 Starts in 5 Stunden mit dem je-

weiligen Aufwärmprogramm.

Und **Carlo** brachte es auch noch fertig, die Endläufe mit persönlichen Bestleistungen zu beenden. Beim 60m-Hürden-Vorlauf lief **Carlo** noch 9,40 sek, war mit seiner Technik nicht ganz zufrieden. Im Endlauf lief es runder und **Carlo** stürmte mit neuer Bestzeit von 9,34 sek über die Ziellinie: Platz 3 und die Bronzemedaille.

Über 60 m sprintete er bereits im Vorlauf mit 7,99 sek erstmals unter die 8-sek-Grenze, persönliches Ziel erreicht. Beim Endlauf steigerte er sich noch einmal, überquerte die Ziellinie als Viertplatzierter in 7,93 sek.

Theo Ruckert, der dritte der TSG-Teilnehmer, wurde 4. beim Kugelstoßen mit 8,97 m und 6. beim Weitsprung mit 4,70 m, jeweils knapp unter seinen Bestleistungen. Mit den Platzierungen durfte er zufrieden sein, für noch bessere Platzierungen hätte er neue Bestleistungen aufstellen müssen.

Leni Venus startet durch

Ludwigshafen, 1.02.2025

Eine beeindruckende Leistungssteigerung zeigte **Leni Venus** bei den Pfalz-Hallenmeisterschaften in Ludwigshafen. In drei Disziplinen deutlich verbessert verließ sie den Wettkampf mit starken Platzierungen.

Auch die Staffel überzeugte, obwohl die Wechsel nur provisorisch im winterlichen Stadion geübt werden konnten.

Leni, W-12, begann mit dem 60 m-Vorlauf, den sie in neuer Bestzeit von 9,17 sek gewann. Unter

36 Läuferinnen qualifizierte sie sich für den Endlauf und wurde hier in 9,27 sek 4., blieb abermals unter ihrer alten Bestmarke. Weiter ging es zum Hochsprung, wo sie sich über die Bestleistung von guten 1,25 m freute und damit den Pfalzmeistertitel gewann. Der Abschluss bildete eine Steigerung von rund 50 cm beim Weitsprung auf 4,25 m. Hier wurde **Leni** mit dem 3. Platz belohnt, bei einem Teilnehmerfeld von 25 Springerinnen.

Einen packenden Kampf lieferte sich die gemischte 4 x 100 m-Staffel **Leon Küpper, Lina Olivan, Simon Scholl und Ella Hall** im 2. Zeitlauf mit dem Team vom 1.FC Kaiserslautern. Nur um wenige Hunderstel Sekunden musste sich **Ella** der Lauterer Schlussläuferin geschlagen geben, insgesamt wurde der 4. Platz aus 3 Zeitläufen erkämpft.

Große Namen wie zum Beispiel ABC Ludwigshafen waren hinter der Grünstadter Staffel platziert. Bestleistungen gab es noch durch **Lina Olivan**, W-13, die sich mit der Kugel um über einen halben Meter auf 6,52 m (7. Platz) steigerte und **Simon Scholl**, er kratzte beim Weitsprung mit 3,92 m an der 4 m-Marke.

Faschingswaldlauf

Bad Dürkheim-Weilach, 1.03.2025

Beim Faschingswaldlauf gingen 12 Nachwuchsathleten der TSG Grünstadt an den Start. Da es Sonderpreise für originelle Verkleidungen gab, liefen fast alle kostümiert. Rutschiges Laub und viele Baumwurzeln erforderten die volle Konzentration der Läufer.

Nach den Erfahrungen des letzten Jahres wurden dieses Mal beim 800m-Lauf die einzelnen Jahrgänge getrennt auf die Strecke geschickt. Die Jüngsten machten den Anfang. Sehr schnell unterwegs war **Louisa Jegelka**. Sie gewann den Lauf in der W8, knapp dahinter kam **Maya de Sousa Frenzel** ins Ziel (3. W8). Es folgte der Lauf der W9. Die Schnellste der Grünstadter Mädchen war **Emilia Mendrella** auf dem 6. Platz, knapp gefolgt von **Sofia Bernich** (9. W9). Sara Jegelka beendete als 14. den Lauf.

Danach waren endlich die Jungen an der Reihe. **Ole Mitgude** (5. M8), **Mattis Lenhart** (8. M8) und **Johannes Polleit** (11. M8) vertraten hier die Grünstadter Farben.

Als letzte der Grünstadter gingen dann die 10-jährigen Mädchen

und Jungen zusammen auf die Strecke. Großes Pech hatte **Samuel Scholl**. An zweiter Stelle liegend stolperte er über eine Baumwurzel und fiel hin. Ohne den Sturz wäre eine deutlich bessere Zeit möglich gewesen. **Leonie Seidl** und **Josephin Menzel** kamen als 7. und 8. ins Ziel.

Als einzige Grünstadterin nahm **Mira Thielen** am 2,5 km-Lauf teil, den sie in ihrer Altersklasse gewinnen konnte.

Die Ergebnisse im Einzelnen:

Samuel Scholl, 3:36 min

5. M10

Louisa Jegelka, 3:43 min

1. W8

Emilia Mendrella, 3:45 min

6. W9

Sofia Bernich, 3:48 min

9. W9

Maya de Sousa Frenzel, 3:49 min

3. W8

Ole Mitgude, 3:51 min

5. M8

Sara Jegelka, 4:10 min

14. W9

Mattis Lenhart, 4:16 min

8. M8

Leonie Seidl, 4:30 min

7. W10

Josephin Menzel, 4:36 min
8. W10
Johannes Polleit, 4:55 min
11. M8

Mira Thielen, 12:19 min
1. W12



Mira Thielen

Yvonne Ruckert Deutsche Meisterin!

Frankfurt, 1. + 2.03.2025

Training wird belohnt! Eine harte Vorbereitungszeit krönte die Jugendtrainerin **Yvonne Ruckert** bei den Masters in Frankfurt mit gleich 2 deutschen Hallen-Meistertitel.

Am ersten Wettkampftag lief **Yvonne**, W-40, im Trikot der Walldorf Astoria, über 400 m hoch überlegen in 61,49 sek zum Sieg. Auf der ungewohnten Kurzstrecke über 60 m erreichte sie in 8,48 sek den Endlauf, belegte hier den 5. Platz.

Viel Freude gab es am 2. Wettkampftag nach dem 200 m-Lauf. **Yvonne** steigerte sich auf 26,56 sek und hakte damit ihr Saison-

ziel „unter 27 sek bleiben“ schon beim ersten 200 m-Lauf deutlich ab. Aus mehreren Zeitläufen wurde sie deutsche Vizemeisterin.

Doch das war noch nicht das Ende ihres Mammutprogrammes. Sie startete noch in der 4 x 200m -Staffel ihres neuen Vereines und hatte als zweite Läuferin wesentlichen Anteil am Sieg in 1:58,53 min.

Bilanz: 4 Starts, 2 deutsche Meistertitel, eine Vizemeisterschaft.

Bild auf Seite 12



Links Yvonne Ruckert

Theo's Bestleistung in Luxemburg

Luxemburg, 1.03.2025

Als Gaststarter für die Auswahl Ludwigshafen startete **Theo Ruckert**, M-14, beim traditionellen Vergleichskampf gegen Teams aus Baden, Saarland, Luxemburg, Frankreich und Belgien. Er

patzte zwar in seiner Paradedisziplin Kugelstoßen, dafür belohnte er die Nachnominierung beim Hochsprung mit einer neuen Bestleistung von 1,45 m.

Clara Scholl in Pfalzauswahl nominiert

Ludwigshafen, 8.03.2025

Eine freudige Überraschung war für **Clara Scholl** die Nominierung in die Pfalzauswahl zum Länderkampf Pfalz-Baden-Saarland. Gleich in 3 Disziplinen wurde sie bei den U-18 eingesetzt und trug damit wesentlich zum Erfolg der Pfalzauswahl bei. Erstaunlich ihre

Leistungen, denn **Clara's** Training wurde in den letzten 3 Monaten zweimal wochenlang unterbrochen, sie ist momentan in der Aufbauphase.

Zuerst lief sie über 60 m Bestzeit in 8,55 sek und war damit schnellste Pfälzerin. Auch beim

Weitsprung kam **Clara** beim ersten Versuch mit 4,63 m fast an ihre Bestmarke heran, ein zweiter, guter und knapp übergetretener Versuch nahm ihr leider für die restlichen Versuche die Sicherheit. Mit 4,63 m teilte sie sich mit einer Nussdorfer Springerin die beste Weite einer Pfälzerin.

Ihr letzter Start war als Schlussläuferin der 4 x 200 m-Staffel. Hier merkte man ihr den Trainingsrückstand an, denn nach

starken ersten 160 m verließen sie doch die Kräfte. Allerdings hatte sie keine Chance die Position der Staffel zu verbessern, zu groß war der Rückstand der Pfalz bei der Staffelübergabe zu ihr.

Bei der Wertung aller Disziplinen kam die Pfalz bei der weiblichen Jugend U-18 auf Platz 2, insgesamt gewann die Pfalz bei der Wertung aller 4 Altersklassen.

Auch nominiert, aber nicht dabei war Carlo Deuker aufgrund einer Verletzung.

Guter Saisoneinstand der Werfer

Gau-Algesheim, 22.03.2025

Mit zufriedenstellenden Leistungen begannen die Leichtathleten die Freiluftsaison beim Werfertag in Gau-Algesheim. Einige Teilnehmer nahmen weite Anreiswege auf sich und sorgten für gut gefüllte Meldelisten.

Die kleine Grünstadter Gruppe erfreute mit Siegen, Bestleistungen und einem Vereinsrekord, dabei nahmen sie an vielen Wettkämpfen zum ersten Mal teil.

Für den Vereinsrekord sorgte bei den Frauen **Merle Brammert-Schröder** mit dem Diskus. Sie belegte hier den 2. Platz und verbesserte den Rekord aus dem Jahre 1957 (!) von 26,92 m auf nunmehr 29,02 m. Mit der Kugel blieb sie mit 9,05 m über der erhofften 9m-Marke (5. Platz).

Theo Ruckert, M-14, ist mitten im Umstellungsprozess seiner Wurftechnik und hatte gefühlt bei seinen Durchgängen im Diskus und mit der Kugel 12 ständig wechselnde Techniken, was zu einer großen Anzahl ungültiger Versuche führte. Allerdings, seine gültigen Versuche bescherten

ihm die Siege, mit der Kugel auf 9,00 m und mit dem Diskus auf 27,09 m.

Erfreulich Johanna Scholl, W-14, sie überzeugte mit einer neuen Kugel-Bestleistung und einer achtbaren Weite beim Diskusbüt. Mit der Kugel verbesserte sie sich um über einen Meter auf 8,10 m, den Diskus schleuderte sie nach anfänglichen Schwierigkeiten auf 17,80 m, belegte jeweils Platz 3.

Erstmals trat Leon Küpper, M-12, bei Wurfdisziplinen an und schleuderte den Speer auf starke 19,63 m, Platz 2. Ein wenig Probleme hatte er noch mit dem Diskus, die besten Würfe landeten außerhalb des Wurfsektors. Mit 13,72 m und Platz 5 durfte er dennoch zufrieden sein.

Bild auf Seite 14



Von links: Johanna, Merle, Theo, vorne Leon

Leichtathletik-Hallenpokal des Turngau-Rhein-Limburg

Ludwigshafen, 23.03.2025

Für den Pokalwettkampf des Turngau Rhein-Limburg in der Leichtathletikhalle in Ludwigshafen hatten sich 340 Teilnehmer angemeldet, ein neuer Teilnehmerrekord, darunter 21 Sportler von der TSG. Diese riesigen Starterfelder führten zu sehr langen Wartezeiten an den einzelnen Stationen.

Vormittags waren die 11- bis 15-jährigen an der Reihe. Ein Sieg, zweimal Platz 2 und zweimal Platz 3, die Leichtathletik-Jugendlichen U-16 und U-14 schlossen den Pokalwettkampf zufriedenstellend ab.

Theo Ruckert, M-14, am Vortag noch beim Werfertag erfolgreich,

gewann auch den Hallen-Dreikampf. Auch **Johanna Scholl**, W-14, hatte nach dem Start beim Werfertag noch genügend Körner, um sich den 3. Platz beim Dreikampf zu sichern. Zweite Plätze belegten **Ella Hall**, W-13 und **Leni Venus**, W-12, dahinter gleich **Anna** Schäfer auf Platz 3.

Lina Oliven (Platz 5) und **Elektra Landschreiber** (Platz 7) vervollständigen das gute Abschneiden der W-13-Mädels. Auch **Leon Küpper** schloss sein Wettkampfwochenende mit einem guten 7. Platz bei den M-12 ab.

Johanna Guemkam Kom, W11, belegte den 8. Platz in ihrer Al-

tersklasse.

Der Nachmittag gehörte dann den 6- bis 10-jährigen. **Samuel Scholl, Lian Brandenburg, David Schäfer, Fabian Schreiner, Emilia Mendrella, Sara Jegelka, Dana Gutmacher, Yesmin Abed, Louisa Jegelka, Ida Gutmacher und Kira Brandenburg** traten an in den Disziplinen Sprint, Weitsprung und Vollball-Wurf mit dem 800g-Ball.

Kira, 3. W6, schaffte es gleich in

ihrem allerersten Wettkampf aufs Podest. Auch **Yesmin**, W8, sicherte sich den 3. Platz in ihrer Altersklasse. Großes Pech hatte **Samuel**, der nach sehr gutem Sprint den Wettkampf abbrechen musste.

Auch wenn der Wettkampf wegen der großen Anzahl von Startern sehr lange dauerte, freuten sich am Ende alle über ihre Urkunden und Medaillen.



Von links: Fabian, Kira, Dana, Ida, David, Lian, Emilia, Sara, Louisa, Yesmin

Youngster glänzen in Bingen

Bingen, 27.04.2025

Eine starke Vorstellung zeigten die Youngster im TSG-Team, **Leni Venus und Samuel Scholl**, mit Sieg und zweitem Platz bei den Dreikämpfen. **Carlo Deuker** läßt mit 4 persönlichen Bestleistungen noch einiges für die Saison erwarten, während **Theo Ruckert** nach Hochsprungbestleistung verletzungsbedingt auf weitere Disziplinen verzichten musste.

Nicht ganz den eigenen Erwartungen entsprachen die Ergebnisse der weiblichen Jugend.

36 Mädchen kämpften um den Sieg beim Dreikampf der W-12, am Schluß stand **Leni Venus** auf dem Podest ganz oben. Ausgeglichene gute Leistungen waren die Grundlage ihres Erfolges, so sprang sie 4,06 m weit, warf den 200g-Ball auf 25,5 m und lief die 75 m in 11,36 sek. **Leni** sammelte 1187 Punkte für ihren Sieg.

Mit rund 25 Konkurrenten hatte es bei den M-10 **Samuel Scholl** zu tun, am Ende freute er sich über den 2. Platz. Stark seine Weitsprungleistung von 3,64 m und der 50 m-Lauf in 8,46 sek.

Mit 1931 Punkten gelang **Carlo Deuker**, M-15, beim Vierkampf eine Steigerung von fast 350 Punkten, das reichte bei starker rheinhessischer und rheinländischer Konkurrenz zum 5. Platz.

Viermal gab es dabei eine persönliche Bestleistung: Die 100 m sprintete er in 12,49 sek, sprang 5,11 m weit und 1,52 m hoch, stieß die Kugel auf 8,81 m.

Theo Ruckert, M-14, startet stark mit neuer Hochsprungbestleistung von 1,49 m, verletzt sich leider bei einem Gewaltsprung über die Höhe von 1,52 m und musste den Mehrkampf aufgeben.

Ihren Weitsprungwettkampf hatte sich **Sarah Jalloh**, U-20, anders vorgestellt. Nachdem ihr beim Einspringen 2 Topsprünge vom Brett gelangen, passte der Anlauf beim Wettkampf nicht mehr und beim einzigen gültigen Sprung verpasste sie die Landung und lief mit ihrem Laufsprung direkt in den Sand rein. Trotzdem 4,71, **Sarah** natürlich total unzufrieden, aber immerhin der 2. Platz. Einen weiteren 2. Platz holte sie sich über 100 m, in ihrem ersten Lauf nach 3 Jahren konnte sie mit 12,93 sek zufrieden sein.

Aus mehreren Zeitläufen belegte **Clara Scholl**, U-18, insgesamt den 7. Platz über 100 m in 14,16 sek. Fast Bestzeit, diese dürfte demnächst fallen, wenn sich **Clara** beim Laufende etwas lockerer präsentiert.



Sie lieben die Immobilien
an der Weinstraße?

Wir auch.


BRÜCKMANN
IMMOBILIEN

Die Immobilie **einfach** gut verkaufen.

- | | |
|---------|--|
| T |  06359 82054 |
| M |  kontakt@brueckmannimmobilien.de |
| Büro |  67269 Grünstadt Mozartstraße 6 |
| Filiale |  67098 Bad Dürkheim Mannheimer Straße 16 |
| W |  www.brueckmannimmobilien.de |

Carlo Deuker auf Bestleistungskurs

Zweibrücken, 04.05.2025

Nachdem der 15jährige **Carlo Deuker** vor Wochenfrist in Bingen 4 persönliche Bestleistungen aufgestellt hat, setzt er seinen Bestleistungskurs auch beim Talentsichtungswettkampf in Zweibrücken fort. Wieder konnte er viermal seinen persönlichen Rekord steigern, und zwar beim Speerwurf mit 35,02m, beim Weitsprung mit 5,31 m und über 80 m-Hürden, die er in starken 12,51 sek durchsprintete. Beim Blockmehrkampf bedeutete es eine Steigerung um satte 375 Punkte auf 2576 Punkte, damit belegte er Platz 2.

Aber auch die beiden anderen Starterinnen der TSG erfreuten mit guten Leistungen. **Johanna Scholl** wurde beim Block Wurf der W-14 Zweite, **Mira Thielen** beim Block Lauf der W-12 Sechste.

Johanna lief erstmals die 100 m und die 80 m-Hürden, überzeug-

te mit guten 14,15 sek bzw 14,41 sek. Beim Diskuswerfen konnte sie sich auf 19,04 m verbessern und auch beim Weitsprung gab es trotz einem nicht ganz zufriedenen Trainer mit 4,41 m eine neue Bestleistung. Sehr gute 2118 Punkte konnte sie sammeln, 80 Punkte fehlten zum Sieg, die Punkte verlor sie beim Kugelstoßen.

Mira Thielen, eigentlich auf die sehr langen Strecken spezialisiert, überraschte mit guten, vor allem technisch guten Leistungen bei den Sprint- und Wurfdisziplinen.

Ihren ersten 60 m-Hürdenlauf lief sie problemlos in 13,47 sek, imponierte beim Weitsprung mit einem stabilen Anlauf und Bestleistung (3,47 m) und hatte über 800 m noch die Power, im Spurt Plätze gut zu machen. Der Lohn waren 1623 Punkte, die sie sammeln konnte.

Leichtathletik-Meeting in Bad Dürkheim

Bad Dürkheim, 10.05.2025

Die Freiluftsaison in der Kinderleichtathletik wurde eröffnet am 10.05.25 mit dem Sportfest in Bad Dürkheim. Die Kinder und Maskottchen Birdie freuten sich über strahlenden Sonnenschein. 21 Mannschaften in der U10 und 19 in der U12 sorgten wie immer für riesige Teilnehmerfelder. Eine U8-Mannschaft war dieses Jahr leider nicht am Start.

Yesmin Abed, Lian Brandenburg, Louisa und Sara Jegelka, Finja Kuss, Mattis Lenhart, Maya de Sousa Frenzel, Mila Rösener und Fabian Schreiner traten für die U10 an. Für Lian,

Finja, Maya, Mila und Fabian war es der erste Wettkampf in der Kinderleichtathletik. Begonnen wurde mit dem Medizinballstoß. Den 1kg-Ball möglichst weit zu stoßen, gehört nicht zu den Lieblingsdisziplinen der Kinder. Besser lief es bei der 40m-Hindernissprintstaffel. Voll motiviert startete die Mannschaft dann zum Team-Biathlon. Leider hatten die Kinder das Zielwasser vergessen, die Hütchen wollten absolut nicht fallen, so mussten viele Strafrunden gelaufen werden. Letzte Disziplin war der Hoch-Weitsprung. Die Anfangshöhe von 60 cm meisterten alle souverän. Danach

wurde zweimal um 10 cm gestei-
gert, dann jeweils um 5 cm. Am
besten lief es für Yesmin, sie
übersprang 90 cm, knapp dahin-

ter Lian mit übersprungenen 85
cm. Bei der abschließenden Sie-
gerehrung freuten sich alle über
einen guten Platz im Mittelfeld.



Von links: Finja, Louisa, Sara, Yesmin, Lian, Maya, Fabian, Matthis, Mila

Nachmittags war der Wettkampf
für die U12. Im Vorfeld gab es
zwei Absagen, so dass nur noch
7 Kinder starteten: **Emilia Men-
drella, Josephin Menzel, David
Schäfer, Samuel Scholl, Leo-
nie Seidl, Rafael Thielen und
Emil Wazinski.** Die beiden
Ausfälle schwächten die Mann-
schaft deutlich, vor allem in den
Laufwettbewerben. Begonnen
wurde mit der 6x50m-Staffel.
Durch die kurzfristige Umstellung
klappten die Wechsel überhaupt
nicht. Danach ging es zum Medi-
zinballstoß. Für die U12 war das

Gewicht des Balles auf 2kg er-
höht worden. Hier überzeugten
vor allem Emil mit 38 Punkten
und Samuel mit 33 Punkten.
Beim 50m-Hindernissprint mus-
sten 6 ca. 53cm hohe Hürden
überlaufen werden. Emil und Sa-
muel waren mit 10,1 sec die
schnellsten der Mannschaft. Da-
nach kam eine neue Disziplin für
die Kinder: Stab-Weitsprung. Mit
einem ca. 3m langem Stab sollte
möglichst weit in die Sandgrube
gesprungen werden. Das gelang
Samuel mit 2,70m am besten
von den Grünstadter Kids. Den

Abschluss bildete die 6x800m-Staffel. Die Staffel wird nach der Gundersen-Methode gelaufen, d. h. die Startreihenfolge entspricht dem Zwischenstand, die Reihenfolge des Zieleinlaufs bestimmt

dann die Endplatzierung. Leider hatte sich David inzwischen am Fuß verletzt, so dass ein schnelles Rennen nicht mehr möglich war. Ankommen war das Ziel. Das nächste Mal wird es besser!



Von links: Josephin, Leonie, Emilia, Rafael, David, Samuel, Emil

23. Kleinniedesheimer Double – Teil 1

Kleinniedesheim, 13.05.2025

Das Kleinniedesheimer Double ist zu einem festen Bestandteil der Wettkampfsaison geworden. Auch dieses Jahr waren wir wieder dabei. Für einige Kinder bedeutete das nach dem Sportfest in DÜW der zweite Wettkampf in drei Tagen. Am Start waren **Anna Schäfer, Leni Venus, Leon Küpper, Samuel Scholl, Emilia Mendrella, Dana Gutmacher, Louisa Gundermann, Marleen Schubing und Yesmin Abed**. Sprint, Weitsprung, Ballwurf und für die älteren die Stadionrunde über 254 m standen auf dem Programm.

Riesige Teilnehmerfelder zeigten, wie beliebt diese Veranstaltung bei den Kids ist. In zwei Wochen geht es weiter. Dann entscheidet sich, wer die begehrten Pokale bekommt. Jede Disziplin wird einzeln gewertet, entscheidend ist die Gesamtwertung der beiden Wettkampfabende. Gute Aussichten auf einen Pokal hat **Leni**, die nach dem ersten Teil beim Ballwurf und der TV-Runde führt, beim Weitsprung auf dem dritten Platz liegt. Durch einen Sturz beim 75m-Lauf kam sie in dieser Disziplin nicht in die Wertung. Auch Yesmin und Emilia können

noch auf einen Pokal hoffen. Sie liegen beim Sprint und Weitsprung aussichtsreich auf dem 2. und 3. Platz.

Sarah Jalloh mit Leistungssprung

Neuwied, 18.05.2025

Bei den Rheinland-Pfalz-Jugend-Meisterschaften überzeugte **Sarah Jalloh** mit einer deutlichen Leistungssteigerung beim Dreisprung der U-20. Anlauf, links, links, rechts und Sarah landete deutlich über 10 m, der Vorgabe ihres Trainers. 10,41 m wurden vermessen, eine Verbesserung ihrer eigenen Bestleistung um 83 cm und eine Verbesserung des Vereinsrekordes um über einen halben Meter!

Ihr Trainer war nach dem Wettkampf überzeugt, dass noch

deutlich mehr drin ist!

Damit gewann **Sarah** die Bronzemedaille in einem für Dreisprung relativ große und gutklassigen Teilnehmerfeld.

Ebenfalls Bronze gewann **Carlo Deuker**, M-15, beim Speerwurf. Mit 34,38 m blieb er knapp unter seiner Bestleistung, haderte etwas, weil er den richtigen Abwurfwinkel nicht traf. Knapp scheiterte er beim Hochsprung bei 1,50 m, mit 1,46 m belegte er Platz 8.



Für die Süddeutschen qualifiziert

Kaiserslautern, 24./25.05.2025

Die guten Ergebnisse der letzten Wochen wurden bei den Pfalzmeisterschaften nochmals getoppt. 4 Qualies für die süddeutschen Meisterschaften wurden erzieht, zweimal wurde die Quali zu den Deutschen nur um Hundertstel Sekunden verpasst. Die deutlich spürbar gestiegene Trainingsmotivation führte auch zu vielen persönlichen Bestleistungen, besonders bei den Leistungsträgern.

Den Wettkampf eröffneten am Samstag **Merle Brammert-Schröder** und **Sarah Jalloh** mit starken Leistungen, stellten jeweils einen neuen Vereinsrekord auf. **Merle** schleuderte den Diskus dabei auf 29,60 m (4. Platz), wurde 4. bei den Frauen. Bereits zum 3. Male in Folge steigerte sich **Sarah** beim Dreisprung, ihre 10,63 m waren der 2. Platz bei den U20 und die Normerfüllung für die Süddeutschen U-23-Meisterschaften.

Am Sonntag trumpfte zuerst **Carlo Deuker** (M-15) über 80 m-Hürden auf. In einem hochklassig besetzten Finale blieb er in 11,98 sek erstmals unter 12 sek, erfüllte die Norm für die Süddeutschen (12,20 sek) und musste sich dennoch mit dem 3. Platz zufrieden geben. **Carlo** wurde von seinem Trainer für den Mehrkampf getestet, bestritt daher insgesamt 6 Wettkämpfe. 2. Platz mit der Kugel (10,26 m), 4. beim Hochsprung (1,52 m), Sieger beim Diskuswerfen und 5. beim Weitsprung mit 5,25 m waren die weiteren Ergebnisse.

Danach schlug **Paul Kronema-**

yer, ebenfalls M-15, über 100 m zu. Nach 10monatiger Wettkampfpause überraschte er mit einer Steigerung auf 11,84 sek (2. Platz). Damit blieb er sehr deutlich unter der Norm für die Süddeutschen (12,40 sek) und verfehlte die Quali zur Deutschen Meisterschaft nur um winzige 0,04 sek!

Deuker und Kronemayer starteten zusammen mit **Aragon Matsuura** (TSV Freinsheim) und **Theo Ruckert** in der 4 x 100 m-Staffel U-16 der Startgemeinschaft Unterhaardt. Sie siegten mit großem Vorsprung, liefen glänzende 48,43 sek. Damit war auch die Staffel für die Süddeutschen qualifiziert und für die Deutschen fehlten nur 0,43 sek.

Sarah Jalloh versuchte sich nach ausgedehnter langer Verletzungspause erstmals wieder über 200 m, wurde 2. in starken 26,52 sek, verfehlte die Quali zur Süddeutschen nur um 0,12 sek.

Sarah hatte das Pech, in ihrem Lauf nicht gefordert zu werden, sie gewann ihn mit 4 Sekunden Vorsprung!

Weitere zweite Plätze verbuchten **Leni Venus**, W-12, mit guten 1,20 m beim Hochsprung (Bestleistung egalisiert), sowie **Elektra Landmesser**, W-13 mit 4,29 m beim Weitsprung. 4. wurden **Johanna Scholl** beim Kugelstoßen und **Leon Küpper**, M-12, beim Diskuswerfen. **Johanna** lief über 80 m-Hürden vor **Jona Oberreuther** auf den 5. Platz.

Gute 11,03 sek über 75 m lief **Leni Venus** im Vorlauf, im Endlauf wurde sie 6. In 11,18 sek.

23. Kleinniedesheimer Double – Teil 2

27.05.2025

Nach dem ersten Teil des „Double“ beim TV Kleinniedesheim ging es nun um den Gesamtsieg. Auch dieses Mal standen Sprint, Weitsprung, Ballwurf und die traditionelle Stadionrunde mit 254 Metern auf dem Programm. Jede Disziplin wurde einzeln gewertet, entscheidend war die Gesamtwertung der beiden

Wettkampfabende.

Leni Venus, Leon Küpper, Samuel Scholl, Yesmin Abed, Emilia Mendrella, Marleen Schubing und Dana Gutmacher kämpften um die heißbegehrten Pokale. **Anna Schäfer** musste verletzungsbedingt leider passen. Der böige Wind störte vor allem beim Weitsprung.



Von links: Marleen, Ida, Dana, Emilia, Samuel, Leon, hinten Leni

30 große Pokale standen bereit für die Sieger in den einzelnen Disziplinen. **Leni** bekam einen davon für ihren Sieg bei der TV-Runde. Außerdem belegte sie beim Ballwurf und beim Weit-

sprung jeweils den 2. Platz. Über die 75m lief sie beim zweiten Mal mit 10,72sec die mit Abstand beste Zeit von allen.

Bild auf Seite 24



Mitte Leni

Yesmin konnte ebenfalls einen Pokal mit nach Hause nehmen. Sie gewann den Ballwurf mit deutlichem Vorsprung, wurde 2. Beim Weitsprung und 3. Im 50m-Lauf. Weiterhin stand **Emilia** (2.

Platz beim Sprint und 3. Platz beim Weitsprung) auf dem Siebertreppchen. Alle anderen Teilnehmer freuten sich über ihre Urkunden und Medaillen. Es hat wieder sehr viel Spaß gemacht!



Mitte Yasmin

Pfalztitel für Hall und Deuker

Haßloch, 31.05.2025

Bedingt durch das lange Wochenende (Reisezeit!) reisten die Leichtathleten gerademal mit 3 Athleten zu den Pfalz-Block-Mehrkampfmeisterschaften nach Haßloch. Zweimal erkämpften sie sich in den anspruchsvollen Fünfkämpfen den Wimpel für den Pfalzmeistertitel, einmal gab es einen 7. Platz.

Carlo Deuker, M15, startete fulminant mit 3 neuen Bestleistungen in den Blockmehrkampf Wurf, setzte auch im 4. Wettkampf in Folge seine Bestleistungsserie fort. Carlo ist ein gutes Beispiel, wie sich durch regelmäßiges kontrolliertes Training die Leistung kontinuierlich steigern lässt.

Er begann mit 11,80 sek über 80 m-Hürden, unangefochten mit großem Vorsprung. Den Diskus schleuderte er beim dritten und letzten Versuch auf 29,70 m, 5 Meter weiter als bisher. Beim Weitsprung überraschte er mit 5,67 m, pulverisierte damit seinen Hausrekord um 36 cm!

Damit endete Carlo's Serie der Bestleistungen und mit soliden Leistungen beendete er den Mehrkampf. 12,58 sek über 100 m, hier hatte er auf eine bessere Zeit gehofft, auf die Quali für die

"Süddeutschen". Doch der kräftezehrende Mehrkampf bei schwülheißem Wetter sowie der Gegenwind forderten ihren Tribut. Mit 10,26 m verabschiedete er sich vom Mehrkampf, gewann den Pfalztitel und setzte sich mit 2652 Punkten auf Platz 1 der aktuellen Bestenliste in Rheinland-Pfalz.

Ella Hall, W-13, fand, nachdem sie ihren ersten 60 m-Hürdenlauf "erfolgreich" hinter sich brachte, langsam in den Wettkampf rein. Bestleistungen in den Wurfdisziplinen waren letztendlich der Schlüssel zum Gewinn des Pfalztitels. Den Diskus schleuderte sie auf 20,70 m, die Kugel flog auf 7,43 m. Beim 75 m-Lauf (11,47 sek) und Weitsprung (4,37 m) verlor sie zwar einige Punkte, zum Schluss beendet sie mit 1991 Punkten und minimalen 10 Punkten Vorsprung einen spannenden, ersten Mehrkampf mit dem Pfalzmeistertitel.

Mira Theissen, W-12, die dritte der TSG-Starter, wurde beim Block Lauf insgesamt 7. mit 1663 Punkten. Sie freute sich vor allem über deutliche Verbesserungen beim Weitsprung auf 3,70 m und über 800 m auf gute 3:05,68 min.

**Berücksichtigen auch Sie bei
Ihren Einkäufen und Vergabe von
Arbiten unsere Inserenten**

Schnelle Jungs sprinten zur „Deutschen“ TSG-Leichtathleten mit Normerfüllung bei den „Süddeutschen“

Kandel, 21.06.2025

In blendender Form stellten sich die U-16-Sprinter bei den Süd-deutschen Meisterschaften in Kandel vor. Sowohl die 4 x 100 m -Staffel als auch Paul Kronemayer im 100 m-Sprint unterboten die Normen für die deutschen Meisterschaften.

Die Staffel der Startgemeinschaft Unterhaardt (Aragon Matsuura, TSV Freinsheim, Paul Kronemayer, Carlo Deuker, Theo Ruckert, alle TSG Grünstadt) wurde am Samstag in den schnellsten Zeitlauf gesetzt, ihre Gegner unter anderem Eintracht Frankfurt und SSV Ulm. Auf der Außenbahn hielt Startläufer Matsuura kräftig dagegen, Paul Kronemayer konnte das Quartett kurz in Führung bringen. Auch Carlo Deuker lief in der Kurve einen starken Lauf, konnte den Kurvenvorteil der Konkurrenz einigermassen ausgleichen. Schlußläufer Theo Ruckert hatte die schnellsten der Konkurrenz gegen sich, hielt lange dagegen und stürmte in 47,69 sek als 3. ins Ziel. Platz 3 im Zeitlauf und auch Platz 3 in der Gesamtwertung aller Zeitläufe, Normerfüllung für die deutschen Meisterschaften, ein großartiger

Erfolg für die jungen Sprinter.

Bereits vorher konnte sich Carlo Deuker beim 80 m-Hürdenvorlauf auf 11,75 sek verbessern, ihm fehlten lediglich 0,2 sek zur Endlaufteilnahme. Carlo brachte das Kunststück fertig, in allen 6 bisherigen Saisonwettkämpfen eine persönliche Bestleistung in verschiedenen Disziplinen zu erringen, Lohn für seine gute Trainingsarbeit.

Am Sonntag sprintete Paul Kronemayer beim 100 m Vorlauf 11,88 sek, konnte sich im Zwischenlauf auf 11,78 sek steigern. Damit erfüllte auch er die Norm für die "Deutschen". Er verpasste den Endlauf knapp als insgesamt 10. von über 40 Startern.

Die 18jährige Sarah Jalloh startete über 200 m bei den U-23-Damen und sah ein paar Meter vor dem Ziel wie die sichere Siegerin in ihrem Zeitlauf aus. Auf den letzten Metern fehlten ihr die Kräfte, wurde noch auf den 2. Platz zurückgeschoben und verpasste dadurch auch eine persönliche Bestzeit. Mit ihren 26,11 sek war sie dennoch zufrieden.



Von links: Theo, Carlo, Paul und Aragon



Zufriedener Trainer Rainer Drechsler, aber auch erschöpft von mehreren Stunden Betreuung bei extremer Hitze.

BESTENLISTE LEICHTATHLETIK LAUF

Zusammengestellt von Rüdiger Stüber, Stand: 18.04.2025

Gelb markiert: Vereinsrekorde

Rot: Änderungen 2025, Blau: Änderungen 2024

		5 km			Datum	Zeit
W/M	AK	Name	Vorname	Ort		
W	W-10	Klett	Josefine	Maximiliansau	14.04.2012	27:20
	W-11	Klett	Josefine	Grünstadt	25.05.2013	25:24
	W-12	Renner	Isabel	Grünstadt	16.05.2015	23:42
	W-13	Renner	Isabel	Grünstadt	21.05.2016	24:44
	W-14	Tresch	Lena	Neustadt	20.06.2003	26:09
	WJ-B	Renner	Natalie	Hördt	05.03.2017	23:10
	WJ-A	Tomschin	Sandra	Eisenberg	23.03.2002	20:57
	Frauen	Renner	Nathalie	Rülzheim	20.05.2024	23:21
	W-35	Illg	Petra	Frankenthal	20.09.2003	22:32
	W-40	Rompf	Claudia	Kaiserslautern	17.06.2018	25:54
	W-45	Petersen	Angela	Frankenthal	20.09.2003	19:18
	W-50	Petersen	Angela	Bad Dürkheim	18.02.2006	20:53
	W-55	Biehlmaier	Renate	Frankenthal	20.09.2003	29:41
	W-60	Turznik	Ute	Rot	13.09.2015	29:06
M	M-10	Schreiner	Julian	Grünstadt	26.05.2018	20:55
	M-11	Stüber	Johannes	Kaiserslautern	29.07.2007	23:37
	M-12	Stüber	Johannes	Worms	14.09.2008	22:09
	M-13	Stüber	Johannes	Worms	13.08.2009	21:08
	M-14	Stüber	Johannes	Worms	12.08.2010	20:24
	M-15	Mahnke	David	Sandhofen	12.03.2016	20:08
	mJ-A	Esper	Yannic	Grünstadt	25.05.2013	17:02
	Männer	Esper	Yannic	Grünstadt	26.05.2018	18:09
	M-30	Krezdorn	Uli	St. Leon-Rot	09.09.2007	16:56
	M-35	Krezdorn	Uli	Zeiskam	01.07.2012	17:37
	M-40	Karl	Dirk	Darmstadt	22.06.2010	17:51
	M-45	Karl	Dirk	Ilgen	09.03.2013	18:59
	M-50	Brand	Harry	St. Leon-Rot	11.09.2016	20:24
	M-55	Brand	Harry	Lampertheim	25.05.2019	20:38
	M-60	Brand	Harry	Kaiserslautern	30.06.2024	20:39
	M-65	Rosemann	Werner	Hördt	03.03.2013	47:54

10 km					Datum	Zeit
W/M	AK	Name	Vorname	Ort		
W	W-14	Tresch	Lena	Bockenheim	31.08.2003	55:52
	wJ-A	Trautz	Simone	Kaiserslautern	08.08.1993	44:02
	W-20	Illg	Petra	Neustadt	18.06.1993	40:27
	W-30	Schmidt	Sabine	B. Bergzabern	29.04.1995	43:00
	W-35	Illg	Petra	Eisenberg	22.03.2003	45:37
	W-40	Petersen	Angela	Hockenheim	01.11.1999	42:28
	W-45	Petersen	Angela	Neustadt	17.06.2005	39:22
	W-50	Petersen	Angela	Brücken	21.04.2006	41:11
	W-55	Petersen	Angela	Lambsheim	30.07.2011	42:54
M	M-10	Brand	Nils	Kriegsheim	16.09.2007	55:54
	M-11	Stüber	Johannes	Waldsee	30.09.2007	48:20
	M-12	Stüber	Johannes	Eisenberg	15.03.2008	45:46
	M-13	Schilling	Felix	Grünstadt	14.05.2005	43:34
	M-14	Schilling	Felix	Rheinzabern	17.12.2006	42:23
	M-15	Mahnke	David	Maxdorf	08.10.2016	36:58
	mJ-B	Esper	Yannic	Lambsheim	30.07.2011	36:16
	mJ-A	Griebe	Markus	Rheinzabern	19.04.2003	38:26
	Männer	Weishaar	Thomas	Kaiserslautern	08.08.1993	33:06
	M-30	Brand	Michael	Kandel	23.06.1991	34:08
	M-35	Brand	Michael	Kaiserslautern	08.08.1994	33:56
	M-40	Brand	Michael	Eisenberg	07.03.1998	35:18
	M-45	Brand	Michael	Eisenberg	23.03.2002	36:35
	M-50	Karl	Dirk	Mannheim	01.05.2018	39:15
	M-55	Rokitta	Timo	Eisenberg	20.03.2025	40:24
	M-60	Brand	Harry	Eisenberg	20.03.2025	44:27
	M-65	Stüber	Rüdiger	Lampertheim	09.10.2021	48:34
	M-70	Renner	Gerd	Rheinzabern	14.12.2024	58:17
15 km						
W	W-20	Illg	Petra	Rheinzabern	09.01.1994	1:05:52
	W-30	Stüber	Angelika	Rheinzabern	09.01.1994	1:08:31
	W-40	Doberstein	Ursula	Rheinzabern	09.01.1994	1:09:16
	W-45	Müller-Lenz	Monika	Rheinzabern	13.01.2008	1:04:55
	W-50	Petersen	Angela	Rheinzabern	08.01.2006	1:03:13
M	M13	Stüber	Johannes	Kriegsheim	20.09.2009	1:15:27
	M15	Stüber	Johannes	Rheinzabern	09.01.2011	1:09:40

		15 km			Datum	Zeit
W/M	AK	Name	Vorname	Ort		
M	mJ-B	Brach	Steffen	Rheinzabern	12.01.2003	1:12:07
	mJ-A	Stüber	Johannes	Rheinzabern	12.01.2014	1:07:12
	Männer	Weishaar	Thomas	Rheinzabern	07.02.1993	54:01
	M-30	Krezdorn	Uli	Rheinzabern	13.01.2008	56:05
	M-35	Stüber	Rüdiger	Rheinzabern	09.01.1994	57:42
	M-40	Stüber	Rüdiger	Rheinzabern	14.01.1996	56:14
	M-45	Karl	Dirk	Rheinzabern	12.01.2014	57:49
	M-50	Donie	Volker	Rheinzabern	09.01.1994	1:00:58
	M-55	Brand	Harry	Rheinzabern	09.02.2020	1:29:48
	M-60	Stüber	Rüdiger	Rheinzabern	11.02.2018	1:36:17
	M-65	Rosemann	Werner	Karlsruhe	21.03.2010	1:20:51
		20 km				
W	Frauen	Illg	Petra	Rheinzabern	06.02.1994	1:27:49
	W-30	Stüber	Angelika	Rheinzabern	06.02.1994	1:35:21
	W-35	Rosenbach	Gudrun	Rheinzabern	11.02.2001	1:56:27
	W-40	Doberstein	Ursula	Rheinzabern	06.02.1994	1:36:24
	W-45	Turznik	Ute	Rheinzabern	10.02.2002	1:43:06
	W-50	Petersen	Angela	Rheinzabern	05.02.2006	1:25:56
M	M14	Stüber	Johannes	Kriegsheim	19.09.2010	1:38:53
	M15	Stüber	Johannes	Rheinzabern	06.02.2011	1:29:47
	mJ-B	Brach	Steffen	Rheinzabern	09.02.2003	1:39:06
	mJ-A	Stüber	Johannes	Rheinzabern	09.02.2014	1:31:42
	Männer	Weishaar	Thomas	Rheinzabern	07.02.1993	1:12:44
	M-30	Brand	Michael	Haßloch	08.12.1991	1:12:20
	M-35	Stüber	Rüdiger	Rheinzabern	12.02.1995	1:19:11
	M-40	Karl	Dirk	Schaidt	14.08.2010	1:15:00
	M-45	Karl	Dirk	Rheinzabern	05.02.2017	1:18:43
	M-50	Stüber	Rüdiger	Hördt	04.03.2007	1:21:18
	M-55	Brand	Harry	Rheinzabern	09.02.2020	1:29:48
	M-60	Stüber	Rüdiger	Rheinzabern	11.02.2018	1:36:17
		Halbmarathon				
W	Frauen	Illg	Petra	Rülzheim	05.09.1993	1:30:53
	W-30	Stüber	Angelika	Rheinzabern	09.04.1995	1:38:19
	W-35	Schmidt	Sabine	Rheinzabern	30.03.2002	1:40:47

Halbmarathon						
W/M	AK	Name	Vorname	Ort	Datum	Zeit
W	W-40	Turznik	Ute	Kaiserslautern	06.04.1997	1:43:56
	W-45	Petersen	Angela	Bregenz (A)	03.10.2004	1:30:25
	W-50	Petersen	Angela	Lampertheim	03.06.2006	1:29:14
	W-55	Turznik	Ute	Kandel	09.03.2008	1:54:22
M	SM-13	Schilling	Felix	Haßloch	23.04.2005	1:43:13
	mJ-B	Brach	Steffen	Dresden	19.10.2003	1:36:58
	mJ-A	Wygasch	Johannes	Kandel	11.03.2001	1:40:35
	Männer	Smith	Martin	Lampertheim	06.06.1992	1:23:53
	M-30	Krezdorn	Uli	Rheinzabern	22.03.2008	1:19:35
	M-35	Stüber	Rüdiger	Rheinzabern	06.06.1992	1:19:57
	M-40	Karl	Dirk	Phillippsburg	19.06.2010	1:21:13
	M-45	Karl	Dirk	Ettlingen	07.12.2013	1:23:28
	M-50	Stüber	Rüdiger	Kandel	11.03.2007	1:24:04
	M-55	Rokitta	Timo	Oggersheim	18.02.2024	1:32:57
	M-60	Votteler	Robert	Kandel	13.03.2022	1:35:00
	M-65	Votteler	Robert	Bockenheim	14.04.2024	1:36:59

25 km

W	Frauen	Illg	Petra	Bellheim	07.08.1993	1:51:52
	W-30	Stüber	Angelika	Ludwigshafen	19.03.1995	1:59:24
	W-35	Schmidt	Sabine	Bellheim	03.08.2002	2:04:08
	W-40	Turznik	Ute	Ludwigshafen	16.03.1997	2:06:31
	W-45	Petersen	Angela	Bellheim	06.08.2005	1:49:59
M	W-50	Turznik	Ute	Bellheim	05.08.2005	2:14:50
	M-15	Stüber	Johannes	Bellheim	06.08.2011	1:53:42
	mJ-B	Brach	Steffen	Bellheim	03.08.2002	1:59:20
	mJ-A	Leichsering	Lars	Bellheim	05.08.2000	1:51:48
	Männer	Smith	Martin	Bellheim	03.08.1994	1:42:58
	M-30	Brand	Michael	Kandel	03.10.1994	1:30:58
	M-35	Stüber	Rüdiger	Bellheim	03.08.1991	1:35:57
	M-40	Stüber	Rüdiger	Bellheim	03.08.1996	1:36:41
	M-45	Karl	Dirk	Seligenstadt	07.04.2013	1:40:21
	M-50	Karl	Dirk	Rodgau	02.04.2018	1:44:17
	M-55	Stüber	Rüdiger	Bellheim	06.08.2011	1:53:48
	M-60	Stüber	Rüdiger	Bellheim	05.08.2017	2:04:19

Marathon						
W/M	AK	Name	Vorname	Ort	Datum	Zeit
W	Frauen	Illg	Petra	Berlin	29.09.1996	3:19:56
	W-30	Stüber	Angelika	Berlin	25.09.1994	3:39:29
	W-35	Schmidt	Sabine	Kandel	11.03.2000	3:38:21
	W-40	Turznik	Ute	Karlsruhe	21.09.1997	3:49:25
	W-45	Turznik	Ute	Würzburg	05.05.2002	3:51:47
	W-50	Turznik	Ute	Hamburg	24.04.2005	3:55:12
	W-55	Turznik	Ute	Hamburg	27.04.2008	4:16:12
	W-60	Turznik	Ute	Heidelberg	27.10.2013	5:59:01
M	mJ-A	Leichsering	Lars	Kandel	14.03.1999	4:00:22
	Männer	Stüber	Johannes	Bockenheim	10.04.2022	3:26:45
	M-30	Krezdorn	Uli	Mainz	09.05.2010	2:57:24
	M-35	Stüber	Rüdiger	Karlsruhe	15.09.1991	2:48:13
	M-40	Karl	Dirk	Mainz	09.05.2010	2:53:46
	M-45	Schmiade	Frank	Kandel	08.03.2015	2:57:31
	M-50	Karl	Dirk	Mannheim	12.05.2018	3:07:24
	M-55	Rokitta	Timo	Bockenheim	10.04.2022	3:26:44
	M-60	Stüber	Rüdiger	Bockenheim	15.04.2018	3:56:12
50 km						
M	M-35	Engel	Ingo	Rodgau	31.01.2009	4:07:41
	M-40	Rokitta	Timo	Rodenbach	18.04.2009	3:35:44
	M-45	Karl	Dirk	Rodgau	28.01.2017	3:41:15
	M-50	Karl	Dirk	Senftenberg	28.01.2018	3:48:30
100 km						
W	W-55	Turznik	Ute	Biel	13.06.2008	13:18:27
M	M-30	Engel	Ingo	Biel	13.06.2008	9:47:21
	M-35	Stüber	Rüdiger	Scheeßel	12.10.1991	8:25:14
	M-40	Schmiade	Frank	Leipzig	17.08.2013	8:30:58
6 Stunden						
	M-40	Karl	Dirk	Troisdorf	03.11.2012	72,450
	M-45	Karl	Dirk	Mörfelden-Walldorf	09.04.2017	69,022
	M-50	Karl	Dirk	Mörfelden-	08.04.2018	65,246

12 Stunden

M	M-45	Karl	Dirk	Barcelona	17.12.2016	125,053 km
----------	------	------	------	-----------	------------	------------

24 Stunden

M	M-40	Karl	Dirk	Stadtoldendorf	02.06.2012	209,182 km
----------	------	------	------	----------------	------------	------------

5000 m

W	Frauen	Illg	Petra	Grünstadt	11.09.1993	19:56
	W-30	Stüber	Angelika	Grünstadt	11.09.1993	22:03
	W-35	Doberstein	Ursula	Grünstadt	11.09.1993	23:41
	W-40	Doberstein	Ursula	Frankenthal	03.07.1994	22:50
	W-45	Petersen	Angela	Grünstadt	08.09.2001	20:51
M	M-12	Schilling	Felix	Grünstadt	18.09.2004	22:47
	M-13	Schilling	Felix	Grünstadt	26.06.2005	21:33
	mJB	Schilling	Felix	LU-Oggersheim	24.07.2008	17:52
	mJ A	Deiß	Jens	Grünstadt	18.09.1999	18:55
	Männer	Weishaar	Thomas	Rastatt	13.08.1993	15:36
	M-30	Krezdorn	Uli	Limburgerhof	13.09.2007	17:03
	M-35	Krezdorn	Uli	Pfungstadt	07.08.2013	17:20
	M-40	Stüber	Rüdiger	Oggersheim	22.06.1996	18:02
	M-45	Stüber	Rüdiger	Grünstadt	08.09.2001	18:50
	M-50	Tacke	Bert	Grünstadt	08.09.2001	19:31
	M-55	Turznik	Gerd	Limburgerhof	25.06.2004	21:49
	M-60	Rosemann	Werner	Grünstadt	26.06.2005	26:30

10000 m

W	Frauen	Illg	Petra	Limburgerhof	02.09.1993	42:09
	W-30	Stüber	Angelika	Limburgerhof	01.09.1994	43:56
M	Männer	Weishaar	Thomas	Limburgerhof	03.09.1992	32:43
	M-30	Brand	Michael	Limburgerhof	29.08.1991	34:46
	M-35	Brand	Michael	Limburgerhof	03.09.1992	34:10
	M-40	Stüber	Rüdiger	Ludwigshafen	05.09.1996	36:45
	M-45	Karl	Dirk	Mannheim	22.09.2015	39:33
	M-50	Stüber	Rüdiger	Bingen	22.04.2007	40:14

WAS, WO, WIE

Sherry Marathon 2025

Schlamm, Sherry und ein Überraschungssieg: Mein Abenteuer beim Sherry Marathon

Vier Wochen Spanien, Sonne, Sport, Abenteuer – das war der Plan. Nach Ostern machte ich mich auf in den Süden der iberischen Halbinsel, mit dem Ziel, an mehreren Radevents teilzunehmen. Dass ich am Ende nicht nur durch Schlammlöcher kriechen, sondern auch einen Marathon durch die berühmten Sherry-Weinberge Jerez' laufen würde – und das an zwei aufeinanderfolgenden Tagen – hätte ich mir so nicht träumen lassen.

Die Sache war nämlich die: Am Samstag stand der **Sherry Bike Marathon** auf dem Programm – und direkt am nächsten Tag der **Sherry Marathon** zu Fuß. Zwei anspruchsvolle Strecken, keine 24 Stunden auseinander. Mein ursprünglicher Plan war also recht entspannt: Den Bike-

Marathon locker fahren, ein bisschen Landschaft genießen, und am Sonntag irgendwie den Marathon mitnehmen.

Tja. Wie sagt man so schön? *"Erstens kommt es anders und zweitens als man denkt."*

Ein Bike-Marathon wird zur Schlammschlacht

Pünktlich zum Start am Samstag öffnete der Himmel seine Schleusen. Regen. Und zwar nicht ein bisschen, sondern richtig. Der sonst harte Kalkboden der Sherry-Weinberge verwandelte sich in eine glitschige, lehmige Rutschbahn. Mein Gravelbike kämpfte sich durch klebrigen Schlamm, der sich in den Reifen festbiss und mich mehrmals zwang, anzuhalten, das Rad freizukratzen und irgendwie wieder Schwung aufzunehmen. Nach knapp vier Stunden kam ich völlig durchnässt, mit Schlamm von Kopf bis Fuß, im Ziel an – eher erschöpft als zufrieden.



Mit schweren Beinen an den Start

Der Sonntag versprach keine große Erholung: Der Sherry Marathon startete um 8:30 Uhr vor der ehrwürdigen Alcázar in Jerez de la Frontera. Trotz der widrigen Bedingungen standen rund 250 Unerschrockene an der Startlinie. Ich fühlte mich wie einer dieser leicht verrückten Ausdauersportler aus einem Abenteuerfilm – mit dem Unterschied, dass meine Beine sich schon anfühlten wie Blei.

Die ersten Kilometer durch die Altstadt verliefen noch flüssig – bergab, gesäumt von jubelnden Zuschauern, begleitet von der Polizei. Doch der Spaß endete abrupt: Die erste Offroad-Passage ließ uns tief im Matsch versinken. Meine Laufschuhe wurden von jedem Schritt schwerer – fast so, als hätten sie sich in Beton verwandelt. Der Schlamm sammelte kleine Steine wie Trophäen, die ich mühsam herauskratzen musste.

Zwischen Weinreben und knietiefem Schlamm

An einer Unterführung warnte ein Streckenposten vor einem **knietiefen Schlammbad** – immerhin! Danach ging es direkt wieder bergauf, hinein in die idyllisch gelegenen, aber tückischen Sherry-Weinberge. Bei Kilometer 10 führte ein schmaler, zugewuchelter Singletrail hinauf zu einem Weingut. Die unsichtbaren Rinnen und Wurzeln darunter machten das Ganze zu einer echten Gratwanderung zwischen Konzentration und Gleichgewicht. Ein feiner Schotterabstieg brachte kurz Erholung, aber nicht für

lange. Schon bald verschluckten uns die nächsten Hügel. Es ging auf und ab, matschig, schmal, rutschig – ein echter Geländelauf. Bei Kilometer 20 gab's endlich eine Verpflegungsstelle, wo ich mir gleich drei Becher Cola gönnte. Ich hatte sie bitter nötig.

Gegenwind, Slalomlauf und ein unerwartetes Highlight

Ab Kilometer 30 kam Gegenwind auf, der mir die letzten Reserven raubte. Zu allem Überfluss mischten sich nun auch die Kurzstreckenläufer unter die Marathonis – ein Slalomlauf begann. Wer war hier eigentlich noch mein direkter Konkurrent?

Nach der Durchquerung der Einkaufsmeile wartete das Highlight: Die Strecke führte mitten durch die **dunklen, kühlen Hallen eines Sherry-Produzenten**. Die meisten Läufer hielten inne, kosteten den edlen Tropfen – und man merkte sofort, dass der Alkohol Wirkung zeigte. Der letzte Anstieg war weniger ein Lauf als ein kollektives Wanken.

Die letzten Meter waren steil, gespickt mit Stufen, und führten – natürlich – durch das Gelände eines weiteren Sherry-Herstellers. Nach **3 Stunden und 19 Minuten** überquerte ich überraschend flott die Ziellinie. Meine Uhr zeigte 38,8 Kilometer mit satten 735 Höhenmetern. Beim Plausch mit dem Veranstalter kam der Knaller: Ich solle um 14 Uhr zur Bühne kommen – ich hätte einen Preis gewonnen. Und tatsächlich: Ein Blick auf die Ergebnisliste offenbarte, dass ich die Altersklasse M50 mit **fast 10 Minuten Vorsprung** gewonnen hatte!

Zieleinlauf mit Überraschung

Was für ein Wochenende! Nach der Schlammhöhle am Samstag endete mein Trip nach Jerez de la

Frontera doch noch mit einem Happy End – samt Sherry, Schlamm und einem unerwarteten Podestplatz.



Text und Bilder Timo Rokitta



Nimm deine Herausforderung an:

Ein ganzes Kalenderjahr hast Du Zeit, um vier Übungen erfolgreich zu absolvieren und zusätzlich zu zeigen, dass Du schwimmen kannst. Innerhalb der vier Gruppen (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination) kannst Du dabei selber wählen, welcher Übung Du Dich in der Prüfung stellen willst.

SPORTABZEICHENTREFF

Training und Abnahme von Mai - September
immer donnerstags ab 18:30 Uhr
im Rudolf-Harbig-Stadion Grünstadt



Anmeldung erforderlich

Kontakt: sportabzeichen@tsg-gruenstadt.de

TSG Sportler bei der Stadtehrung im Rampenlicht

Im Rahmen der Verleihung der Ehrennadeln der Stadt Grünstadt am 14.05.2025, die alle drei Jahre stattfindet, wurden auch mehrere Sportlerinnen und Sportler der TSG Grünstadt für ihre herausragenden Leistungen geehrt.

Mit einer **Stadtsporplakette in Gold** wurde **Robert Votteler** ausgezeichnet. Der Triathlet der TSG erreichte beim Ironman Langdistanz in Barcelona eine neue persönliche Bestzeit und sicherte sich in der Altersklasse M65 den Weltmeistertitel – ein außergewöhnlicher Erfolg, der nun auch auf städtischer Ebene gewürdigt wurde.

Für besondere sportliche Leistungen wurden außerdem mehrere

junge Talente der TSG geehrt: **Ivana Radic** (*2012) und **Paul Bodnar** (*2011) aus der Tanzsport-Abteilung, **Paul Kronemayer** (*2010) und **Imran Ahmed** (*1999) aus der Leichtathletik, **Erza Miftari** (*2007) aus der Badminton-Abteilung, sowie **Milan Ruppert** (*2015) sowie **Jonas Töbich** (*2013) und **Samuil Dzhaferov** (*2012) von den Turnern. Sie alle haben in ihren Disziplinen durch Einsatz und Können überzeugt.

ZuS gratuliert allen Ausgezeichneten herzlich zu dieser verdienten Anerkennung. Wir freuen uns, so viele engagierte und talentierte Sportlerinnen und Sportler in der TSG-Familie zu haben!



Vierter von links Robert Votteler, sechster von links Paul Kronemayer

Bild: Kronemayer, Text Gerd Turznik



STROM



ERDGAS



WASSER



ENERGIEDIENSTLEISTUNGEN

www.AVmedia.de



ENERGIE die gut ankommt ...
in Grünstadt und im Leiningerland

Zuverlässig – persönlich – direkt vor Ort!



Stadtwerke Grünstadt GmbH
www.swen-gruenstadt.de

SWEN Service-Center
06359 954-252 | Poststr. 1 | 67269 Grünstadt



Wer sind wir eigentlich?

Den Förderverein gibt's schon seit 19 Jahre und wurde von Mitgliedern der Leichtathleten der TSG Grünstadt und des TSV Bockenheim gegründet. Aktuell haben wir 84 Mitglieder.

Was tun wir?

Wir sammeln Geld für die Sportförderung beider Vereine. Seit der Gründung sind ca. 113 562 € € in den Trainingsbetrieb geflossen.

Wohin fließen die Fördermittel genau?

Die Hälfte des gesammelten Geldes landet satzungsgemäß bei der TSG und hier komplett in der Kinder- und Jugendleichtathletik.

Was genau wird denn gefördert?

In der Vergangenheit wurden die Gelder für den Kauf von Sportgeräten und Trainingsbekleidung verwendet. Gute Sportgeräte sind richtig teuer. Hierzu kommen noch Zuschüsse zum Übungsleiterentgelt.

Wer kann mitmachen?

Jeder! Mit einem Monatsbeitrag von 1 € für Einzelpersonen und 1,50 € für die ganze Familie unterstützen Sie uns in unserer Arbeit.

Kann ich auch spenden ohne Mitglied zu werden?

Natürlich! Wir sind ein gemeinnütziger Verein und können auch Spendenbescheinigungen fürs Finanzamt erstellen. Auch kleine Beiträge sind willkommen.

An wen kann ich mich wenden wenn ich Fragen habe oder Mitglied werden möchte?

Kontakt bei der TSG: dopp.ernst@gmail.com
Wir antworten umgehend.

Sprintnormen für „Süddeutsche“ erfüllt

Eisenberg, 14.06.2025

Die Rheinland-Pfalz-Meisterschaften in Eisenberg nahm der TSG-Trainer zum Anlass, die Schnelligkeit seiner Schützlinge zu überprüfen. Er ließ sie alle 100 m laufen. Mit Erfolg, denn gleich dreimal purzelten die Qualifikations-Normen für die Süddeutsche Meisterschaften.

Bei den Frauen gelang **Sarah Jalloh** ein weiterer Coup. Die 18-jährige wurde hochgemeldet, lief aus den 4 Vorläufen mit 12,69 sek die drittbeste Zeit. Beim Endlauf bestätigte sie wieder einmal ihr hervorragende Sprintausdauer und arbeitete sich nach nicht optimalem Start auf den 2. Platz vor – wurde Rheinland-Pfalz-Vizemeister. Dabei konnte sie sich nochmals auf 12,68 sek steigern, blieb damit nur 0,02 sek

über ihrer persönlichen Bestzeit. Mit dieser Leistung erfüllt sie ebenso die Qualifikationsleistung für die Süddeutschen wie **Carlo Deuker**, der sich über 100 m auf 12,31 sek steigerte. **Carlo und Paul Kronemayer**, eigentlich noch M-15, wurden zu den U-18 hochgemeldet. **Paul** sprintete in sehr starken 11,88 sek knapp an seiner Bestzeit vorbei, überbot erneut die Quali für die Süddeutschen. Beide Jungs schieden bei der starken, jahrgangsälteren Konkurrenz im Vorlauf aus.

Carlo startete noch beim Weitsprung, kam mit 5,58 m knapp an seine Bestzeit heran und landete bei der U-18-Konkurrenz als bester M-15-Springer auf dem 8. Platz.

Mit Vereinsrekord zur Süddeutschen

Heidelberg, 08./09.6.2025

Bei den Heidelberger Qualifikationstagen konnte sich **Sarah Jalloh** auch über 200 m für die süddeutschen U-23-Meisterschaften qualifizieren, nachdem sie die Quali für den Dreisprung schon in der Tasche hatte.

Am Pfingstsonntag startete Sarah im schnellsten Zeitlauf, wurde Ausgang der Startkurve von einer weiter innen gestarteten Läuferin überrascht, lief auf Platz 3 in die Schlussgerade. Sarah konnte das Tempo noch erhöhen und schob sich unwiderstehlich an den beiden führenden Mädchen vorbei, gewann noch mit deutlichem Vorsprung. Sie wurde auch Gesamtbeste, lief mit 26,06 sek einen

neuen Vereinsrekord für die U-20 (vorher Christina Schwitalla 26,13 sek aus dem Jahr 2001) und unterbot die Quali zur Süddeutschen (26,40 sek).

Trainingspartnerin **Alisa Weitz** (TSV-Freinsheim) steigerte sich über 200 m um fast 2 Sekunden und belegte in 28,38 sek bei den U-18 einen guten 9. Gesamtplatz aus 4 Zeitläufen.

Am Montag gewann Sarah Jalloh noch den Weitsprung mit 5,20 m. Einen weiteren Sieg für die TSG gelang **Max Rompf** beim Weitsprung der Männer.

Theo Ruckert, M-14, ging nach erneutem längerem, krankheitsbedingtem Trainingsausfall sehr

aufgeregt in die Wurfwettkämpfe, (27,98 m), jeweils 3. beim Kugelstoßen (9,25 m) und Diskuswerfen.
Er wurde 2. mit dem 600 g-Speer

Kronemayer sprintet Vereinsrekord

Neustadt, 1.07.2025

Beim Abendsportfest am Dienstag in Neustadt konnten vor allem die Sprinter der TSG Grünstadt trumpfen. **Paul Kronemayer** sprintet über 200 m Vereinsrekord, **Carlo Deuker** lief über 100 m Bestzeit und **Sarah Jalloh** beherrschte beide Sprintstrecken. M-15-Athlet Kronemayer meldete sich zum 200 m-Lauf der U-18 hoch, ließ sich in seinem Zeitlauf über 200 m auch vom Gegenwind nicht stören und gewann diesen mit großem Vorsprung in ausgezeichneten 24,12 sek. Er verbesserte deutlich den M-15-Vereinsrekord, bisher gehalten vom früheren dreifachen deutschen Jugendmeister Imran Ahmed (24,37 sek).

Kronemayer wurde damit 3. bei den U-18. Carlo Deuker, ebenfalls zur U-18 hochgemeldet, beendete seinen ersten 200 m-Lauf

auf Platz 5 in guten 25,70 sek. Dafür trumpfte Deuker über 100 m auf, siegte in neuer Bestzeit von 12,18 sek und setzte damit seine Serie "bei jedem Wettkampf eine Bestleistung" auch im siebten Saisonwettkampf fort. Auch beim Speerwurf siegte er, allerdings war er mit 28,26 m nicht zufrieden.

Sarah Jalloh, U-20, ließ es bei den Sprints etwas gemütlicher angehen, zündete erst in der zweiten Laufhälfte den Turbo. Dennoch gewann sie deutlich die 100 m in 12,86 sek und die 200 m in 26,59 sek.

Weitere Platzierungen erzielten **Clara Scholl** mit Platz 2 beim Weitsprung der U-18 (4,61 m) und **Ella Hall**, die über 75 m der W-14 in 11,44 sek als 4. über die Ziellinie lief.

Bad

Wellness

Gastro

Events



Bückelhaube 11 67269 Grünstadt



Ein cleveres Konto ist einfach.

Bis zu
100 %
Rabatt*

*auf mtl. Kontoführungspreis im Bonusprogramm

**Girokonto mit
Bonusprogramm
und Mehrwerten.**

Belohnt Ihre Treue und bietet
Mehrwerte.

www.sparkasse-rhein-haardt.de/mehrwerte



**Sparkasse
Rhein-Haardt**