

Badische Hallenmeisterschaften am 02./03.03.24 in Mannheim und Süddeutsche Meisterschaften in München

Seit 7 Wochen hält die Hallensaison die Leichtathleten auf Trab. Zunächst mit kleinen Hallenwettkämpfen bei der MTG Mannheim, um nach langem Wintertraining im kalten Stadion oder einfachen Turnhallen wieder ins Wettkampf-Feeling hineinzukommen.

Ende Januar dann schon die ersten Meisterschaften Baden-Württembergische in Sindelfingen und Anfang Februar die Süddeutschen Meisterschaften in München.

Letztes Wochenende fanden nun, als letztes Hallen-Highlight, die Badischen Titelkämpfe in Mannheim statt.

Mit am Start, zwölf ambitionierte Athleten der Leichtathletik Gemeinschaft. Am Samstag kämpften die älteren Athleten (U18) um Sekunden und Zentimeter.

Die absoluten Highlights waren dabei der entfesselte 400m Lauf (60,68s) der 16-jährigen Leni Seegers, mit dem sie sich überraschend Gold erkämpfte. Außerdem die spannende 4x200m Mixed- Staffel, mit Sabine Haaf, Leni Seegers, Justus Lutzke und Henri Grimm. Das gemischte Quartett kam nach einem turbulenten Lauf (auch die Trainerin ließ einige Nerven liegen) als Zweites über die Ziellinie und trug stolz die Silbermedaille nach Hause. Nicht ganz nach Wunsch verlief der Wettkampftag für den 15-jährigen Justus Lutzke. Er begann vielversprechend den Weitsprung (5,82m), staucht sich dann aber den Rücken, und war im Kurzsprint stark gehandicapt. Adrenalin regelte dann zum Glück in der Mixed-Staffel das Schmerzempfinden und Justus trug maßgeblich zum Podestplatz bei.

Der Sonntag gehörte dann den Jahrgängen 2009/ 2010. Hier zeigten sich die 800m Läufer in bester Angriffselaune: Rosa von Fournier lief ein schnelles Rennen, setzte sich früh vom Feld ab, führte zirka 795m und wurde auf der Ziellinie leider von der Freiburgerin Mia Schmidt abgefangen. Zunächst ein bitteres Gefühl, die Goldmedaille so knapp verloren zu haben – es war ein echter Krimi. Doch am Ende freute sich Rosa über ihre neue Persönliche Bestleistung (PB) und die glitzernde Silbermedaille.

Ein taktisch kluges Rennen lief Mannschaftskollege Quint Möhlenbruch. Nach einer Woche England-Schulreise, erkämpfte er sich mit neuer persönlicher Bestleistung (2:15,93min) einen tollen 5. Platz.

Alle weiteren Ergebnisse, Bestleistungen und Platzierungen unten in der Übersicht.

Badische Hallenmeisterschaften am 02./03.03.24 in Mannheim und Süddeutsche Meisterschaften in München

Nun geht es erneut ins Aufbautraining mit vielen Läufen und Umfängen. Für die älteren Athleten steht auch noch mal vermehrtes Kraft- und Stabilisationstraining auf dem Programm. Zum Glück kann nun wieder

hauptsächlich im Stadion trainiert werden. Die Tage werden wieder länger und die Temperaturen steigen.

Und für die Krafteinheiten stehen die Geräte, die glücklicherweise von der Firma PS Elektrotechnik GmbH Neckargemünd in Person Philipp Schendzielorz gespendet wurden, zur Verfügung.

Ab Mitte April geht's dann in die Freiluftsaison. Wir sind gespannt was uns da erwartet.

BC

Ergebnisübersicht der Badischen Meisterschaften in Mannheim:

Justus Lutzke (MJU18)

- 4. Platz Weitsprung 5,82m
- 2. Platz 4x200m Staffel

Leni Seegers (WJU18)

- 1. Platz 400m in 60,68s PB
- 3. Platz Weitsprung 5,33m PB
- 4. Platz 60m Hürden in (9,60s) PB
- 2. Platz 4x200m Staffel

4x 200m Mixed-Staffel JU18:

- 2. Platz in 1:48,24 min
- Sabine Haaf, Leni Seegers, Justus Lutzke, Henri Grimm
(Ersatzläuferin Selina Mnich)



4 x 200m Mixed-Staffel JU 18

Badische Hallenmeisterschaften am 02./03.03.24 in Mannheim und Süddeutsche Meisterschaften in München

Weitere Ergebnisübersicht der Badischen Meisterschaften in Mannheim:

Jonas Pittmann (M14)

- 8. Platz 60m 8,44 PB
- 6. Platz Kugelstoß (4kg) 7,91m PB

Tommy Kurz (M14)

- 10. Platz 60m Hürden 10,99s PB
- 9. Platz Weitsprung 4,53m
- 13. Platz 60m Lauf in 9,11 s

Veronika Sitzler (W15)

- 8. Platz 60m Hürden 10,00s PB

Rosa von Fournier (W14)

- 2. Platz 800m 2:32,38min PB



Leni Seegers bei den Süddeutschen Meisterschaften in München