ZuS

Zentimeter und Sekunden

Ausgabe 2/2026

Zeitschrift der TSG Grünstadt - Abteilung Leichtathletik

Leichtathletik

75

1951-2026

- 75 Jahre Leichtathletik
- Comeback von Robert
- 3 x Grünfinken



www.tsg-gruenstadt.de

Hallo Leser und Leseinnen,

Am Samstag, dem 15. August feierten wir 75 Jahre Leichtathletik mit Verteilung der Jubiläumszeitschrift. Die Einladungen an unsere Mitglieder wurden per Post (62) und per Mail (102) Anfang Juli versendet. Die Resonanz dazu war verheerend. Es gab gerade Mal 22 Rückmeldungen dazu.
Bei der Jubiläumsfeier waren wir ein kleiner Kreis von 28 Teilnehmer/innen.
Für die Erstellung der Jubiläumszeitschrift haben Gerd und ich mehr als ein 1 Jahr gebraucht, die letzten 4 Monate fast täglich. Für die Vorbereitung und Abwicklung der Feier nochmals etliche Tage.
Wir haben 200 Exemplare der Zeitschrift drucken lassen, im Nachhinein viel zu viel. Das sind unnötige hohe Kosten, die anders hätten besser eingesetzt werden können.
Das bedeutet doch, dass die Abteilungsmitglieder für solche Veranstaltungen kein Interesse zeigen und unsere aufwändigen Arbeiten für die Jubiläumsfeier nicht gewürdigt wurden.
Daher wird es auch keinen Bericht mit Bildern über die Feier in der aktuellen ZuS geben, die Mühe werden wir uns sparen.

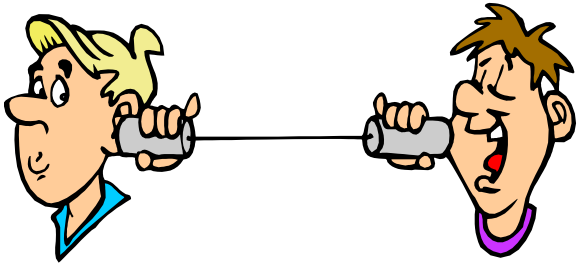
Gruß Ernst

In dieser Ausgabe

Inhaltsverzeichnis

Info-Ecke	3
Trainingszeiten	4
Laufergebnisse	6
Wettkampfergebnisse	7
Förderverein	24
Was, Wo, Wie	26
Wichtige Termine und Impressum	35

Info-Ecke



TSG Vorsitzende	Simon Völbel	
TSG Geschäftszimmer	Hiltrud Scholl und Katja Kleiber	06359 84433
	E-Mail: geschaeftsstelle@tsg-gruenstadt.de	

Abteilungsvorstand:

Abteilungsleiter	Ernst Dopp	06359 40356
Stv. Abteilungsleiter	Robert Votteler	0173 6319886
Kassenwartin	Ute Turznik	06359 85570
Volkslaufwart	Harry Brand	06359 960191
Zeugwart	Winfried Stöckl	06359 86336
Jugendwartin	Sarah Jalloh	01729048823
Pressewart	Rainer Drechsler	06353 93115

Übungsleiter Leichtathletik:

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

Trainingszeiten Winter

Kinderleichtathletik

Tag: **Montag**
Uhrzeit: 17:15-18:45
Jahrgang: 2018 und jünger
Übungsleiterinnen: Ute Turznik und Angela Petersen
Wo: Sporthalle Leininger Gymnasium Grünstadt

Tag: **Donnerstag**
Uhrzeit: 17:15-18:45
Jahrgang: 2016 bis 2017
Übungsleiterinnen: Ute Turznik und Angela Petersen
Wo: Sporthalle Leininger Gymnasium Grünstadt

Breitensport

Tag: **Montag**
Uhrzeit: 18:30-20:00
Jahrgang: 2015 und älter
Übungsleiterin: Karin Mucha-Rybinski
Wo: Sporthalle Leininger Gymnasium Grünstadt, ganzjährig

Wettkampfsport

Diverse Termine
Jahrgang: ab 12 Jahre
Übungsleiter: Rainer Drechsler
Bei Interesse Kontakt mit Rainer Drechsler aufnehmen.

Sportabzeichen

Tag: **Donnerstag**
Uhrzeit: ab 18:30
Alter: ab 6 Jahre
Übungsleiter: Gerd Turznik
Wo: Rudolf-Harbig-Stadion Grünstadt

Die Saison 2026 ist beendet, Saison 2027 beginnt im Mai.

Lauftreff

Tag: **Dienstag**
Uhrzeit: 18.00 Uhr
Übungsleiter: Harry Brand
Wo: Rudolf-Harbig-Stadion Grünstadt

Bitte vorher mit Harry Brand Kontakt aufnehmen.

Laufergebnisse

Hier werden nur die Laufergebnisse gelistet, die der Redaktion mitgeteilt wurden.

Würzburg Marathon 10.05.26
Teilnehmer: 692
13. Harry Brand 4:18:37 M-60

Speyer 7,3 km 11.05.26
Teilnehmer: 886
2. Harry Brand 33:33 M-60

Ingelheim Halbmarath. 30.05.26
Teilnehmer: 870
2. Harry Brand 1:45:51 M-60

Worms Halbmarath. 13.09.26
Teilnehmer: 608
4. Harry Brand 1:45:27 M-60
13. Jochen Schramm 2:07:36 M-60
Bemerkungen
Erster Start von unserem neuen Mitglied Jochen.

Budapest Marathon 11.10.26
Teilnehmer: 7404
48. Harry Brand 4:02:56 M-60
Bemerkungen
Der Streckenverlauf durch die ungarische Hauptstadt verlief über weite Strecken an der Donau entlang. Neben einigen Stadtbezirken und der Margaretheninsel ging es auch durch die Altstadt vorbei an St-Stephans-Basilika, Oper, Konzerthalle sowie dem ungarischen Parlamentsgebäude, leider mit vielen zeitraubenden Spitzkehren. Es war der 25. Marathon von Harry.

Triathlon

Rot 3,8/180/42,2 6.07.26
Teilnehmer: 3106
192. Bernd Zoels 13:40:34 M-55



Zieleinlauf von Bernd in Rot


Harry: im Hintergrund das Parlamentsgebäude

Wettkampfergebnisse

Theo Ruckert dreifacher Bezirksmeister

Kaiserslautern, 2.05.2026

Ein erfolgsreiches Wochenende verbrachte ***Theo Ruckert***, M-15, bei den Meisterschaften des Bezirkes Pfalz Nord-West. Er gewann den Hochsprung mit 1,61 m und den Speerwurf mit 30,97 m, beides mit persönlicher Bestleistung. **Theo** ließ sich auch den Sieg über 100 m nicht nehmen, wobei der Lauf mitten im Hochsprungwettkampf stattfand und er mit den Hochsprungspikes laufen musste, wahrlich nicht der Schnelligkeit dienend. So ist seine Zeit von 12,69 sek zu verstehen.
Seine Tradition vom Vorjahr, jeden Wettkampf mit einer Bestleistung zu beenden, scheint ***Carlo Deuker*** (U-18) auch in dieser Saison fortzusetzen. Diesmal blieb er im 100 m-Sprint erstmals unter 12 sek, lief im Vorlauf 11,90 sek und im Endlauf (4. Platz) 11,98 sek.
Den Speer schleuderte er auf 39,97 m (2. Platz, PB), die Kugel wuchtete er auf 10,47 m (3. Platz).
Einen weiteren Bezirkstitel holte sich ***Anna Schäfer*** (W-13) beim Speerwurf mit starken 19,89 m, beim Kugelstoßen wurde sie mit ebenfalls sehr guten 6,75 m Zweite.
Auch ***Johanna Guemkam Kom*** (W-12) überzeugte mit ihrem ersten 4 m-Weitsprung.

Mira Thielen: Mit Vereinsrekord zum Sieg

Grünstadt, 2.05.2026

Die 13jährige ***Mira Thielen*** gewann mit großem Vorsprung den 5000 m-Lauf in der Altersklasse U-16. Dabei verbesserte sie den 10 Jahre alten Vereinsrekord der AK W-13 um über eine Minute auf 23:35,7 min.
Unter den ca. 200 Teilnehmer beim Schülerlauf über 1000 m konnten sich einige TSG-Talente vorne platzieren. Auf Platz 2 liefen ***Fabian Schreiner und Alyson Cheugui Dongmo***, Platz 3 sicherten sich ***Louisa Jegelka und Lotta Kühn***. Auf Platz 4 kam ***Emilia Mendrella*** ins Ziel, Fünfte wurden ***David Schäfer und Tim Votteler.***

Jalloh und Deuker für „Süddeutsche“ qualifiziert

Kandel 9.05.2026

Mit großartigen Steigerungen glänzten die beiden TSG-Vertreter bei den Pfalzmeisterschaften der Frauen und U-18 in Kandel. Ein Titel, ein Vereinsrekord und zwei Qualies für die süddeutschen Meisterschaften gab es zu feiern.

Sarah Jalloh begann den Wettkampf mit dem Dreisprung. Mit allen gültigen Versuchen blieb sie über ihrer alten Bestmarke, übertraf dabei zweimal die Quali zur „Süddeutschen“ (11 m).

Mit einem Satz von 11,12 m übertraf sie ihre eigene Bestmarke um fast einen halben Meter, sprang neuen Vereinsrekord und wurde mit deutlichem Vorsprung Pfalzmeisterin bei den Frauen.

Carlo Deuker überzeugte in seinem ersten U-18-Jahr. Er begann mit ausgezeichneten 15,74 sek über die 110 m-Hürden, lief als 4. in einem erstklassig besetzten Endlauf gleich in seinem ersten Rennen über die neue Distanz die Quali zur süddeutschen Meisterschaften.

Carlo setzte seine Serie „bei jedem Wettkampf eine Bestleistung“ beim Kugelstoßen fort, steigerte sich hier von 10,55 m auf 11,12 m (Platz 2). Über 100 m qualifizierte er sich für den Endlauf, lief bei starkem Gegenwind (2m/sek) 12,19 sek und wurde damit 6.



Pfalztitel und Qualifikationen

Eisenberg, 10.05.2026

Nachdem der erste Tag der Pfalzmeisterschaften für die TSG-Leichtathleten sehr erfolgreich war, gab es auch beim 2. Tag der Meisterschaften in Eisenberg – U-20, U-16 und U-14 – überwiegend positive Ergebnisse. Zweimal wurde die Quali für die süddeutschen Meisterschaften erreicht, ein Vereinsrekord, 2 Pfalzmeistertitel und 4 Vizemeisterschaften, ein sehr gutes Gesamtergebnis.

Für die Pfalzmeistertitel sorgte ***Theo Ruckert***, M-15, beim Kugelstoßen, er kam mit 11,40 m fast an seine Bestleistung heran. Diese wiederum warf ***Anna Schäfer***, W-13, mit dem Speer. Mit 20,39 m war ihr der Pfalzmeistertitel nicht zu nehmen.

Über 300 m lief ***Theo Ruckert*** sehr mutig an, kämpfte sich auf den 3. Platz in 38,85 sek. Damit verbesserte er den bisherigen 18 Jahre alten Vereinsrekord und unterbot auch die Quali für die süddeutschen Meisterschaften. Für ***Theo*** sprangen noch zweite Plätze beim Hochsprung (1,58 m) und Speerwerfen (30,51 m) heraus.

Ella Hall, W-14, hatte wie alle Sprinter mit starkem Gegenwind zu kämpfen, konnte sich dennoch über 100 m deutlich auf 14,02 sek steigern, was mit dem 6. Platz beim Endlauf belohnt wurde. Mit den Wurfergebnissen war sie nicht ganz zufrieden, wobei es beim Kugelstoßen mit 8,59 m noch zum 2. Platz reichte, mit dem Diskus wurde sie 4.

Leni Venus, W-13, überquerte beim Hochsprung sehr gute 1,37 m (2. Platz). Über 75 m lief sie mit Bestzeit von 10,80 sek die zweitschnellste Vorlaufzeit, hatte aber leider beim Endlauf einen schlechten Start und musste mit Platz 4 in 10,87 sek zufrieden sein. Bei ihrem ersten Wettkampf mit dem 400g-Speer wurde sie 6.

Stark verbessert zeigte sich ***Johanna Guemkam Kom,*** W-12, in den Sprints. Über die 60 m-Hürden lief sie überraschend in 11,48 sek auf den 3. Platz, über 75 m sprintete sie in 11,24 sek über die Ziellinie.

Anna Schäfer konnte auch beim Kugelstoßen ihre Bestleistung steigern, sie wurde mit 6,84 m 5.

Einen guten Wettkampftag mit zwei persönlichen Bestleistungen erwischte auch ***Mira Thielen***, W-13. Sie verpasste aus mehreren Vorläufen über 75 m als 9. denkbar knapp das Finale, steigerte sich um 2 Zehntel auf 11,19 sek. Erstmals überflog sie beim Weitsprung die 4 m-Marke (4,05 m). Und zum Schluss lief sie über 800 m auf Platz 5, mit 2:52,39 min verfehlte sie knapp ihre Bestleistung.

Nach einem langen, mehr als 8 stündigen Wettkampftag, sorgte die 4 x 100 m-Staffel der U-18 für einen letzten High-Light. In der gleichen Besetzung wie bei der Teilnahme an der letztjährigen deutschen Meisterschaft (***Aragon Matsuura – Paul Kronemayer – Carlo Deuker – Theo Ruckert***) startete die Startgemeinschaft Unterhaardt in der Klasse U-20 und wurde Vizepfalzmeister. Dabei verbesserten sich die Jungs um rund 1,5 sek auf 46,16 sek und unterboten die Mindestleistung für die süddeutschen Meisterschaften.

Fünfkämpfer mit Bestleistungen

Haßloch, 16.05.2026

Auch bei den Pfalz-Blockmehrkampfmeisterschaften in Haßloch überzeugte der Leichtathletik-Nachwuchs mit guten Leistungen. Trotz zwei deftigen Regenschauern blieb die gute Stimmung erhalten, weshalb sich jeder der angetretenen TSG'ler bei einer oder mehreren Disziplinen verbessern konnte. Hürdenlauf wurde zum Beispiel bei strömenden Regen durchgeführt, vor dem Kugelstoßen und Speerwurf hat es gehagelt.

Ganz knapp verpasste ***Ella Hall***, W-14, den Pfalztitel beim Blockmehrkampf Wurf. Sie steigerte sich auf 2168 Punkte und verfehlte den Titel um winzige 11 Punkte. Jedoch freute sie sich über ihre Bestleistungen beim Sprint und Weitsprung. Sie landete bei 4,51 m in der Sandgrube und blieb erstmals über 100 m unter 14 Sekunden, ihre Zeit: 13,87 sek.

Dritte im Wettkampf der W-14 wurde ***Lina Olivan***, sie steigerte ihre PB beim Kugelstoßen (7,41 m) und über 80 m-Hürden (15,29 sek).

Für einen weiteren 2.Platz sorgte bei den M-15 ***Theo Ruckert***, mit einem ausgeglichenen Mehrkampf beim Block Sprint. Seine Bestleistung erzielte er beim Weitsprung mit 5,30 m.

Um über 270 Punkte auf 1936 Punkte verbesserte sich ***Mira Thielen***, W-13, beim Block Lauf (6. Platz). Ihre Bestleistungen erzielte sie beim Weitsprung (4,09 m), über 60 m-Hürden (11,96 sek) sowie beim Ballwurf.

Erstmals startete ***Leni Venus***, W-13, über 60 m-Hürden und lief gute 11,35 sek. Nach 3 Trainingseinheiten in der Wochenmitte fehlte ihr etwas die Spritzigkeit, so war sie mit dem Sprint, Hoch- und Weitsprung nicht zufrieden. Immerhin sprang noch eine Bestleistung beim Speerwurf heraus. Sie beendete den Block Sprint mit einem 3. Platz mit 2078 Punkten.

In einen regelrechten Rausch sprang sich ***Johanna Guemkam Kom*** beim Hochsprung. Mit einer Bestleistung von 1,12 m angereist, wurde sie von Sprung zu Sprung sicherer und steigerte sich auf hervorragende 1,21 m. Auch beim Weitsprung (4,10 m) und beim Speerwurf gelangen ihr neue Bestleistungen. Beim Block Sprint belegte Johanna den 3. Platz mit 1933 Punkten.

KiLa-Sportfest in Offenbach an der Queich

Offenbach, 23.05.2026

Am 23.05. fand der nächste KiLa-Wettkampf statt. Leider kam nur eine Mannschaft in der U12 zustande. Zusammen mit ***Marleen Schubing*** vom TuS Altleiningen gingen ***Nele Schärer, Eline Jantscha, Ella Zolobczuk, Louisa Jegelka, Rafael Thielen*** **und** ***Levin Kühn*** an den Start. Durch drei kurzfristige krankheitsbedingte Ausfälle war die Mannschaft deutlich geschwächt. Außerdem machten die hohen Temperaturen den Kindern sehr zu schaffen, was vor allem bei den Laufwettbewerben ein Problem war.



Von links: Ella, Marleen, Nele, Eline, Lousia, Rafael und Levin

Als erste Disziplin stand der 50m Sprint auf dem Programm. Danach ging es zum Medizinball-Stoßen. Auch wenn das Stoßen nicht die Lieblingsdisziplin der Kinder ist, zeigten sie gute Leistungen. Bester war ***Levin***, der 36 Punkte schaffte. Knapp dahinter lagen ***Nele*** und ***Rafael***, die jeweils 30 Punkte erzielten.
Dann kam eine neue Disziplin für die Kinder: der 5-Sprung. Aus kurzem Anlauf sprangen die Kinder 2x rechts, 2x links, 1x rechts (oder umgekehrt) und dann möglichst weit in die Grube. Beste war hier ***Eline,*** sie sprang 3,01m weit. Insgesamt kam sie in drei Sprüngen auf 8,82 m. Zweitbeste war ***Ella*** mit 8,21 m.
Die abschließende 6 x 800 m-Staffel brachte die Kinder bei den immer noch herrschenden hohen Temperaturen an ihre Grenzen. Trotzdem liefen alle sehr gute Zeiten. Schnellste war ***Louisa,*** die 3:19 min brauchte, knapp dahinter ***Marleen*** mit 3:21 min.
Sehr zur Freude aller Kinder stellte der Veranstalter dann die Wasserwerfer an, eine willkommene Abkühlung nach dem harten Wettkampf.

Bild vom Wasserwerfer siehe Seite 12



Theo Ruckert sprintet zur „Deutschen"

Mannheim, 25.05.2026 und Mörfelden, 23.05.2026

Mit dem Ziel, die Quali über 300 m für die deutschen M-15-Meisterschaften zu laufen, reiste ***Theo Ruckert*** zum Pfingstsportfest nach Mannheim. Bei starker Konkurrenz konnte sich Theo um eine halbe Sekunde auf 38,39 sek steigern, lief auf Platz 2 über die Ziellinie und unterbot die geforderte Qualifikationsnorm von 38,50. Nebenbei verbesserte Theo auch seinen eigenen Vereinsrekord. Nachdem er auch die Zusatzquali beim Blockmehrkampf sicher erfüllte, darf sich Theo auf den Start bei den Deutschen in Bochum-Wattenscheid freuen.

Einen Sieg beim Dreisprung der Frauen gelang ***Sarah Jalloh*** beim Stadionfest in Mörfelden. Ihr Trainer experimentierte mit dem Anlauf, was zu etlichen ungültigen (sehr weiten!) Sprüngen führte. So musste Sarah mit 10,99 m zufrieden sein, 13 cm unter ihrer erst zwei Wochen alten Bestleistung.

Imponierend, wie die Großveranstaltung mit rund 570 Gesamtteilnehmer ohne große Zeitplanverzögerung durchgeführt wurde.

Jalloh: Mit Bestleistung zum Landestitel

Mainz, 31.05.2026

Souverän wurde ***Sarah Jalloh*** bei den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften in Mainz ihrer Favoritenrolle gerecht und gewann den Dreisprung der Frauen. Dabei war die Freude riesengroß, als sie in ihrem 2. Versuch ihre bisherige Bestleistung auf sehr gute 11,48 m steigerte, 37 cm weiter als bisher, die von ihr und ihrem Trainer anvisierten 11,30 m wurden deutlich übertroffen. Keine einzige der 6 Konkurrenten schaffte noch die 11 m-Grenze.

Sarah verbesserte damit ihren eigenen Vereinsrekord und ver-

zichtete auf die letzten Sprünge, die noch nach einer Gewitterunterbrechung durchgeführt wurden.
Über 100 m qualifizierte sie sich aus 5 Vorläufen für das B-Finale, wurde hier 4. in 12,99 sek.
Für den 2. Höhepunkt aus Grünstadter Sicht sorgte die 4 x 100m -Staffel der StG Unterhaardt mit ***Aragon Matsuura (TSV Freinsheim) sowie Paul Kronemayer, Carlo Deuker und Theo Ruckert (alle TSG Grünstadt***). Auf der ungünstigen Außenbahn konnten die U-18-Jungs dem glasklaren Favoriten ABC-Ludwigshafen läuferisch lange gegenhalten, sicherten sich letztendlich mit deutlichem Vorsprung den 2. Platz, noch vor so starken Teams wie unter anderem die LG Sieg und LG Rhein-Wied. Dabei waren die Unterhaardter die einzige Staffel mit ausschließlich Läufern des jüngeren Jahrganges. Ihre Bestzeit steigerten sie auf sehr gute 45,80 sek, bei den Wechseln besteht noch Verbesserungspotential.
Carlo Deuker, U-18, platzierte sich über 110 m-Hürden bei 2 Zeitendläufen auf den insgesamten 7. Platz, wobei er gleich zweimal stark benachteiligt wurde. Zuerst ließ er sich von einem klaren Fehlstart des neben ihm laufenden Konkurrenten – der nicht zurückgeschossen wurde! – beim Start irritieren, danach blieb genau dieser Konkurrent an der 8. Hürde hängen und verschob dabei auch Carlo's Hürde um gut 30 cm. Carlo musste dadurch seinen Rhythmus blitzschnell anpassen, kam aus dem Tritt und trudelte in für ihn inakzeptablen 16,05 sek ins Ziel.
Neben der immer wieder recht großzügig ausgelegten Fehlstartregel gab es für die Startrichter ein weiteres Malheur, denn durch die beiden Gewitter wurde die Startpistole lahmgelegt, was zu einer Unterbrechung bei den Läufen um 65 Minuten führte.



Die drei Erstplatzierten von links Unterhaardt, ABC Lu, LG Rhein-Wied

Theo Ruckert auf Bestleistung- und Medaillenjagd

Kaiserslautern, 14.06.2026

Seine gute Form stellte ***Theo Ruckert*** bei den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften in Kaiserslautern unter Beweis. Das 15jährige Mehrkampftalent holte sich Silber über 300 m und Bronze beim Kugelstoßen, beide Mal mit Bestleistungen.

Er begann den Wettkampf mit dem Kugelstoßen und schon beim 2. Versuch katapultierte er sein Arbeitsgerät auf 11,86 m, 37 cm weiter als bei seiner bisherigen Bestleistung. Damit schob er sich auf den 3. Platz vor, den er bis zum Wettkampfende verteidigen konnte.

3 Stunden später folgte nach Bronze beim Kugelstoßen Silber über 300 m. Auf Bahn 4 sitzend hatte ***Theo*** einen ungünstigen Startplatz, denn die Mitfavoriten saßen auf den inneren Startblöcken und hatten demnach ***Theo*** vor sich. So ging ***Theo*** mit sehr hohem Anfangstempo in das Rennen und kämpfte sich auf den letzten 30 m bis zur Erschöpfung ins Ziel. Er wurde mit dem 2. Platz belohnt, knackte mit 37,94 sek erstmals die 38-Sek-Grenze. Neuer Vereinsrekord und ein Platz unter den TOP-8 in der Rangliste des süddeutschen Leichtathletik-Verbandes.

Auch die anderen Grünstadter Teilnehmer überzeugten mit Bestleistungen. ***Ella Hall***, W-14, steigerte sich beim Weitsprung auf 4,64 m und freute sich über ihren 7. Platz bei 32 Teilnehmern. ***Leni Venus***, noch W-13, meldete sich zur W-14 hoch und überraschte mit einer sehr guten Zeit von 13,97 sek in ihrem ersten 100 m-Lauf.

Theo Ruckert auch auf kurzen Strecken schnell

Saarbrücken, 2.07.2026

Beim Abendsportfest zeigte sich das Langsprinttalent Theo Ruckert auch auf den kurzen Sprintstrecken stark verbessert. In Vorbereitung zur deutschen Meisterschaft über 300 m stellte er sich der Konkurrenz über 100 m und 200 m und ließ mit starken Zeiten aufhorchen. Über 100 m war er Zweitschnellster der AK U-16, steigerte sich erheblich auf 12,07 sek. Mit ein wenig Windunterstützung hätte er die 12-sek-Schallmauer durchbrechen können.

Die zulässige Windunterstützung hatte er dann bei seinem ersten 200 m-Start, er sprintete in schnellen 24,46 sek ins Ziel. Kein anderer U-16-Sprinter war an diesem Tag schneller.

Theos Mutter Yvonne, die für Astoria Wallstadt startet, lief auf den beiden Kurzsprintstrecken auch so schnell wie noch nie. Über 100 m kam sie in regulären 13,13 sek ins Ziel, über 200 m hatte sie bei ihren 26,19 sek ein Tick zu viel Rückenwind.



Theo und Yvonne

Theo Ruckert bei den Deutschen

Bochum-Wattenscheid, 10.07.2026

Aufregend war er bestimmt, der erste Start von ***Theo Ruckert*** in einer Einzeldisziplin bei einer deutschen Meisterschaft. Mit tollen Läufen hatte sich der 15jährige sowohl bei den Pfalz- als auch bei den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften - jeweils 2. Platz - für dieses Großereignis qualifiziert. Er lief im Halbfinale sehr gute 38,28 sek.

Der Originalkommentar von Yvonne Ruckert, seiner zufriedenen Mutter, die Theo nach Bochum begleitete und betreute:

"Das war ein aufregender Tag. Er hat alles gegeben und tapfer gekämpft. Super gute erste 200 m gehabt, dann wurde er sehr blau. Die Zeit ist für Bahn 1 aber absolut in Ordnung und insgesamt war es eine tolle Erfahrung in so einem großartigen Stadion sich mit den besten deutschen Athleten zu messen".

Theo Ruckert: Schneller immer schneller

Weinheim, 29.07.2026

Die Entwicklung des 15jährigen ***Theo Ruckert*** auf den Sprintstrecken ist nicht mehr zu bremsen. Diesmal lief er auf den kurzen Distanzen neue Bestzeiten.
Bei den Chrono-Classics in Weinheim gewann er bei den M-15 sowohl die 100 m als auch die 200 m.
Über 100 m steigerte er sich dabei um 0,27 sek! auf 11,80 sek. Mit dieser Zeit erfüllte er die Qualifikationsnorm für die deutschen Meisterschaften – leider erst nach den Meisterschaften.
Rückblickend hätte er bei den „Deutschen" in Wattenscheid, bei denen er über 300 m in den Vorläufen knapp gescheitert ist, auch noch über 100 m an den Start gehen können.
Auch über 200 m konnte er sich um 0,3 sek auf 24,16 sek verbessern, verfehlte den Vereinsrekord seines Trainingskameraden ***Paul Kronemayer*** um winzige 0,04 sek.

Die Grünfinken in Dannstadt

Dannstadt, 22.08.2026

Im August fand das nächste KiLa-Sportfest in Dannstadt statt. Für die U10 gingen ***Louis Ferino, Jacob Huxel, Elia Levy, Hanna Mendrella, Lara Nünlist*** und ***Tobias Pohl*** an den Start. Jacob und Lara waren das erste Mal dabei. Kurzfristig wurde die Mannschaft von Elias Cousins ***Jim*** und ***Sam Weigand*** verstärkt.
Mit der 40m-Hindernissprint-Staffel ging es los. Obwohl die Bananenkisten für die Jüngsten doch etwas hoch waren, meisterten alle diese Aufgabe hervorragend. Die nächste Disziplin stellte die Kinder vor wesentlich größere Probleme. 15 Reifen mussten auf einem Bein durchhüpft werden, wobei nach jeweils 3 Reifen das Bein gewechselt wurde. Schrittfehler, Reifenberührungen und sogar Stürze – kaum ein Kind bewältigte den Parcours ohne Fehler.
Der Drehwurf machte dann sehr viel mehr Spaß. Hier war ***Jim*** der beste, knapp dahinter ***Sam*** und ***Lara***. Im abschließenden Transportlauf liefen die Kinder 7 Minuten durchs Gelände und sammelten bunte Bänder ein. Am besten gelang das ***Lara*** und ***Jacob,*** die jeweils 10 Bänder holten.



U10 von links: Sam, Jim, Jacob, Louis, Lara, Elia, Tobias und Hanna

Danach war die U12 an der Reihe. Auch hier gab es mit ***Willi Rother*** und ***Chris-Jason Cheugui Njuko*** zwei Neulinge. Weiterhin starteten ***Alyson Cheugui Dongmo, Eline Jantscha, Emilia Mendrella, Josephin Menzel, David Schäfer, Nele Schärer*** und ***Hanna Stubbe.***



U12 von links: Hanna, Nele, David, Willi, Chris-Jason, Josephin, Emilia, Eline und Ayson

Die Disziplinen wechselten, statt Drehwurf wurde jetzt mit Schlagbällen geworfen. Hier warfen die Jungen deutlich weiter als die Mädchen. Bester war **Chris**, knapp gefolgt von ***Willi***. Danach ging es zum Fünfsprung. Das beherrschte ***Emilia*** am besten, zweitbeste war ***Eline***.
Für die Hindernissprint-Staffel wurden die Hindernisse um 10cm erhöht, die Strecke auf 50m verlängert. Trotz eines Sturzes von Hanna (sie war zu schnell unterwegs und stolperte über ein Hindernis) liefen die Kinder eine gute Zeit.
Die letzte Disziplin war ein Crosslauf über 1200m. Die Strecke führte kreuz und quer über das Stadiongelände. Sehr schnell unterwegs waren ***David, Aly*** und ***Willi***, die sich auch vom jetzt einsetzenden Regen nicht stoppen ließen. Insgesamt kam die Mannschaft auf einen hervorragenden 6. Platz, was großen Jubel bei der Siegerehrung auslöste.



U12 von links: Nele, David, Chris-Jason, Willi, Emilia, Eline und Ayson

Theo Ruckert Pfalzmeister Mehrkampf

Neustadt, 5.09.2026

Bei den Pfalzmeisterschaften im Vierkampf wurde ***Theo Ruckert*** seiner Favoritenrolle gerecht und gewann den Titel beim Vierkampf der M-15.
Dabei entwickelte sich ein spannender Dreikampf zwischen ***Theo*** und seinen stärksten Konkurrenten aus Landau und Zweibrücken. ***Theo*** begann mit einer persönlichen Bestleistung beim Hochsprung, steigerte sich über

1,62 m auf 1,65 m. Schwierig gestaltete sich der Weitsprung mit böigen Wechselwinden. Dennoch sprang er beim 2. Versuch mit 5,42 m Bestleistung, um sich beim letzten Versuch noch auf 5,57 m zu steigern.
Einen kleinen Einbruch gab es beim Kugelstoßen, Theo beförderte die Kugel „nur" auf 10,79 m.
Damit blieb er nach 3 Disziplinen weiterhin auf dem 2. Platz, die Entscheidung musste beim 100 m -Lauf fallen.
Theo zeigte, warum er aktuell der schnellste 15jährige in der Pfalz ist und sprintete hervorragende 11,86 sek. Damit ging er erstmals in Führung und gewann den Pfalzmeistertitel mit 2213 Punkten. Das bedeutete eine imposante Steigerung seiner bisherigen Bestleistung um 351 Punkten und gleichzeitig erzielte er zum Zweitplatzierten einen beruhigenden Vorsprung von rund 90 Punkten.

Beim Team-Wettkampf reihenweise Bestleistungen

Edenkoben, 12.09.2026

Wie jedes Jahr wurden die Pfalzmeisterschaften der Leichtathletik -Teams sowohl sportlich als auch emotional der krönende Jahresabschluss. Zwar stehen noch 2 Wettkämpfe aus, aber beim Team starten wie immer alle Sportler der teilnehmenden Altersklassen.
Und sie hatten viel Freude, nicht zuletzt durch 15 persönliche Bestleistungen!
Wenig Chancen hatte die ***U-18-Startgemeinschaft Unterhaardt*** beim Duell mit der StG Nußdorf-Germersheim-
Deidesheim, die mit einigen Teilnehmern antraten, die auch bei den „Deutschen" starteten. Die ***StG Unterhaardt*** wurde 2, verbesserte dabei ihr Mannschaftsresultat vom Vorjahr auf 7503 Punkten, obwohl über die Hürden und 800 m nur ein Wettkämpfer in die Wertung kamen (Je Disziplin konnten 3 Wettkämpfer pro Team starten, die beiden besten wurden gewertet).
Von der TSG Grünstadt steigerte sich ***Carlo Deukert*** beim Hochsprung auf 1,60 m, ***Theo Ruckert*** verbesserte seine erst eine Woche alte Bestleistung beim Weitsprung auf 5,69 m. ***Paul Kronemayer*** überzeugte beim Kugelstoßen mit 11,15 m, ***Theo*** lief bei 2m/sek Gegenwind die 100 m in guten 12,12 sek.
Bei den Freinsheimer Mannschaftskameraden erzielte ***Jonas Langenwalter*** beim Kugelstoßen und Speerwerfen persönliche Bestleistungen. ***Aragon Matsuura***, der eigentlich Handball spielt und ohne Leichtathletik-Training immer für die Staffel und dem Team-Wettkampf der Startgemeinschaft zur Verfügung steht, überraschte beim 110 m-Hürdenlauf mit einem 3er-Rhythmus, lief die 800 m in Bestzeit von 2:22,35 min und zeigte seine Vielseitigkeit mit einem Speerwurf von 30,86 m. Eine geringfügige Verbesserung mit dem 700g -Speer gelang auch ***Carlo Deuker*** mit 36,15 m. Leider verpatzte die 4 x 100m-Staffel total den letzten Wechsel, so waren die 47,23 sek zu erklären.
8 Mannschaften kämpften um den Titel bei den ***U-14.*** Unsere Mädels wurden 5. mit 5187 Punkten, über 100 Punkte mehr als

das Vorjahres-Team. Nur rund 80 Punkte fehlten zum 3. Platz.
Überragende Punktesammlerin war ***Leni Venus***. Unter allen Teilnehmerinnen war sie schnellste über 75 m (10,60 sek), zweitbeste beim Ballwurf (34,5 m) und viertschnellste über 60 m-Hürden (11,33 sek) – alles mit persönlicher Bestleistung. Und sie lief auch in der 4 x 75 m-Staffel (***Thielen-Venus-Guemkam Kom – Klee***), die ihren Zeitlauf in 42,42 sek gewann und insgesamt drittbeste Staffel wurde.
Anna Schäfer steigerte sich beim Ballwurf um 7 m auf 33 m und belegte den 5. Platz aller Werferinnen.
Alle Grünstadter sprangen so weit wie nie. ***Emily Klee*** 4,14 m, ***Mira Thielen*** 4,11 m ***und Johanna Guemkam Kom*** 4,10 m. ***Emily*** lief auch über 75 m in 11,17 sek eine neue Bestzeit. Über 800 m blieb ***Mira Thielen*** mit 2:53,81 min in gewohnten Bereichen***, Lotta Kühn*** dagegen konnte sich deutlich auf 3:14,04 min verbessern.



Von links:
Johanna, Leni mit Emily, Mira und Anna

2. Betzis-KiLa-Cup in Kaiserslautern

Kaiserslautern, 13.09.2026

Der letzte Freiluftwettkampf für dieses Jahr fand am in Kaiserslautern statt. Die U10 machte den Anfang mit ***Ida Gutmacher, Louisa Jegelka, Hanna Mendrella, Ole Mitgude, Lara Nünlist, Tobias Pohl, Fabian*** *und* ***Madeleine Schreiner***.
Vier Disziplinen standen für die Kids auf dem Programm. Los ging es mit Weitsprung in die Zone, danach folgte die 40 m-

Hindernisstaffel. Die 3. Disziplin war Schlagballwurf, bevor zum Schluss noch mal gesprintet wurde. Zweimal 40m mussten absolviert werden.



U10 von links
Hintere Reihe: Dana, Sara, und Emilia von der U12, Ida und Louisa
Vordere Reihe: Lara, Hanna, Tobias Fabian, Madeleine und Ole

Danach waren die älteren Kinder an der Reihe. ***Hannah Baierl, Alyson Cheugui Dongmo***, ihr Bruder ***Chris-Jason Cheugui Njuko, Dana Gutmacher, Eline Jantscha, Sara Jegelka, Levin Kühn, Emilia Mendrella, David Schäfer, Hanna Stubbe*** und ***Rafael Thielen*** gingen für die U12 an den Start. Begonnen wurde mit der 6x 50m-Staffel. Das intensive Wechseltraining zeigte Wirkung. Obwohl der letzte Wechsel nicht optimal war, lief die Mannschaft eine neue Bestzeit. Drehwurf, Weitsprung und 50 m-Hindernis-Sprint folgten. Der Crosslauf über ca. 1000 m bildete den Abschluss.
Leider fehlte Betzi dieses Jahr wegen Krankheit. Trotzdem gab es großen Jubel bei der Siegerehrung, die Mannschaft belegte einen ausgezeichneten 6. Platz.

Theo Ruckert auf Platz 4 in Deutschland

Seckenheim, 19.09.2026

Beim Herbstsportfest in Seckenheim trumpfte ein kleines Leichtathletik-Team eindrucksvoll auf. ***Theo Ruckert*** lief über 200 m nicht nur Vereinsrekord, sondern setzte sich in der aktuellen deutschen Bestenliste auf den 4. Platz! ***Leni Venus*** bleibt weiterhin auf Bestleistungskurs.

Theo meldete sich über 100 m und 200 m in die Klasse U-18 hoch, gewann die kurze Sprintstrecke in erneut starken 11,87 sek. Über 200 m zündete er den Turbo, verbesserte nicht nur seine eigene Bestzeit und den bisherigen Vereinsrekord seines Trainingskameraden Paul Kronemayer, sondern sprintete in überragenden 23,50 sek auf den 4. Platz der aktuellen deutschen M-15-Bestenliste***.*** ***Theo*** kam zugute, dass ihm beim Kampf mit einem älteren Kollegen alles abverlangt wurde, nur um 0,02 sek wurde er auf den 2. Platz verwiesen.

Einer der ersten Gratulanten war der Staffel-Silbermedaillengewinner der Europameisterschaften, Lucas Ansah-Peprah.

Leni Venus, W-13, setzte ihre Serie der Bestleistungen fort. Ihre 3 Bestleistungen vom letzten Wochenende konnte sie in Seckenheim mit 4 PB noch toppen.

Leni begann mit 10,60 sek über 75 m. Beim Weitsprung nähert sie sich mit 4,76 m langsam der 5m-Grenze und den 200 g-Ball schleuderte sie auf 36 m. Mit 1430 Punkte gewann sie den Dreikampf (26 Teilnehmerinnen), eine Steigerung um rund 250 Punkte.

Mit zweimal dem 6. Platz landete ***Ella Hall*** jeweils im Vorderfeld. Dabei erzielte sie beim Weitsprung mit 4,68 m eine Bestleistung, über 100 m war sie mit 14,27 sek nicht ganz zufrieden.

Hungriger Nachwuchs

Limburgerhof, 26.09.2026

Während beim Einladungssportfest in Limburgerhof die älteren der Jugendlichen schon leichte Abnutzungserscheinungen nach langer Trainings- und Wettkampfsaison zeigten, trumpfte der jüngere Nachwuchs mit hoher Motivation und vielen Bestleistungen nochmals richtig auf.

Die jüngste, die 12jährige ***Johanna Guamkam Kom***, steigerte sich über 60 m-Hürden auf 11,29 sek und vor allem über 75 m auf 11,02 sek, wurde bei den U-14 jeweils Vierte. Keine Bestleistung, dafür Sieg über 75 m in 10,84 sek und ein 2. Platz beim Weitsprung mit 4,42 m, das war die Ausbeute der 13jährigen ***Leni Venus*** ebenfalls bei den U-14. Dritter Wettkampf, zum dritten Mal Bestleistungen, damit trumpfte die gleichaltrige ***Emily Klee*** auf. Sie landete beim Weitsprung bei 4,30 m (4. Platz) und sprintete über 75 m 11,10 sek (5.Platz).

Mit 3,89 m platzierte sich ***Leon Küpper*** beim Weitsprung der U-14 auf den 2. Platz, über 75 m

blieb er mit 11,97 sek erstmals unter 12 Sekunden.
Carlo Deuker, U-18, absolvierte nach guter Vorbereitung erstmals einen Stabhochsprungwettkampf und zeigte sich mit seinen überquerten 2,40 m sehr zufrieden. Er wurde 2.
Siegreich beim Weitsprung der Frauen war ***Sarah Jalloh***, 5 übergetretenen Sprüngen stand ein gültiger dagegen, der sie auf 4,75 m fliegen ließ.
Einen weiteren Sieg gelang der 4 x 100m-Staffel der U-16 mit ***Ella Hall – Leni Venus – Lina Olivan – Elektra Landschreiber.*** Ihre Zeit war 56,20 sek.
Ella Hall wurde zudem 5. beim Weitsprung und 4. über 100 m, ***Lina Olivan*** 3. über 800 m, 4. beim Weitsprung und 5. über 100 m.



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

Förderverein
für
Jugend- und Breitensport
Leiningerland e.V.

Wer sind wir eigentlich?

Den Förderverein gibt's schon seit 20 Jahre und wurde von Mitgliedern der Leichtathleten der TSG Grünstadt und des TSV Bockenheim gegründet. Aktuell haben wir 90 Mitglieder.

Was tun wir?

Wir sammeln Geld für die Sportförderung beider Vereine. Seit der Gründung sind ca. 13100 € € 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 Beträge 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.



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

TSG Grünstadt – 75 Jahre Leichtathletik

Die Leichtathletikabteilung der TSG Grünstadt feiert 2026 ihr 75-jähriges Bestehen. Seit der Gründung 1951 hat sie sich zu einem beständigen Pfeiler des sportlichen Lebens in Grünstadt und der gesamten Region entwickelt. Die Abteilung verbindet Tradition mit moderner Trainingsarbeit, fördert kontinuierlich den Nachwuchs und zeichnet sich durch eine starke Lauf- und Triathlonkultur aus. Die letzten 25 Jahre waren dabei besonders prägend – sportlich, organisatorisch und gesellschaftlich.

1. Sportliche Höhepunkte – Klassische Leichtathletik

Die klassische Leichtathletik ist seit den 1950er-Jahren fest in der TSG verankert. Bereits in den frühen Jahrzehnten entstanden stabile Strukturen für Training, Wettkämpfe und Nachwuchsarbeit. In den 1970er- und 1980er-Jahren erzielten Athletinnen und Athleten der TSG regelmäßig Titel auf Bezirks- und Pfalzebene und etablierten den Verein als verlässlichen Leistungsstützpunkt der Region.
In den 1990er-Jahren folgte eine besonders erfolgreiche Generation. **Markus Scholler, Nisar Zimmermann, Anne Marie Weyer, Heike Siener** und **Angelika Servo** erzielten über viele Jahre hinweg starke Ergebnisse in Sprint-, Sprung- und Mehrkampfdisziplinen. Mehrere Pfalztitel, Berufungen in Verbandskader und Platzierungen in Deutschen Bestenlisten unterstrichen die Leistungsfähigkeit dieser Gruppe und bildeten die Grundlage für die Erfolge der folgenden Jahrzehnte.
Ab den 2000er-Jahren knüpfte eine neue Generation an diese Tradition an. **Felix Schneider** gehörte zwischen 2008 und 2013 im Dreisprung zu den besten Jugendlichen in Rheinland-Pfalz. In der ersten Hälfte der 2010er-Jahre dominierte **Imran Ahmed** in Sprint-, Weit- und Dreisprungdisziplinen sowie im Mehrkampf und gewann mehrere Landes- und Deutsche Meisterschaftstitel. Parallel dazu überzeugten **Anna Gehrmann, Josefine Klett** und **Hanna Sandmann** mit herausragenden Leistungen in ihren Altersklassen.
In den 2020er-Jahren rückten erneut vielversprechende Athletinnen und Athleten in den Fokus. **Julian Schlepütz, Paul Kronemayer, Carlo Deuker, Merle Brammert-Schröder** und **Sarah Jalloh** sammelten zahlreiche Titel in Sprint-, Sprung- und Mehrkampfwettbewerben und setzten die erfolgreiche Nachwuchsarbeit der Abteilung fort. Kooperationen in Startgemeinschaften wie der StG Unterhaardt oder dem Sprint Team EGD erweiterten zudem die sportlichen Möglichkeiten und ermöglichten Erfolge auch auf Mannschaftsebene.


Bad
Wellness
Gastro
Events
CabaLela
Cabriobad Leiningerland
Bückelhaube 11 67269 Grünstadt

2. Sportliche Höhepunkte – Laufen und Triathlon

Die Jahre 1990 bis 2015 waren von einer außergewöhnlich aktiven und leistungsstarken Ausdauer- und Triathlongruppe geprägt. In dieser Zeit entwickelte sich innerhalb der TSG eine große Trainingsgemeinschaft, die mit beeindruckender Konstanz an regionalen, nationalen und internationalen Wettkämpfen teilnahm.
Das sportliche Spektrum reichte von Straßen- und Bergmarathons über 12- und 24-Stunden-Läufe bis hin zu Ultratrails, Etappenrennen und Triathlon- beziehungsweise Ironman-Veranstaltungen. Die Breite dieser Leistungen und die hohe Wettkampfpräsenz machten die TSG über viele Jahre hinweg zu einem der sichtbarsten Vereine im pfälzischen Ausdauersport.
Aus dieser starken Gruppe ragen einzelne Athleten mit besonderen langjährigen Erfolgen hervor. So absolvierte **Rüdiger Stübe**r 2014 seinen 500. Wettkampf und gehörte über Jahrzehnte zu den konstantesten Ausdauerathleten der Region. **Karl Kögel** setzte im Triathlon Maßstäbe und prägte die Entwicklung der Trainingsarbeit maßgeblich. **Dirk Karl** überzeugte im Ultralauf regelmäßig mit Distanzen über 150 Kilometern, während **Frank Schmiade** durch Serien extremer Mehrfachstarts bei Marathon- und Ultraläufen beeindruckte.
Ein besonderes Highlight der jüngeren Vergangenheit setzte Robert Votteler, der 2024 den Ironman-Weltmeistertitel seiner Altersklasse M65 in Barcelona gewann – einer der bedeutendsten internationalen Erfolge der TSG-Leichtathletik.

3. Veranstaltungen

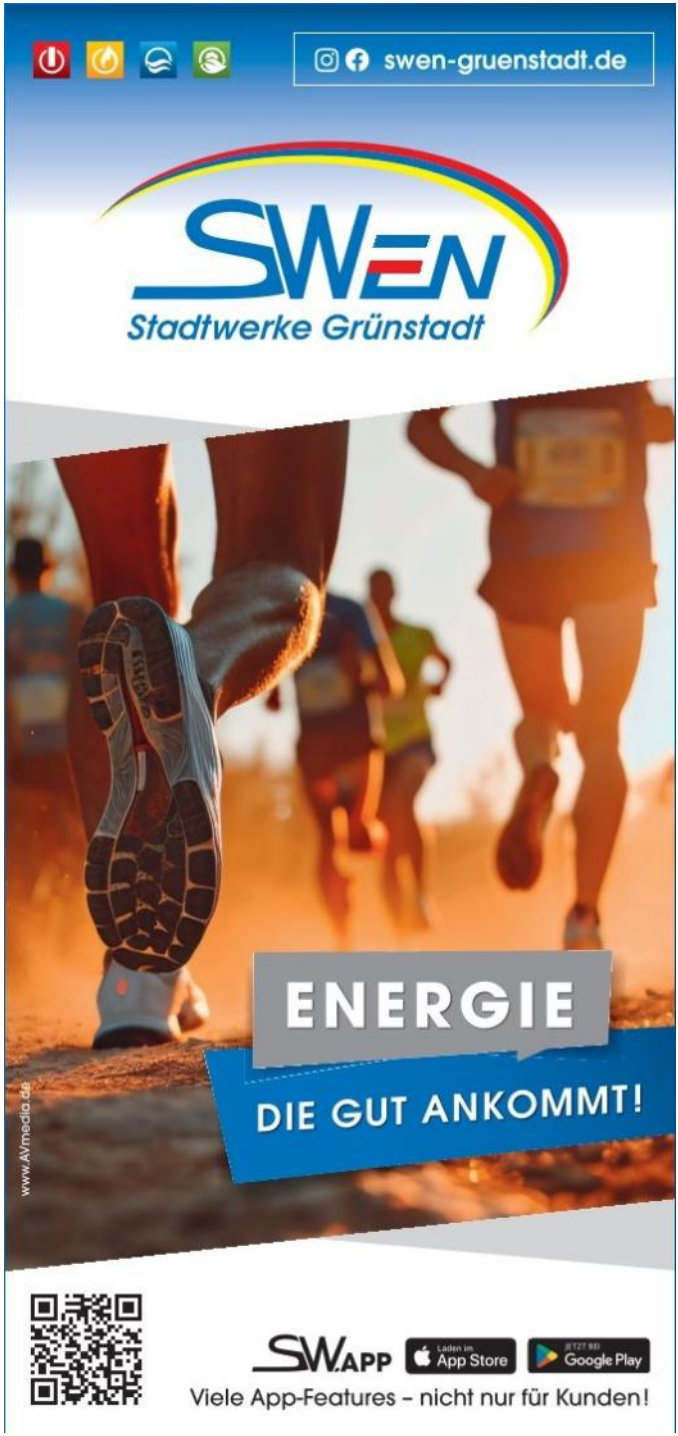
Die TSG Grünstadt ist seit Jahrzehnten ein verlässlicher und profilierter Veranstalter, dessen Wettkämpfe fest im regionalen Lauf- und Leichtathletikkalender verankert sind.

Marathon Deutsche Weinstraße

Der alle zwei Jahre ausgetragene Landschaftsmarathon zählt zu den größten seiner Art in Deutschland. Mit Tausenden Teilnehmern, einer anspruchsvollen Strecke und der engen Verbindung zur regionalen Weinkultur ist er ein Aushängeschild der Region. Die TSG trägt seit Beginn organisatorische Mitverantwortung – von der Streckenbetreuung bis zur Präsentation auf großen Marathonmessen.

Stadtlauf / SWEN-Weinbergslauf

Der Stadtlauf, später zum SWEN-Weinbergslauf weiterentwickelt, ist seit den frühen 1990er-Jahren ein zentraler Bestandteil des regionalen Laufgeschehens. Besonders geprägt wurde die Veranstaltung durch die Einbindung in den Drei-Länder-Laufcup, eine Kooperation mit Vereinen aus Mannheim, Brühl, Rot und Viernheim. Die Reihe stärkte Sichtbarkeit, Teilnehmerzahlen und die Vernetzung im gesamten Rhein-Neckar-Raum.


swen-gruenstadt.de
SWEN
Stadtwerke Grünstadt
ENERGIE
DIE GUT ANKOMMT!
www.AVmedia.de
SW.APP
Laden im App Store
JETZT BEI Google Play
Viele App-Features – nicht nur für Kunden!

Leininger Crosslauf

Der traditionelle Crosslauf im Rudolf-Harbig-Stadion, mehrfach Austragungsort der Pfalzmeisterschaften, bietet seit Jahrzehnten ideale Wettbewerbsbedingungen für Nachwuchs- und Breitensport. Stabile Teilnehmerzahlen und die lange Tradition machen ihn zu einem wichtigen Baustein der regionalen Laufkultur.

4. Abteilungsentwicklung und regionale Bedeutung

Die TSG-Leichtathletik ist das Ergebnis einer über Jahrzehnte gewachsenen Struktur. Bereits in den 1950er- und 1960er-Jahren legten Abteilungsleiter wie Karl Guttowsky, Waldemar Kohzer und Georg Wolf die organisatorischen Grundlagen. In den 1970er - und 1980er-Jahren entwickelten Karl-Heinz Monreal, Adolf Dell und Dieter Sahm die Abteilung weiter und sorgten für regelmäßige Stadion- und Laufevents.
Mit der zunehmenden Bedeutung des Ausdauersports ab den späten 1980er-Jahren gewann die Abteilung weiter an Dynamik. Ab den 2000er-Jahren führten neue Trainingsangebote, Startgemeinschaften, die Ausweitung der Kinder- und Jugendarbeit sowie die Unterstützung durch den Förderverein für Jugend- und Breitensport Leiningerland zu einer weiteren Professionalisierung. Ein wichtiger Meilenstein war der Beschluss des Stadtrats zur Sanierung des Rudolf-Harbig-Stadions im Jahr 2021, der die Zukunftsfähigkeit der Leichtathletik in Grünstadt sichern soll. Ob dies wie geplant in naher Zukunft umgesetzt wird, bleibt abzuwarten.
Die Abteilung zählt heute zu den großen Bereichen der TSG und ist mit ihren Athleten, Übungsleitern und Veranstaltungen ein fester Bestandteil des sportlichen und gesellschaftlichen Lebens der Region.

5. Personelles

Die sportliche und organisatorische Entwicklung der Leichtathletikabteilung wurde wesentlich durch ehrenamtliches Engagement getragen. Eine zentrale Rolle spielte Rainer Drechsler, der über mehr als fünf Jahrzehnte als Trainer aktiv war und Generationen von Nachwuchsathleten prägte.
Ebenso prägend waren die Abteilungsleiter seit 1951: Karl Guttowsky, Waldemar Kohzer, Georg Wolf, Karl-Heinz Monreal, Adolf Dell, Dieter Sahm, Volker Schröder, Klaus Schwerdel, Stefan Wamser, Rainer Drechsler, Paul Paszyna, Gerd Turznik und Ernst Dopp. Ihr engagiertes Wirken bildet das Fundament für die erfolgreiche Entwicklung der letzten Jahrzehnte.
Besondere Anerkennung erhielten Ute und Gerd Turznik, die 2023 von der Hauptversammlung der TSG für ihr langjähriges Engagement zu Ehrenmitgliedern des Vereins ernannt wurden.

6. Ausblick

Die Leichtathletikabteilung der TSG Grünstadt steht seit 75 Jahren für sportliche Vielfalt, verlässliche Nachwuchsarbeit und eine enge Verbindung zur Region. Auch in Zukunft möchten wir diese Rolle weiter ausfüllen – stehen dabei jedoch vor zwei wesentlichen Herausforderungen.
Zum einen braucht die Abteilung

perspektivisch mehr jüngere Menschen, die bereit sind, Verantwortung zu übernehmen. Viele unserer Trainer und Vorstandsmitglieder engagieren sich bereits seit Jahrzehnten und tragen die Abteilung mit großem Einsatz. Um diese Kontinuität auch künftig zu sichern, wünschen wir uns motivierte neue Kräfte, die die erfolgreiche Arbeit der vergangenen Jahre fortführen und weiterentwickeln.

Zum anderen setzt die Zukunftsfähigkeit der Leichtathletik angemessene Trainingsbedingungen voraus. Das Rudolf-Harbig-Stadion befindet sich seit Jahren in einem Zustand, der zeitgemäßes Training nicht zulässt. Obwohl der Stadtrat 2021 eine umfassende Sanierung der gesamten Anlage beschlossen hat, sind bis heute keine sichtbaren Fortschritte bei den leichtathletischen Anlagen erkennbar. Wiederholte Verzögerungen gehören leider seit Jahrzehnten zur Erfahrung der Abteilung, weshalb berechtigte Zweifel bestehen, ob die notwendigen Modernisierungen umgesetzt werden.

Trotz dieser Herausforderungen bleibt die TSG-Leichtathletik entschlossen, ihren Weg aktiv weiterzugehen – mit dem Ziel, auch in Zukunft ein lebendiger, erfolgreicher und offener Anlaufpunkt für Sportlerinnen und Sportler aller Altersklassen zu sein.

Zusammengefasst von Gerd Turznik im Januar 2026

Vom Krankenbett zurück aufs Podium – Roberts außergewöhnliches Comeback

Manche Wettkämpfe schreibt man nie aus dem Gedächtnis. Für mich war die Challenge Championship im Mai 2025 ein solcher Tag – allerdings aus einem völlig anderen Grund als geplant.

Bei regnerischen Bedingungen stürzte ich während der Radstrecke und erlitt dabei einen Oberschenkelhalsbruch – eine schwere Hüftverletzung, die eine Operation mit dynamischer Hüftschraube erforderlich machte. Diese Verletzung bedeutete zunächst das abrupte Ende meiner Saison. Die bereits geplante Teilnahme an der Crosstriathlon-Weltmeisterschaft mit der deutschen Masters-Nationalmannschaft sowie der Start bei der Ironman-Weltmeisterschaft in Nizza waren damit nicht mehr möglich.

Während der Tage im Krankenhaus bleibt mir jedoch ein Satz meines Operateurs, des Chefarztes in Straubing, besonders in Erinnerung. Als die Folgen der Verletzung besprochen wurden, sagte dieser:

„Das können Sie dann nächstes Jahr nachholen."

Damals klang dieser Satz wie eine ferne Hoffnung.

Die medizinische Prognose war eindeutig: Der Weg zurück würde lang werden. Die Ärzte rechneten mit mindestens zehn Monaten, bis wieder an Sport auf Wettkampfniveau zu denken sei.

Was folgte, waren viele Monate Rehabilitation, Physiotherapie, Kraftaufbau und unzählige Trainingseinheiten mit Geduld statt Startnummer.

Im März 2026 kam schließlich die erlösende Nachricht: Der behandelnde Arzt gab grünes Licht für die Rückkehr in den Wettkampfsport.

Zunächst standen zwei Belastungstests auf dem Programm.

Am 12. April startete ich beim Halbmarathon des Weinstraßen-Marathons. Eigentlich sollte es lediglich ein Test unter Wettkampfbedingungen werden. Das Ergebnis überraschte selbst mich: Mit einer Zeit von 1:46 Stunden belegte ich den zweiten Platz meiner Altersklasse.

Der erfolgreiche Halbmarathon war keine Eintageserscheinung: Nur drei Wochen später stellte ich mich beim Pfalztrail über 22 Kilometer der nächsten Herausforderung. Auch hier zeigte sich, wie weit der Weg zurück bereits gelungen war. Ich gewann meine Altersklasse in 2:09 Stunden.

Verglichen mit meinen Leistungen vor der Verletzung sehe ich mich aktuell wieder bei rund 90 Prozent meines früheren Laufvermögens. Die letzten Prozentpunkte zurückzugewinnen wird noch Zeit benötigen, doch die Entwicklung stimmt optimistisch.

Besonders bemerkenswert: Dieses Comeback gelang in einer Altersklasse, in der viele Sportler längst kürzertreten. Meine Geschichte zeigt eindrucksvoll, dass man sich auch mit über 60 Jahren nach einer schweren Verletzung zurückkämpfen kann – wenn Geduld, Disziplin und Leidenschaft zusammenkommen.

Das große Highlight wartete jedoch Ende Mai.

Für die Challenge Championship in Samorin erhielt ich aufgrund meiner starken Leistungen in den Jahren vor meiner Verletzung

eine Wild Card. Damit kehrte ich genau zu jenem Wettkampf zurück, bei dem ein Jahr zuvor alles begonnen hatte.
Und die Rückkehr hätte kaum emotionaler verlaufen können.
Bereits beim Schwimmen und Radfahren zeigte sich, dass kaum Leistungsfähigkeit verloren gegangen war. Beide Disziplinen absolvierte ich nahezu auf dem Niveau der Jahre vor der Verletzung.
Auf der Laufstrecke entwickelte sich anschließend ein spannender Kampf um die Podiumsplätze. Als Fünfter wechselte ich auf die Laufstrecke. Laufen war schon immer meine stärkste Disziplin. Nach zwei der vier Laufrunden hatte ich mich bereits auf den zweiten Platz vorgearbeitet.
Doch die Folgen der langen Verletzungspause waren auf den letzten Kilometern noch spürbar. Während die Konkurrenz nochmals beschleunigen konnte, fehlte mir dieses letzte Prozent Leistungsfähigkeit. Die letzten fünf Kilometer wurden zu einem Kampf gegen die eigene Erschöpfung.
Am Ende stand Platz 3 in der Altersklasse bei der Challenge Championship.
Ein Ergebnis, das für viele Athleten ein Podiumsplatz ist – für mich jedoch weit mehr bedeutet.
Nach zwölf Monaten harter Reha-Arbeit und geduldigem Wiederaufbau, manchmal Zweifel, dann ab dem 6. Monat Beginn mit Trainingsaufbau, fühlte sich dieser dritte Platz an wie ein Sieg.
Oder wie ich selbst sagte:
„Als ich ins Ziel kam und realisierte dass ich Dritter bin, wurden die Augen schon etwas nass."

Robert Votteler

Die Redaktion gratuliert herzlich zu diesem außergewöhnlichen Comeback und wünscht weiterhin Gesundheit, Freude am Sport und viele weitere Erfolgserlebnisse.



Leserbrief an die Rheinpfalz

Betreff: 36. SWEN-Grünstadter Weinbergslauf

Sehr geehrte Damen und Herren,
der 36. SWEN-Grünstadter Weinbergslauf am 2. Mai 2026 hat in Ihrer Berichterstattung leider nicht stattgefunden – weder im Vorfeld noch im Nachgang.

Mit knapp 400 Teilnehmerinnen und Teilnehmern, davon über 180 Kinder und Jugendliche, war die Veranstaltung so groß wie nie zuvor. Viele davon kommen aus Grünstadt und der Region – und sind sicherlich auch Leserinnen und Leser Ihrer Zeitung. Umso schwerer fällt es uns nachzuvollziehen, dass ein solcher Lauf keinerlei Erwähnung findet.

Uns als Veranstalter geht es dabei gar nicht um „groß rauskommen um jeden Preis". Aber wir finden, dass die sportliche Vielfalt vor Ort sichtbar bleiben sollte. Neben den bekannten und regelmäßig präsenten Sportarten gibt es viele Veranstaltungen, die von Ehrenamt, Engagement und echter Begeisterung getragen werden – und genau das macht das lokale Leben doch aus.

Der SWEN Weinbergslauf ist so ein Beispiel: viele Helferinnen und Helfer, eine tolle Stimmung an der Strecke und ein Event, das jedes Jahr wächst. Dass so etwas komplett unter dem Radar bleibt, finden wir schade.
Vielleicht ist das ein kleiner Anstoß, den Blick künftig wieder etwas breiter auf den lokalen Sport zu richten. Verdient hätten es die vielen Aktiven und Engagierten allemal.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Gerhard Turznik
TSG Grünstadt / Leichtathletik

Stellungnahme Rheinpfalz
Mareike Keiper
Stellv. Redaktionsleiterin

Guten Morgen Herr Dr. Turznik,

erst einmal Danke für Ihre Mail und die Rückmeldung. Sie haben recht, dazu ist bisher nichts erschienen, und das ist auf eine Misskommunikation in der Redaktion zurückzuführen. Ich möchte Ihnen auch gerne erklären, was passiert ist: Wir hatten den Lauf durchaus auf dem Schirm und, wie üblich, der Sportredaktion weitergeleitet. Von dort kam auch die Rückmeldung, dass der Termin besetzt wird. Das ist laut Rückmeldung des Kollegen auch passiert. Allerdings hat der Mitarbeiter bisher noch keinen Text geliefert. Die Veröffentlichung holen wir in jedem Fall nach, die Kollegen sind dran.

Tatsächlich sollte das so nicht passieren, der Text hätte spätestens heute erschienen sein müssen. Wir nehmen das mit und achten darauf, dass solche Fehler nicht mehr passieren.

Wichtige Termine

14.11.2026	Verleihung Sportabzeichen in der Manfred-Kippler-Halle um 15.00 Uhr
17.11.2026	Abteilungsversammlung im großen Sitzungszimmer der TSG Grünstadt
22.05.2027	37. SWEN Weinbergslauf Grünstadt **Der Termin ist aber noch nicht bestätigt**
02.04.2028	15. Marathon Deutsche Weinstraße

Impressum

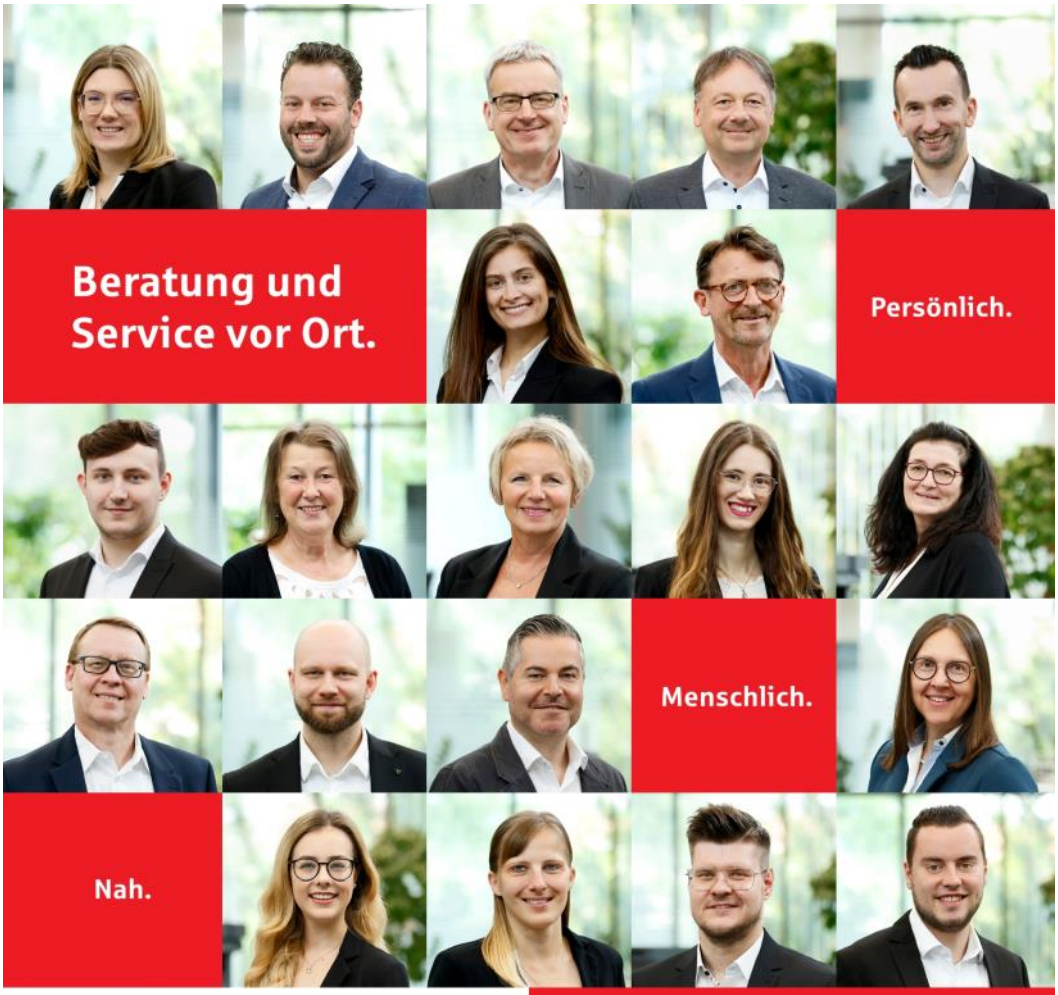
Herausgeber: Leichtathletik-Abteilung TSG 1861 e. V. Grünstadt
Asselheimer Straße 19, 67269 Grünstadt

Jahrgang 38 Heft-Nr. 2, Oktober 2026
Redaktion: Ernst Dopp
Oberer Graben 15
67278 Bockenheim

Anzeigenverwaltung: Ernst Dopp
Titelseite: Gerd Turznik
Wettkampfergebnisse 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



Tschüss Hausbank, hallo Sparkasse. Zeit zur besten Bank zu wechseln.



Testen Sie unsere Girokonten. Den Kontowechsel übernehmen wir für Sie!

www.sparkasse-rhein-haardt.de/giro

Sparkasse Rhein-Haardt