

## Heißes Wochenende in der Leichtathletik

### Athleten der LG Neckargemünd bei drei parallelen Meisterschaften im Einsatz 17./18. Juni 2023

Die Temperaturen: hoch! Die Leistungen: top!

Temperaturen über 30 Grad waren am vergangenen Wochenende die Regel. Egal wo die LG Athleten an den Start gingen es ging heiß her.

**Justus Lutzke**, der 15-jährige Gymnasiast aus Dilsberg war ins 300 km entfernte **Aichach** in Bayern gereist, um sich der gesamten Konkurrenz Süddeutschlands zu stellen.

Seine Disziplinen: 80m Hürden und die 100m Sprintstrecke. Justus zeigte viel, vor allem, dass noch viel mehr in ihm steckt. Zunächst präsentierte er sich im Vorlauf über die Kurzhürden. Nach einem Fehlstart eines Mitkonkurrenten, der disqualifiziert wurde, zeigte Justus Nerven, kam schlecht in den Lauf, lief trotzdem Bestleistung (11,79s) und verpasste als Neunter nur hauchdünn den Einzug ins Finale.

Tags darauf ging er bei den **Süddeutschen Meisterschaften** über die 100m an den Start und rannte auch hier neue persönliche Bestleistung (12,05s) im Vorlauf. Damit qualifizierte er sich für das B-Finale, bei dem es heftig zur Sache ging. In so starker Konkurrenz war der Athlet noch nie gelaufen. Am Ende kam er als 6. ins Ziel. Der gesamte Wettkampf gab Justus enorme Motivation für die Zukunft. Dieser Wettkampf hat Lust auf mehr gemacht.

Parallel zu den Süddeutschen Meisterschaften der U16 in Aichach, fanden die **Badischen Meisterschaften der U18 und U23 in Schutterwald** statt.

Hier vertraten **Zoe Francis** und **Leni Seegers** die Farben der LG Neckargemünd.

Gleich morgens trat, schon bei hohen Temperaturen und nahezu Windstille, die 21jährige Zoe über die 100m an. Diesmal konnte die Sportstudentin leider nicht ganz ihre Bestzeit erreichen (die letzten Wochen hatte sie sich kontinuierlich gesteigert). Doch mit ihren 13,42s (PB 13,30s) und dem 7. Platz braucht sie sich nicht zu verstecken. Ihr Kampfgeist der letzten Jahre mit Hand-OPs (nach Hürdensturz) und Muskelproblemen wird diese Saison klar belohnt. Die Freude am und an Rennen ist zurück.

In der Mittagsglut stellte sich dann Leni Seegers der badischen Konkurrenz U18 über 800m. In der ersten Runde führte die 16-jährige das Feld mit ihrem bekannt lockeren Schritt an, musste aber auf der Zielgeraden ihrem Trainingsdefizit Tribut zollen. Leider fehlt ihr nach langer Verletzungsphase noch Tempohärte. Aber durch enormen Kampfgeist lief Leni Jahresbestleistung (2:24,06min) und sicherte sich die Bronzemedaille. Eine Belohnung für viel Training auf dem Bike und beim Aquajogging, wenn Laufen auf der Bahn nicht geht.

## Heißes Wochenende in der Leichtathletik

### Athleten der LG Neckargemünd bei drei parallelen Meisterschaften im Einsatz 17./18. Juni 2023

Am Sonntag ging zudem unser Youngster **Tommy Kurz** in der Altersklasse M13 bei den **Badischen-Block-Mehrkampf-Meisterschaften in Ettlingen** an den Start.

Auch das im Kessel liegende Albgaustadion glich einem Glutnest. Wer Schatten finden konnte, war klar im Vorteil. Tommy ging im Block Lauf, mit den Disziplinen Weitsprung- 60m Hürden- Ballwurf (200g)- 75m Sprint und 800m an den Start und zeigte sich trotz Hitze in bester Wettkampflaune. Zwar schreckte der 13jährige nach dem ersten ungültigen Weitsprungversuch (knapp übergetreten) kurz zusammen, sprang dann aber im 3. Durchgang mit 1cm an seine Bestleistung (4,63m) heran und war damit Drittbester Weitspringer.

Im Hürdensprint war er diesmal etwas zu hoch unterwegs, ließ wertvolle Zehntel über den Hürden liegen, war aber auch hier unter den ersten fünf im 19er Starterfeld.

Im Ballwurf, vor dem er sehr viel Respekt hat, blieb er mit 33,00m nur einen halben Meter unter Bestleistung und war sechstbester Werfer. Es folgten ein prima Sprint über die 75m mit 11,10 Sekunden und die von Tommy ungeliebten 800m. Hier ging der Gymnasiast recht verhalten an, hatte viel Respekt vor der Strecke und der Hitze und drehte schließlich nochmal auf den letzten 100m richtig auf. Dabei unterbot er seine Bestzeit knapp (2:53,34min) landete mit 11 Punkten Abstand zu Platz fünf und mit 1 Punkt! Vorsprung auf den Folgenden, auf Platz 6. Ganz stolz nahm er bald danach, bei der Siegerehrung, seine Urkunde in Empfang.

BC

# **Heißes Wochenende in der Leichtathletik**

## **Athleten der LG Neckargemünd bei drei parallelen Meisterschaften im Einsatz 17./18. Juni 2023**

### **Ergebnisse:**

#### **Justus Lutzke (2008 – M15)**

##### **Süddeutsche Meisterschaften:**

6. Platz (B-Finale)                      80m Hürden in 11,79 sec.  
100m Sprint in 12,21 sec. (Vorlauf: 12,05 sec.)

#### **Leni Seegers (2007 – W16)**

##### **Badische Meisterschaften:**

3. Platz                      800m Lauf in 2:24,06 min.

#### **Zoe Francis (2002 – W21)**

##### **Badische Meisterschaften:**

7. Platz                      100m Sprint in 13,42 sec.

#### **Tommy Kurz (2010 – M13)**

##### **Badischen-Block-Mehrkampf-Meisterschaften – Lauf –**

75m Sprint in 11,10 sec.  
60m Hürden in 10,94 sec.  
Weitsprung mit 4,36 m  
Ballwurf (200g) mit 33 m  
800m Lauf in 2:53,34 min.

den 6. Platz mit insgesamt 1.955 Punkten.

**Heißes Wochenende in der Leichtathletik**  
**Athleten der LG Neckargemünd bei drei parallelen Meisterschaften**  
**im Einsatz 17./18. Juni 2023**



Justus Lutzke im Sprint - beide Bilder fotografiert von @Iris Hensel



Leni Seegers



Zoe Francis



## Heißes Wochenende in der Leichtathletik

### Athleten der LG Neckargemünd bei drei parallelen Meisterschaften im Einsatz 17./18. Juni 2023



Tommy Kurz

