

Leichtathletikgemeinschaft Alsternord



50
jahre
1965-2015
LG Alsternord



ZipPel's

LÄUFERWELT

Laufen ist unser Leben!



**Laufreisen
Laufseminare
Laufbandanalyse
Lauftechnik-Kurse
Polar-Service-Center
Veranstaltungsservice
Professionelle Beratung
Laufschuhe & -bekleidung**

Zippel's Läuferwelt Norderstedt GmbH
Ulzburger Straße 375
22846 Norderstedt
Tel. 040 / 35 77 72 54

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag: 10-19 Uhr
Samstag: 10-15 Uhr



Inhalt

<i>Grußwort Müller-Kallweit</i>	4
<i>Grußwort Schulte-Hemming</i>	5

Die ersten 25 Jahre

<i>Jubiläum 1990 – Blick zurück</i>	6
<i>Als junge Mutter zu Olympia – Antje Gleichfeld</i>	7

1990-1999

<i>Die besten Rekorde, die schönsten Siege</i>	9-10
--	------

2000-2005

<i>Ganz weit vorn: Unsere Senioren</i>	11-12
--	-------

2006-2010

<i>Im Medaillenrausch</i>	13-14
---------------------------	-------

2011-2015

<i>Unsere Kleinen kommen groß raus</i>	15-16
--	-------

2015

<i>Noch mehr Auszeichnungen</i>	17
<i>Vorstand verjüngt sich</i>	18

Seniorenarbeit

<i>Unsere Senioren – eine Supertruppe</i>	19-20
<i>Mit Herz und Seele dabei</i>	21-22

Jugendarbeit

<i>Dem Nachwuchs eine Chance</i>	23-24
<i>Unsere Trainer und Trainerinnen</i>	25-26

Bahn frei

<i>Trainingsstätten im Überblick</i>	27
<i>Die Kleinsten auf der Bahn</i>	28

Veranstaltungen

<i>Waldläufe</i>	29
<i>Sprintermeeting</i>	30

Außerdem

	31-32
--	-------



Liebe Freunde der LG Alsternord!

50 Jahre und kein bisschen leise, das ist die LG Alsternord. Das ist gut so, das ist sogar sehr gut. Denn Leichtathletik lebt vom Mitmachen, von Begeisterung, von Hingabe. Und das gilt nicht nur bei den Aktiven im sportlichen Bereich; es gilt genauso für die engagierten und ehrenamtlichen Helfer, Trainer, Begleiter, ohne die sportliche Bildung, Teilnahme am Wettstreit, Entwicklung der Gemeinschaft und Gesellschaft nicht möglich wäre. Und wer nur einmal einen Blick auf die Homepage der LG Alsternord geworfen hat, der wird sehen, was ich meine.

Die LG Alsternord hat es in der Zeit ihres Bestehens immer verstanden, mit den zur Verfügung stehenden Mitteln Spitzensport und Spitzensportler zu entwickeln, aber dies nicht als Selbstzweck. Den Verantwortlichen war immer bewusst, dass über herausragende sportliche Leistungen die Breite der Gesellschaft angesprochen und zum Sport begeistert werden kann. Dies belegen nicht nur eine Vielzahl von auch international renommierten Sportlern, die in der Vergangenheit die Fahne der LG Alsternord hoch gehalten haben, wie Antje Gleichfeld, Karin Kessler oder Manfred Pflugbeil. Dies zeigt sich auch in den aktuellen Mitgliederzahlen, die die LG Alsternord zu einem der größten Leichtathletikvereine in Hamburg machen.

Die LG Alsternord war und ist in der hamburgischen Leichtathletikszene ein Begriff, eine Institution, eines der positivsten Beispiele für den Gedanken, dass Sport verbindet, Trennungen aufhebt. Und dafür gebührt dem Verein der größte Respekt und tief empfundene Dank des gesamten Präsidiums des HHLV.

Abschließend ein Satz der Hoffnung: Möge die LG Alsternord auch zukünftig mit ihrem Engagement, ihrer Überzeugung, ihrem Blick für das Wesentliche des Sports die Leichtathletik in Hamburg bereichern.

Herzlichen Glückwunsch zu 50 Jahren Vereinsgeschichte!

Wolfgang Müller-Kallweit

- Präsident HHLV -



„Wir haben uns immer neuen Herausforderungen gestellt“

Liebe Mitglieder des Vereins, liebe Freunde der Leichtathletik,

50 Jahre Bestehen und Wirken der LG Alsternord Hamburg e.V. – kurz: LG Alsternord genannt – bedeuten Hingabe, Engagement, Freude an der Leichtathletik und natürlich auch allerhand Erfolgsgeschichten.

1965 gründete ein Dutzend leidenschaftliche AthletInnen die erste Leichtathletikgemeinschaft in Deutschland, um der Leichtathletik innerhalb der Vereinslandschaft im Hamburger Norden und dem angrenzenden Norderstedt eine eigene Prägung und größeres Gewicht zu geben. Für die damalige Zeit einzigartig. Und nur als Verein von Vereinen vom DLV denkbar, schlossen sich zunächst TuS Alstertal, SC Langenhorn und der Eintracht Garstedt zur LG zusammen. Heute sind es Tura Harksheide, 1. SC Norderstedt und der Sportclub Alstertal-Langenhorn.

Die LG Alsternord ist auch ein Verein, der sich Herausforderungen stellen musste: So haben sich immer wieder die Ansprüche und Interessen der jungen AthletInnen verändert. Heute fordern zudem Ganztagschulen ihren zeitlichen Tribut, und „idol-behaftete“ Konkurrenzsportarten wie Fußball und Handball befördern die Hinwendung gerade junger Athleten zu diesen Sportarten.

Die Aufgabe der Vorstände war es in diesen fünf Jahrzehnten, immer wieder die Balance zwischen notwendigen Veränderungen und identitätsstiftendem Kern zu finden. Dass dies gelungen ist, verdankt der Verein all denen, die sich für die Arbeit im Vorstand oder für die organisatorische Arbeit rund um unsere Veranstaltungen zur Verfügung gestellt haben. Da sind unsere TrainerInnen ebenso beteiligt wie all unsere AthletInnen und deren engagierte Eltern. Sie alle tragen zu einem lebendigen Sport- und Vereinsleben bei.

Dankbar erinnern wir an dieser Stelle auch an all jene, die unseren Verein in Anfangszeiten geprägt und geformt haben.

Wir führen die Vereinsarbeit mit Herzblut weiter - denn „ein Verein ist das, was wir alle aus ihm machen“.

Ihr Andreas Schulte-Hemming

(1. Vorsitzender seit 2007)





1965
bis
1990

25 Jahre
LG Alsternord
Hamburg

Zum **25. Jubiläum** der LG Alsternord haben wir eine Festschrift herausgegeben, die aktuell wieder erhältlich ist: als Download auf unserer Internetseite:
<http://www.lgalsternord.de/25jahre/>

www.lgalsternord.de

Drei Spitzenathleten der LG Alstertal - Garstedt



Neuerliche Meisterinnen im Fünfkampf (vorne)
Beate K. Bock, A. G. Bock, C. Bock, E. Bock



Deutsche Schüler-Sportlerinnen Meisterinnen im Badminton 1988 - 8. Platz



Waldlaufmeisterin, 2000 Meter
(1987) in Garstedt



„Meine Olympiaden – sie bleiben unvergesslich!“

1964: Als junge Mutter zu Olympia

Antje Gleichfeld (77) hat schon vor vielen Jahren vorgemacht, wie eine Olympiateilnahme auch mit Familie und Kindern möglich ist. Die Großmutter sprang damals helfend ein und kümmerte sich daheim in der Hansestadt um die Kleinkinder Hilke und Jörn. „Hätte ich die beiden nicht gut untergebracht gewusst, wäre ich bei Olympia 1964 in Tokio nicht dabei gewesen“, erzählt die ehemalige deutsche Leichtathletin, die damals in Japan Fünfte über 800 Meter wurde – mit gestoppten 2:03,9 Minuten. Vier Jahre zuvor war die Spitzenathletin bereits in Rom bei den Olympischen Spielen an den Start gegangen und ebenfalls auf Platz fünf im 800-Meter-Lauf der Frauen gelaufen. Somit platzierte sie sich in Italien gleich hinter den beiden anderen deutschen Teilnehmerinnen Ursula Donath und Vera Kummerfeldt.

Unter ihrem Mädchennamen Braasch hatte die sportliche Hamburgerin diverse Deutsche Waldlaufmeisterschaften über die Mittelstrecke sowie 1961 den ersten ihrer zahlreichen deutschen Meistertitel gewonnen. Zwei Mal wurde sie Dritte bei Europameisterschaften, 1966 über ihre angestammte 800-Meter-Strecke und 1969 in Athen mit der 4 x 400-Meter-Staffel in deutscher Rekordzeit.

Insgesamt drei Mal verbesserte Gleichfeld den deutschen Rekord über 800 Meter: Zwei Mal während der Olympischen Spiele in Tokio (mit 2:04,6 und 2:03,9 Minuten) und ein weiteres Mal im Endlauf der Europameisterschaften in Budapest 1966 – mit 2:03,7 Minuten. Ihre persönliche Bestzeit!

Wie Antje Gleichfeld zum Laufen kam? Mit gerade sechs Jahren – kurz vor Kriegsende – startete sie beim VFL Wellingsbüttel ihre ersten sportlichen Unternehmungen. Mit zwölf Jahren wechselte sie zum Feldhandball beim TSV Sasel, und weitere vier Jahre später fand sie dann auch schon in der Leichtathletik beim TuS Alstertal – der heute SC Alstertal-Langenhorn heißt – ihre Berufung. Eine Verbindung übrigens, der sie bis zu ihrem Karriereende treu blieb.

Antje Gleichfeld erfreut sich noch immer guter Gesundheit und wird das 50. Jubiläum der LG Alsternord gern mit uns feiern. Wir freuen uns, eine unserer ehemaligen Leistungsträgerinnen als Ehrengast begrüßen zu dürfen.

Highlights 1990-1999

1992:
Schülerinnen (B) gewinnen den HLV-Pokal

1993:
Schülerinnen (A) gewinnen den HLV-Pokal, Qualifikation für die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften. Christian Schmidt (Schüler A) wird Hamburger Meister im Sieben-Kampf.

1994:
Schülerinnen A gewinnen Alsterstaffel (B. Weyer, A. Preußler, J. Janssen, L. Weinhold, T. Angermüller) und werden Hamburger 4- und 7-Kampfmeisterinnen. Christian Schmidt (Jugend B) wird Hamburger 5- bzw. 7-Kampfmeister.

1995:
Johanna Steinberg (Schülerin B) macht mit 5,15m im Weitsprung auf sich aufmerksam.

1996:
In den Schüler- und Jugendklassen gewinnt die LG Alsternord bei den Hamburger Hallenmeisterschaften 14 x Gold, 14 x Silber und 10 x Bronze. M. Becker, J. Babendererde, F. Nicklas stellen über 3x800m mit 8:15:65 min einen heute noch(!) gültigen Hamburger Rekord auf.

Bei der Straßenlauf-WM in Brügge wird Herbert Buchwald mit der deutschen Mannschaft Weltmeister in der AK M 70.

Klaus Gailus wird in der AK 50 Hamburger Mehrkampfmeister.

1997:
Karoline Hagen wird Deutsche B-Jugend Vizemeisterin über 300m. C. Bergstädt, C. Schmidt, M. Heins, D. Barotas holen bei den sog. „Kleinen Deutschen“ den Titel in der 4x100m-Staffel.

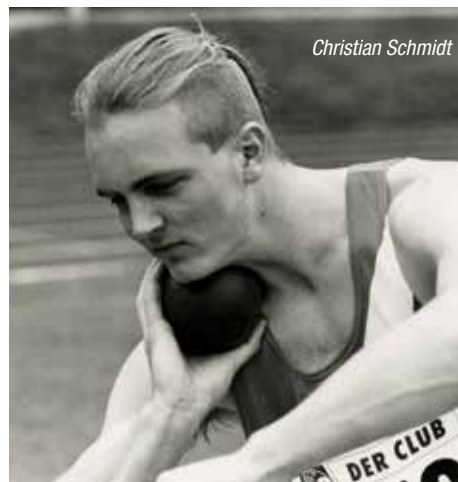
Kurt Higgelke erzielt mit 48,44m neuen Hamburger Rekord im Speerwerfen in der AK M60. Klaus Gailus erneut Hamburger Mehrkampfmeister, Thomas Bartling Zweiter bei den Hamburger Marathon-Meisterschaften in der AK M55.



Franziska Nicklas



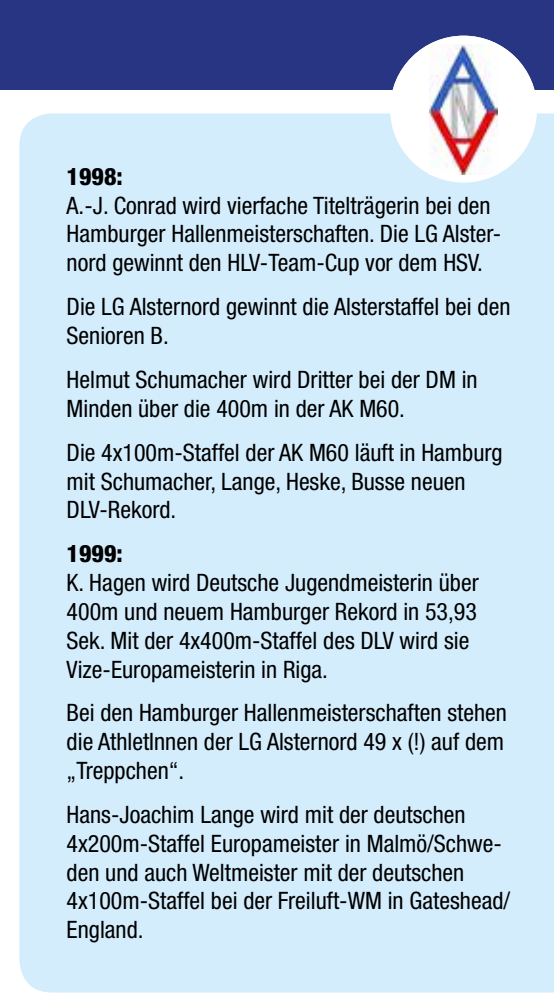
Carolin Suckel



Christian Schmidt



Mirja Becker



1998:
A.-J. Conrad wird vierfache Titelträgerin bei den Hamburger Hallenmeisterschaften. Die LG Alsternord gewinnt den HLV-Team-Cup vor dem HSV.

Die LG Alsternord gewinnt die Alsterstaffel bei den Senioren B.

Helmut Schumacher wird Dritter bei der DM in Minden über die 400m in der AK M60.

Die 4x100m-Staffel der AK M60 läuft in Hamburg mit Schumacher, Lange, Heske, Busse neuen DLV-Rekord.

1999:
K. Hagen wird Deutsche Jugendmeisterin über 400m und neuem Hamburger Rekord in 53,93 Sek. Mit der 4x400m-Staffel des DLV wird sie Vize-Europameisterin in Riga.

Bei den Hamburger Hallenmeisterschaften stehen die AthletInnen der LG Alsternord 49 x (!) auf dem „Treppchen“.

Hans-Joachim Lange wird mit der deutschen 4x200m-Staffel Europameister in Malmö/Schweden und auch Weltmeister mit der deutschen 4x100m-Staffel bei der Freiluft-WM in Gateshead/England.



Karoline Hagen

Highlights 2000-2005

2000:

Gregor Stegen gewinnt Bronze über 1.500m bei den Deutschen Jugend-Meisterschaften.

Malte Renken wird Hamburger Siebenkampfmesser der B-Jugend und die Schüler A gewinnen bei den Hamburger Hallenmeisterschaften 8 Titel.

Herbert Buchwald wird in der AK M75 bei der EM in Finnland Europameister über 5.000m, 10.000m und im Marathon! Horst Hufnagel in der AK M65 Zweiter über die 400m.

2001:

Carolin Suckel wird Hamburger Hallen-Fünfkampfmeisterin in der A-Jugend.

Großer Erfolge bei den Mädchen/Frauen-Staffeln: 3. Platz Deutsche Juniorenmeisterschaften 4x400m, 2. Platz Nordd. Frauenmeisterschaften 4x100m, 4. Platz Deutsche Juniorenmeisterschaften 4x100m, 5. Platz Deutsche A-Jugend Meisterschaften 4x400m.

Sebastian Mlynkiewicz gewinnt 9 Hamburger und einen Norddeutschen Titel.

Erster Airport-Waldlauf im Rantzauer Forst.

In der Besetzung Paul Busse – Peter Suppa – Thomas Bartling gewinnen die Athleten der LG AN bei der Mehrkampf-DM in Zittau den Titel in der AK M60.

Horst Hufnagel wird mit der Deutschen 4x400m-Staffel in Brisbane/Australien Weltmeister in der AK M65.

Bei der Hallen-EM in Bordeaux erringen die LG AN Athleten zwei erste und einen dritten Platz.

2002:

Bei den Hamburger Hallenmeisterschaften der Schüler & Jugend gewinnt die LG AN 14 x Gold, 11 x Silber und 14 x Bronze.

Maïke Nieklauson (13) gewinnt 5 Hamburger Meistertitel (Mehrkampf, 80m-Hürden, Weit- und Hochsprung).

Mit 6 ersten Plätzen wird die LG AN erfolgreichster Verein der 90. Alsterstaffel.

Die Schülerinnen C (Gebts, Rodemann, Eggers, Schröder u. Zeriadtke) und B (Harling, Springborn, Ngu, Iff, Thänert u. Regh) werden Hamburger Mannschaftsmeister.

Ingeborg Thoma wird bei der Hallen-DM in Erfurt Zweite im Hochsprung in der AK W50.

Bei der EM in Potsdam wird Horst Hufnagel Europameister in der 4x400m-Staffel / AK M65, Ingeborg Thoma Dritte im Weitsprung und Wolfgang Saß Fünfter im Hammerwurf in der AK M60.

2003:

Hans-Jürgen Wolff wird mit der Deutschen 4x200m-Staffel Europameister in der AK M60 und Ingeborg Thoma Zweite im Weitsprung bei der Hallen-EM in San Sebastian/Spanien.

Klaus Schmidt legt nach 25 Jahren den Posten des 1. Vorsitzenden der LG AN nieder. Im November erhält er aus den Händen von HSB-Präsident Klaus-Jürgen Dankert die „Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes“ des Senates der Freien und Hansestadt Hamburg.

2004:

Die LG AN gewinnt zum 2. Mal den Hamburger Team-Cup.

Die Vierkampf-Mannschaft (Okello, Springborn, Schumann, Rodemann, Zeriadtke) der Mädchen holt sich sowohl die Hamburger Vierkampf- als auch die Blockmeisterschaften.

L. Okello u. S. Schumann qualifizieren sich für die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften.

Die 4x200m-Staffel (Gailus, Suppa, Wolff, Schumacher) holt den Titel bei der Hallen-DM in Potsdam.

Bei der EM in Århus/Dänemark, erringt Herbert Buchwald in der AK M80 die Titel über 5.000m und 10.000m.

Bei der DM in Zittau gewinnt Horst Neumann den Speerwurf in der AK M60 mit überragenden 50,67m!

2005:

Bei der Hallen-EM in Eskilstuna/Schweden holt Hans-Jürgen Wolff den EM-Titel mit der 4x200m-Staffel in der AK M60. Ebenso wurde Horst Hufnagel Titelträger über 400m und mit der deutschen 4x200m-Staffel in der AK M70.

Bei der Freiluft-WM in San Sebastian/Spanien erreicht Wolfgang Saß mit 45,08m den 4. Platz in der AK M65.

Spät berufen und senkrecht durchgestartet

Dr. Horst Hufnagel (80) ist im Pensionsalter gelungen, wovon so mancher junge Sportler träumt: Er legte mal eben einen Senkrechtstart hin! Ein Jahr „heftiges Training“, nachdem er pensioniert wurde – und die erste Senioren-EM war seine. Mit der deutschen 4 x 400-Meter-Staffel der Altersklasse M 65 gewann er in der Weltrekordzeit von 4:17,64 Minuten. Im Einzelrennen über die Stadionrunde sicherte sich Hufnagel außerdem die Silbermedaille. Und das, obwohl er gerade erst wieder eingestiegen war in den Leistungssport. Die Erfolge reißen seither nicht ab.

Immer neue Auszeichnungen in Gold, Silber und Bronze ließ sich Hufnagel Jahr für Jahr um den Hals hängen. Sein besonderer Stolz: Seit 2014 darf er sich „Mitglied des Weltrekord-Teams“ in der 4 x 200-Meter-Staffel nennen. Im Vorjahr hatte er sich einen kompletten Medaillensatz bei den Hallen-Europameisterschaften in San Sebastian gesichert. Trainiert wird nach wie vor regelmäßig – vier Mal pro Woche Laufen, einmal wöchentlich geht's ins Fitnessstudio. Wenn nichts dazwischenkommt, möchte Hufnagel 2016 bei den Weltmeisterschaften in Perth dabei sein. Ein realistisches Ziel. Bestimmt werden danach noch mehr Medaillen im Türrahmen zum Wohnzimmer hängen.



Vorzeige-Athlet auf Medaillenjagd

Herbert Buchwald (91) schnürt sich auch heute noch regelmäßig seine Laufschuhe. „Ich halte nicht mehr kilometerlang durch, aber was soll's“, gesteht der sportliche Medaillen-König lachend. „Hauptsache, es schmerzt nichts“, das ist sein Credo. Titelkämpfe hat der rüstige Rentner sicher hundertfach absolviert. Und immer wieder sensationell gut abgeschnitten: Erste, zweite und dritte Plätze bei Weltmeisterschaften und Europameisterschaften hat er unzählige Male belegt. Drei Goldmedaillen in drei unterschiedlichen Disziplinen (verliehen bei der Senioren-EM in Finnland im Jahr 2000) – auch das kann Buchwald vorweisen. Europameister im 5.000- und 10.000-Meter-Lauf ist er da geworden und hat auch

noch schnell den Marathon gewonnen. 2009 hat der Top-Sportler noch Gold auf der 10.000-Meter-Strecke geholt. Seinen letzten Wettkampf machte er 2011 mit und errang den 2. Platz bei den Europameisterschaften im 3.000-Meter-Lauf. In seinem Trophäen-Zimmer voller Pokale und Medaillen ist es recht voll geworden über die Jahre. Aber ein kurzer Blick in die schlauen Ordner reicht, und er kann sofort genaue Angaben zum Austragungsort von Wettkämpfen und zu Bestzeiten geben. Seine Parade-Disziplin: Die 10.000- und 5.000-Meter-Strecke. „Ja, das waren meine Lieblingsstrecken. Heute ist's weniger, was ich schaffe. Aber alles hat eben seine Zeit.“



Highlights 2006-2010

2006:

Zum dritten Mal nacheinander gewinnt die LG Alsternord den HLV-Team-Cup.

Bei den Welt- und Europameisterschaften stellen die Athleten der LG AN jeweils 2 Titelträger.

Die Mannschaft der AK M60 wird in Köngen/Württ. zum ersten Mal Deutscher-Altersklassen-Mannschafts-Meister (DAMM).

2007:

Zum ersten Mal finden die Hallenmeisterschaften in Hamburgs neuer LA-Halle statt. 17 x Gold, 15 x Silber und einige Bronzemedailles sind das Ergebnis guter Trainingsarbeit.

Chantal Steen wird Hamburger Meisterin über 60m.

Hans-Jürgen-Wolff (M60) und Horst Hufnagel (M70) gewinnen bei der Hallen-EM in Helsinki jeweils Gold mit den deutschen 4x200m-Staffeln.

Hans-Joachim Lange startet erstmals in der AK M70, der sog. „Königsklasse“ und wird auf Anhieb Deutscher Hallenmeister über die 60m-Sprint.

2008:

Unsere Schülerinnen A gewinnen bei den Hallenmeisterschaften 11 Titel. Jenny Tuffour (14) und Franziska Bärton (15) waren mit 5 bzw. 4 Goldmedaillen dabei.

Jonas Neubert (männliche Jugend) wird Hamburger Meister im Stabhoch- und Weitsprung, Tim Jansen im Diskuswerfen und Kugelstoßen.

Jenny Tuffour läuft mit 12,46 Sek. über 100m die siebtbeste Zeit ihres Jahrgangs in Deutschland.

Die LG AN gewinnt zum 5. Mal den HLV-Team-Cup.

Die 3x1.000m-Staffel der AK M65 (Bartling, Fölschow, Wendt) läuft in Kevelaer deutschen Rekord.

Die 4x400m-Staffel (Timmermann, Meyer-Hartmann, Wendt, Wolff) wird Deutscher Vizemeister in der AK M60.

Die Mannschaft der AK M70 wird in Startgemeinschaft mit der SV. Polizei-Hamburg zum zweiten Mal in Folge Deutscher-Altersklassen-Mannschafts-Meister (DAMM).

2009:

Hamburger Meister: J. Schwarz (Speer 39,23m), S. Schumann (Stabhoch 3,40m), J. Tuffour (100m, Hoch, Weit, 80m-Hürden, Block-Mehrkampf), 4x100m (Maurer, Steffen, Jensen, Tuffour).



DAMM-Meister M60 und M70, 2009



Int. Nachwuchstreffen in Finnland 2006



Jenny Tuffour, 2010



Im Anzug zum Sport

Für **Klaus Gailus (71)** – erfolgreicher Sprinter der LG Alsternord - war der 40. Geburtstag eine Art sportlicher Wendepunkt. „Die Kinder waren nicht mehr ganz klein, im Beruf war ich zwar sehr eingespannt, aber gut angekommen – da durfte mal wieder intensiveres Training in den Alltag integriert werden“, erzählt der routinierte Sportler begeistert. Auch wenn die Trainings-Abende zunächst hart erkämpft waren – für ihn war es immer ein Gewinn, dabei zu sein. Im feinen Anzug hastete Gailus mehrmals pro Woche aus der Bank, wechselte am Tegelsberg die Montur und begab sich zusammen mit seinen Trainingspartnern zügig auf die Bahn. „Ein tolles Miteinander – so macht es Spaß, sich auf Wettkämpfe vorzubereiten“, lobt Gailus bis heute seine Freunde und Mitstreiter.

Die Erfolge, als Einzelkämpfer und in der Staffel, ließen daher auch nicht lange auf sich warten. Schnell war klar: Dieser Top-Sprinter ist ein Hauptgewinn. Etwa 60 Medaillen aller Couleur füllen eine Vitrine, die eher verschämt als protzig in einer Ecke steht. Der 5-Kampf war immer die Vorzeige-Disziplin des durchtrainierten Gailus. 2000 wurde er darin sogar Deutscher Meister! Seine jüngsten Erfolge aus 2015: Silber in der 4 x 200-Meter-Staffel und Bronze über 60 Meter bei der EM in Polen. Außerdem: Deutscher Meister über 4 x 200 Meter in der Halle. Bei den Norddeutschen Meisterschaften in Brandenburg zudem Gold über 200 Meter und über 4 x 100 Meter in der Staffel. Große Träume von Titeln oder Wettkämpfen mag Gailus dennoch nicht formulieren. Nur den Wunsch „Immer gut und gesund anzukommen im Ziel“, den spricht er gerne aus. Ein Appell übrigens, den sich alle Leichtathleten in der Senioren-Liga vor jedem Wettkampf gegenseitig zukommen lassen. „Ein schöner Brauch“, findet der Läufer aus Gliede „zumal wir wirklich seit Jahren sehr gefürchtete Sportler sind.“

J. Tuffour holt Bronze bei den Deutschen Schüler-Mehrkampfmeisterschaften.

Das Jahr 2009 wird in der bisherigen Statistik der LG AN-Senioren zum erfolgreichsten überhaupt: 2x WM Gold, 7x EM Gold und bei den Deutschen Meisterschaften 8x Gold

Die Mannschaften der AK M60 + M70 werden in Startgemeinschaft mit der SV. Polizei-Hamburg beim Endkampf in Hamburg erneut Deutscher-Altersklassen-Mannschafts-Meister (DAMM).

2010:

Robin Kühnhol, Lennart Stuwe u. Nicklas Schilling werden Mannschaftsmeister im Waldlauf, auf der Bahn erringen sie einige Wochen später in der 3x1.000m-Staffel die Silbermedaille.

Bei den deutschen B-Jugend Meisterschaften wird Jenny Tuffour über 100m-Hürden Sechste.

Die 4x100m-Staffel (Schumacher, Lange, Wendt, Hufnagel) wird deutscher Staffelleister in der AK M70.

Bei der EM in Ungarn erringt Herbert Buchwald in der AK M85 eine Gold- und fünf (!) Silbermedaillen.



Horst Hufnagel (links) und Klaus Gailus



Highlights 2011-2015

2011:

Bei den Hamburger Vierkampf-Meisterschaften siegt Eleen Göhre (11) mit 1608, Mika Niedieck mit 1657 Punkten. Die B-Schülerinnen (C. Carstensen, D. Schumann, L. Kieckhöfel u. B. Plate) werden Mannschaftsmeister. Toni, Anna, Valerie und Eva laufen am Saisonende über die 4x100m Hamburger Jahresbestzeit.

Bei der Hallen-EM in Gent/Belgien läuft Axel Wendt zusammen mit der deutschen 4x200m-Staffel in der AK M70 neuen Europa-Rekord.

Die 4x400m-Staffel stellt in der AK M70 und der Besetzung Knorr/Keck/Busse/Wendt in Preetz einen neuen DLV-Rekord auf.

Frank Sonntag wird in der AK M65 neuer Hamburger Marathon-Meister.

2012:

Die Besetzung Hartmann Knorr/Thomas Bartling/Heinz Keck/Axel Wendt, stellt in der AK M70 in der Hamburger LA-Halle einen neuen Hallen-Weltrekord über 4x800m auf. (11:36,44 min)

Den zweiten Weltrekord gibt es ebenfalls in der Hamburger Leichtathletikhalle:

Hartmann Knorr/Heinz Keck/Christian Boysen/Axel Wendt laufen über die 4x400m in 4:41,04 min zum neuen Hallen-Weltrekord in der AK M70.

Unserer über viele Jahre hinweg bewährten und erfolgreichen Trainerin Bärbel Woltmann wird die „Silberne Ehrennadel“ des Deutschen Leichtathletikverbandes verliehen. Hamburgs Seniorensportler des Jahres wird Axel Wendt.

2013:

Unsere Bahneröffnung „Jüngster Nachwuchs“, Hamburgs ältestes (!) Sportfest, erlebt mit 330 Meldungen einen Rekordbesuch. Mika Niedieck erreicht im ersten Jahr U16 die Qualifikation für die Deutschen-Jugend-Block-Mehrkampf-Meisterschaften in Bayern und landet mit 2705 Pkt. auf Anhieb auf dem neunten Platz.

Hans-Joachim Lange wird für 60 Jahre Vereinsmitgliedschaft (TuS Alstertal/SC Alstertal-Langenhorn) geehrt und erhält für seine herausragenden, sportlichen Leistungen die silberne Ehrennadel des Deutschen-Leichtathletik-Verbandes (DLV).



Catharina Carstensen, 2014



Landesmeisterschaften im Blockmehrkampf Eleen Göhre (W15), Vivien Sender (W15), Jana Renken (W15) und Nele Ludwig (W13), 2015



Am 30.5.2015 starten Mia Kießling (W12), Tabea Nissen (W12) und Ron Adrian (M12) in der Jahnkampfbahn bei den Landesmeisterschaften im Vierkampf. Ron Adrian stellt im Hochsprung mit hervorragenden 1,32m eine neue persönliche Bestleistung auf und erreicht in der Endabrechnung den 10. Platz. Tabea Nissen steigert sich ebenfalls im Hochsprung auf starke 1,24m und erreicht auch im Ballwurf eine neue persönliche Bestleistung von 31 m, damit erreicht sie den 8. Platz. Mia Kießling landet auf Platz 22, wobei sie sich in allen vier Disziplinen über eine persönliche Bestleistung freuen kann.

Bei der Hallen-DM in Düsseldorf gehen die Titel über 400m an Axel Wendt, im Weitsprung an Christian Boysen und im Stabhochsprung an Reinhard Dahms – alle AK M70.

Ingeborg Thoma wird mit der DLV-Staffel über 4x100m Deutsche Meisterin in der AK W60.

2014:

Eleen Göhre gewinnt bei den Hamburger Meisterschaften 4 Einzeltitel.

Klaus Gailus, AK M70 und Horst Hufnagel, AK M75, werden Hallen-Weltmeister über 4x200m als Mitglieder der jeweiligen DLV-Staffeln.

Franz Timmermann und Hartmann Knorr erringen mit der DLV-Staffel über die 4x400m bei der Freiluft-EM in Izmir/Türkei den Titel eines Europameisters in der AK M70.

2015

Bei den Deutschen Hallen-Meisterschaften in Erfurt erringen die zehn Teilnehmer der LG AN sieben Medaillen (2 x Gold, 2 x Silber, 3 x Bronze). Erfolgreichster Athlet: Horst Hufnagel mit 3 x Edelmetall.

Bei der Hallen-EM in Torun/Polen holen die vier Teilnehmer der LG AN insgesamt neun Medaillen (3 x Gold, 1 x Silber, 5 x Bronze). Auch hier ist Horst Hufnagel mit drei Medaillen am erfolgreichsten.

Bei den Norddeutschen Meisterschaften in Jüterborg gewinnen die sieben Athleten der LG AN überlegende 16 (!) Medaillen (8 x Gold, 6 x Silber, 2 x Bronze). Herausragender Athlet ist Hartmann Knorr, der allein fünf Titel einfahren kann.

Bei den Deutschen Senioren-Meisterschaften I+II in Zittau betätigen sich die sechs Teilnehmer der LG AN erneut als Medaillen-Sammler und holen insgesamt zehn Mal Edelmetall (3 x Gold, 4 x Silber, 3 x Bronze). Erfolgreichste Teilnehmer sind Hartmann Knorr mit 4, Klaus Gailus und Horst Hufnagel mit jeweils 3 x Edelmetall. Darüber hinaus werden allein von unseren Athleten sechs neue Hamburger Landesrekorde aufgestellt!

Bei den Senioren-Weltmeisterschaften in Lyon/Frankreich werden von den vier Teilnehmern der LG AN abermals fünf neue Hamburger Landesrekorde gelaufen und ein neuer Staffel-Weltrekord in der AK M75 über die 4x400m aufgestellt. Dazu gibt es acht Medaillen: Spitzenreiter ist erneut Hartmann Knorr mit 2 x Gold, 1 x Silber, 2 x Bronze, vor Horst Hufnagel mit 1 x Silber, 1 x Bronze und Ingeborg Thoma mit 1 x Silber.



WM in Lyon/Frankreich, 2015



Im Medaillenrausch: Hartmann Knorr

Dr. Hartmann Knorr (75), ist stets für eine Überraschung gut. Nach dem Ende seines Berufslebens schlüpfte der Leichtathlet der LG Alsternord noch einmal in die Rolle des Studenten, machte den Doktor in Vor- und Frühgeschichte. Als Sportler verblüffte der passionierte Archäologe seine Konkurrenten immer mit herausragenden Leistungen, wie etwa bei den Deutschen Meisterschaften in Zittau. Seine bemerkenswerte Ausbeute in 2015 bisher:

Hallen-DM in Erfurt: 1 x Gold, 1 x Bronze

Hallen-EM in Torun/Polen: 1 x Gold, 2 x Silber

NDM in Jüterborg: 5 x Gold

DM I+II in Zittau: 2 x Gold, 2 x Silber

WM in Lyon: 2 x Gold, 1 x Silber, 2 x Bronze

Verjüngter Vorstand

„Mein Wunsch wäre es, irgendwann mal den jüngsten Vorstand aller Hamburger Sportvereine zu haben!“, sagte vor Jahren einmal unser 1. Vorsitzender Andreas Schulte-Hemming. Dieser eher beiläufig und scherzhaft geäußerte Satz, hatte doch in mehrerer Hinsicht viel Substanz.

Geht man mal von einer modernen Vereinsstruktur der Jetztzeit aus, ist es durchaus angemessen und realistisch, die Altersstruktur der Vereinsmitglieder auch im jeweiligen Vorstand abgebildet zu sehen, was in gleicher Konsequenz ebenso auf die Geschlechterverteilung in einem Verein zutrifft.

Oft sind zwischen den Vereinsführungen und dem Jüngsten Nachwuchs mehr als drei und mehr Generationen Unterschied, was zwangsläufig zu einer gewissen Entfremdung führt und sich in der oft traurigen Mitgliederzahl bei Jahreshauptversammlungen widerspiegelt.



„Nicht nur Leistung zählt – der Spaß am Sport sollte genauso im Fokus stehen!“

Verstärkt – mit junger Dame

Svenja Schumann (25) ist ein echter Glücksfall für die LG Alsternord. Gerade in diesem Jahr hat sie ihr Physikstudium mit dem Master abgeschlossen – und arbeitet nun auf einen Dokortitel hin. Zunächst war nicht ganz klar, ob Hamburg auch künftig Lebensmittelpunkt der Stabhochspringerin Svenja bleibt. „Eine Stelle als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Hamburger Uni hat dann schließlich den Ausschlag dafür gegeben, dass ich jetzt im Vorstand mitwirken kann“, erzählt die älteste von vier (sportlichen) Schwestern fröhlich.

Viele Stunden hat die junge Frau bis heute auf dem Sportplatz verbracht. „Über den Mehrkampf bin ich mit zwölf Jahren eingestiegen“, so Svenja Schumann. „Und habe seither nicht mehr loslas-

Was nun nicht heißen soll, dass man reifere und oft hochverdiente, erfahrene Vereinsführungen einfach in die Wüste schickt. Um Gottes Willen nein, nur der Übergang sollte fließend und früh genug sein. Dazu müssen die einen allerdings loslassen können und die anderen aber auch zupacken wollen.

Wir haben in den letzten zwei Jahren diesen Schritt gewagt und wohl auch geschafft, hoffentlich. Dass hin und wieder noch etwas Sand im Getriebe ist und es knirscht, ist ganz normal und wird auch nur von denen bemängelt die vergessen haben, dass auch sie mal ganz von vorn angefangen haben.

Mit Giulia Zeriadtke, Svenja Schumann & Martin Keller haben wir viel junges Blut und „frischen Wind in der Bude“, da müssen die übriggeblieben „Oldies“ ganz schön Gas geben, um mitzuhalten. Wir freuen uns drauf!

sen können von der Leichtathletik.“ Heute trainiert sie nicht nur drei Mal die Woche Schülerinnen und Schüler zwischen sechs und 15 Jahren (U-16), sondern mischt selbst noch auf Leistungssport-Niveau im Stabhochsprung mit. „Fünf bis sechs Mal bin ich also jede Woche zusätzlich im Training“, zählt sie ihre Termine zusammen. „Aber als Belastung empfinde ich das nie!“ Im Gegenteil: Zum Studium war es immer ein gesunder und guter Ausgleich. Einige Jahre war sie Co-Trainierin der „Grande Dame der Mädchenleichtathletik“ Bärbel Woltmann, heute ist sie quasi deren Nachfolgerin. „Wie schön es ist, Erfolge gemeinsam zu erleben, ist für mich gemeinsam mit dem sportlichen Nachwuchs eine richtig tolle Erfahrung.“

Unsere Senioren – eine Supertruppe

Mit dem Begriff „Senioren“ im Sport verbindet der nicht so ganz kundige Betrachter vor allem dies: Ältere Herrschaften mit rauschenden Graubärten, langweilige Hocker-Übungen oder womöglich abgehetzt schnaufende Läufer. Weit gefehlt, reicht doch diese Altersspanne national wie auch international vom 35. bis zum 90. Lebensjahr.

Auf dem Papier ist man somit - vor allem als Sportler - schon ab 35 Jahren „alt“. Die sogenannten „Senioren“ – mit wenigen oder auch mehr Lebensjahrzehnten Erfahrung – stellen somit die mit Abstand größte Mitgliederzahl im Deutschen Leichtathletikverband und sind zudem die eifrigsten Beitragszahler. Ein Umstand, der beim DLV leider nicht immer die entsprechende Würdigung findet...

Die ehemaligen Aktiven- und Leistungsträger der LG Alsternord aus den ersten 25 Jahren gehören längst dieser Gruppe an. Viele sind dabei geblieben – und begeben sich noch immer mit großem Erfolg auf

Medaillenjagd (siehe Seite 11/13/16) ; etliche haben sich aus privaten oder gesundheitlichen Gründen vom aktiven Sport zurückgezogen und einige sind bereits für immer von uns gegangen – nicht aber in unserer Erinnerung!

Die Trainingssituation bei unseren Senioren ist lebhaft und ausgesprochen umtrieblich. Regelmäßig geht es in großer Runde auf die Bahn zum Training, ins Gelände oder auch an die Geräte, um fit zu bleiben. Sehr erfolgreiche Athleten mit jahrzehntelanger Trainingserfahrung bringen ihr Wissen genauso gern im Verein ein wie jüngere Aktive, die aufgrund ihrer beruflichen Ausbildung im Sport gute Ideen mitbringen. Wie gut dieses Zusammenspiel der Generationen funktioniert, konnten wir vor wenigen Wochen feststellen. Die Athleten der LG Alsternord kehrten mit sage und schreibe zehn Medaillen (!) von den Deutschen Seniorenmeisterschaften II in Zittau zurück.

Unser bisheriger Vereinsrekord, mit dem wir sicher einen neuen Maßstab gesetzt haben.



Weltrekord 2012

Einen neuem Weltrekord stellt die 4x400m-Staffel in der Altersklasse M70 in Hamburg auf – Axel Wendt (großes Bild) ist Schlussläufer.



„Unser Dream-Team“

Peter Suppa & Klaus Schmidt
Zwei Sympathieträger des Vereins und mit der Geschichte der LG Alsternord untrennbar verbunden:



Klaus Schmidt (85), langjähriger Aktivposten in der Hamburger Leichtathletik, Gründungsmitglied der LG Alsternord, deren 1. Vorsitzender von 1978-2003, seitdem noch Betreuer der Seniorenabteilung und Sportabzeichenprüfer. Im Dezember 2003 ausgezeichnet mit der „Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes“ des Senats der Hansestadt Hamburg.



Peter Suppa (76), seit 25 Jahren Pressesprecher und Statistiker des Vereins, nach wie vor im Sprint aktiv und ebenfalls Sportabzeichenprüfer. Ihm wurde im Frühjahr 2015 für sein ehrenamtliches Engagement die „Silberne Ehrennadel“ des Hamburger Leichtathletikverbandes verliehen.



„Die sportliche Seele unseres Vereins“

Hans-Joachim Lange „Langus“

Aber natürlich gibt es auch einen „Cheftrainer“ und den gilt es einfach an dieser Stelle zu nennen. Ihn zu beschreiben, ist nicht so ganz einfach. Ihn aber im Zusammenhang mit der LG Alsternord zu unterschlagen, einfach ein Ding der Unmöglichkeit!

Hans-Joachim Lange (77), eher als „Langus“ bekannt und untrennbar mit dem Verein verbunden, ist Vereinsmitglied der allerersten Stunde. Er ist Komiker und Integrationsfigur zugleich, stetiger Unterstützer und Motivator für seine Athleten und durchaus einfallsreich wenn es darum geht, auch mal „Missgeschicke“ in aller Öffentlichkeit lautstark zu kommentieren, so geschehen dereinst im schönen Trier.

Schaut man auf seine sportlichen Erfolge, lässt sich in aller Bescheidenheit sagen, dass er eigentlich alles gewonnen hat, was geht, national wie international (Deutscher Meister, Europa-Meister, Weltmeister und das zum Teil gleich mehrfach) Gäbe es olympi-

sche Medaillen auch in der Seniorenleichtathletik, er hätte bestimmt einen kompletten Satz davon. Nur einer hat ihm hin und wieder in die Suppe gespuckt und das ist kein Geringerer als der mehrfache Weltjahres-Leichtathlet der Senioren, Guido Müller aus Baden-Württemberg. Dieser absolute Ausnahmeathlet läuft, wenn er denn antritt, allein in seiner eigenen Liga.

Aber selbst den konnte Langus hin und wieder austricksen, weil er ein Jahr früher auf die Welt kam als Guido und dadurch auch ein Jahr früher in die nächste Altersklasse aufsteigen konnte. So geschehen im Jahr 2012, als Langus sich zum 75. Geburtstag mit dem Titel eines Europameisters belohnte.

Ein guter Anfang: Jugendarbeit

Dem Nachwuchs eine Chance

„Jede lange Reise beginnt immer mit einem ersten Schritt!“ Dieses, aus der Fülle chinesischer Weisheiten entlehene Zitat, trifft sinn- gemäß auch auf den ersten Kontakt mit der Leichtathletik zu.

Die Grundvoraussetzung bringt der Mensch in Form des Homo Ludens (übersetzt: „der spielende Mensch“) bereits mit auf die Welt. Indem er innerhalb kürzester Zeit den kontrollierten Gebrauch seiner Extremitäten erlernt und dabei fast unmerklich physikalische Grundlagen wie langsam-schnell, hoch-niedrig, leicht-schwer begreift und immer besser einzusetzen weiß. Jeder, der das besondere Glück hatte, seine Kindheit in der Natur zu verbringen, kann das sicher nachvollziehen.



Die ersten Voraussetzungen für leichtathletische Disziplinen sind also von klein auf im Ansatz vorhanden.

So ganz ohne Anleitung geht es aber irgendwann doch nicht mehr. Und dann kommen unsere Schüler- und Jugendtrainer ins Spiel: Die gut geschult und mit geübtem Auge den kleinen Athleten sportlich wie auch menschlich zur Seite stehen. Und die den sportlichen Nachwuchs mit viel Geschick und Einfühlungsvermögen in ihrer Entwicklung weiterbringen.

Gerade Trainern im Schüler- und Jugendbereich obliegt eine hohe Verantwortung. Geht es bei ihnen doch nicht allein um eine reine Fertigkeitsvermittlung, sondern auch um die Förderung/Entwicklung im menschlich-sozialen Bereich. Das „Trainersein“ an sich – gerade in der Jugendarbeit – erfordert eine Fülle von ideellem wie auch zeitlichem Engagement und verdient ein Höchstmaß an Respekt und Anerkennung. Dem tragen auch wir gern Rechnung.

Allein drei Jugendtrainer gehören heute dem Vorstand an - entweder als Vorstände oder Spartenleiter der Stammvereine.

** Johan Huizinga (Autor), Andreas Flitner (Hrsg.): Homo ludens. Vom Ursprung der Kultur im Spiel. Reinbek 2009 / „Der Homo ludens ist ein Erklärungsmodell, wonach der Mensch seine Fähigkeiten vor allem über das Spiel entwickelt.“*



Hoffnungsträger

Mika Niedieck (16), ein aufgehender Stern am Nachwuchshimmel der leichtathletischen Mehrkämpfer.

Seine Top-Disziplinen sind der Speer, die 100m-Sprint und vor allem der Weitsprung. Mehrfacher Hamburger Meister und nach Aussage seines langjährigen Trainers Jürgen Walter für seine Mannschaftskameraden ein absolutes Vorbild – auf und neben dem Platz.





Giulia Zeriadtko

Schüler

„Mein größter persönlicher Erfolg: Die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften mit der 4 x 100m Staffel.“



Martin Keller

Schüler

„Training muss vor allem auch Spaß machen. Disziplin fordere ich aber trotzdem ein.“



Annalena Kelting

In der Babypause – sonst Schüler

„Mein absoluter Gänsehaut-Moment: Wenn bei Wettkämpfen das Stadion voll ist.“



Jürgen Walter

U 18

„Junge Leichtathleten zu fördern und zu fordern, ist eine schöne Herausforderung.“



Laura und Regina Elskamp

Kinder und Schüler

Laura: „Natürlich gab es auch für mich lange Zeit eine Lieblingstrainerin – es war meine Mama.“



Wolfgang Döbler

U 16

„Das Schönste für mich: Wenn das Training mit guten Ergebnissen und tollen Zeiten belohnt wird.“



Svenja Schumann

U 16

„Erfolge gemeinsam mit dem sportlichen Nachwuchs zu erleben, ist eine tolle Erfahrung.“

Co-TrainerInnen:
Leonie Theißen, Lilian Stuwe

Seit Vereinsgründung waren viele Übungsleiter und Trainer sehr erfolgreich für uns tätig. An dieser Stelle wollen wir all unsere Ehemaligen nennen und uns nochmals herzlich für Ihre Arbeit bedanken.

Bärbel Woltmann, Silke Nahler, Monika Niemeier, Claudia Pfeil, Ursel Horst, Gisela Murr, Karin Best, Christel Prahler, Jörg Lauenstein, Volker Schönfeld, Jürgen & Günter Hutschalik, Torsten Murr, Hans-Jürgen Lickfett, Edmund Hildebrandt, Karl-Heinz Meyer, Uwe Karczewski, Peter Bock, Bernd Fölschow.





Unsere Trainingsstätten

Sportzentrum Tegelsberg

- Seniorentaining -

Tegelsberg 1-2
22399 Hamburg



Schulzentrum Süd/Norderstedt

- Schüler- und Jugendtraining -

Am Böhmerwald
22851 Norderstedt



Tura Harksheide

- Kinder- und Schülertraining -

Am Exerzierplatz 14 – 16
22844 Norderstedt



Sportanlage Oehleckerring

- Sportabzeichen -

Beckermannweg 23
22419 Hamburg



Die Kleinsten auf der Bahn

Hamburgs ältestes Leichtathletik-Sportfest, das jährlich Ende April/Anfang Mai ausgetragen wird, dürfte wohl dieses sein: Die „**Bahneröffnung Jüngster Nachwuchs**“, die 1972 zum ersten Mal erwähnt wird.

Ausgetragen wird dieses Sport-Event auf der Anlage des Schulzentrums Süd in Norderstedt und ist Jahr für Jahr die erste Leistungsstandermittlung für alle kleinen und größeren Hoffnungsträger ($\leq U14$), die die Leichtathletik als Sportart für sich entdeckt haben und ernsthaft betreiben.

Bei teilweise deutlich über 200 Anmeldungen sind unsere freiwilligen Vereinsshelfer bei diesem Sportfest besonders gefordert: Geht es doch nicht allein um den regelgerechten Zustand der Anlagen und die Durchführung der Wettbewerbe. Auch das Gewusel der kleinen Athleten ist eine Herausforderung. Ein großer Dank gilt an dieser Stelle auch mal den vielen Eltern, die sich als Hilfskampfrichter, Sprunggrubenharker, Ballholer und last but not least, als überaus großzügige und fleißige Kuchenspender für den Verpflegungsstand einbringen. Nicht zu vergessen HLV-Kampfrichterobmann Heinz Winterstein, der uns souverän „wie ein Fels in der Brandung“, seit zwei Jahren als Verbandsaufsicht zur Seite steht und für einen regelkonformen Ablauf sorgt.

Im Jahr 2015 war der „Jüngste Nachwuchs“ eine äußerst gelungene, fröhliche Veranstaltung bei traumhaft schönem Wetter. Auf den Rasenflächen bot sich ein Bild wie auf der Stadtparkwiese im Hochsommer. Organisation, Datenverarbeitung und Verpflegungsstand funktionierten einwandfrei und unser Team war am Abend einfach nur „platt“.

So soll es doch sein, oder?!





Ab in den Wald

Der **Rantzauer Forst** ist ein Paradies für Läufer. Zwei Mal im Jahr – jeweils am vorletzten Sonntag im März und am ersten Sonntag im November – bevölkern etwa 200–250 Laufbegeisterte den Wald. Und begeben sich an den Start, um 5 bzw. 10 Kilometer zu laufen oder 5 Kilometer Walkingstrecke zu absolvieren. Gut gelaunt geht es auf eine ursprünglich bewachsene Strecke zwischen hohen Bäumen, die an einigen (wenigen) Stellen durchaus Cross-Lauf Qualitäten aufweist. Weder dieser Umstand, noch die zu diesen Terminen mitunter recht ungemütlichen Temperaturen, können Lust und Motivation der Läufer schmälern. Ein Beweis dafür ist der große Anteil von „Wiederholungstätern“, die gegenüber „Erstlingen“ deutlich in der Überzahl sind. Die Zeitnahme erfolgt per Handstoppung, jeder Finalist bekommt eine Urkunde.

Ein Sonderfall in der Historie unserer Waldläufe war das Jahr 2013, weil gleich beide Läufe den Wetterkapriolen zum Opfer fielen. Im März 2013 sorgte eine knietiefe Schneedecke mit teilweise hüfthohen Schneeverwehungen für eine Absage, und gegen Oktober wütete ein Orkan über Norddeutschland, der den Rantzauer Forst in ein Trümmerfeld aus abgeknickten und umgestürzten Bäumen verwandelte.

Unsere „Stammkunden“ nahmen es mit Gelassenheit, im Frühjahr waren sie alle wieder da. Dafür auch mal Dank an dieser Stelle!

Die fleißigen Helfer unseres Vereins sorgen für eine einwandfreie Kennzeichnung des Laufweges und personelle Streckensicherung. Das DRK-Norderstedt ist jeweils mit zwei Fahrzeugen vor Ort und im Zielraum gibt es für die Läufer kostenlosen Tee. Wer mehr möchte, kann sich am Verpflegungstand zu zivilen Preisen auch beköstigen lassen.



Sprinter an den Start

Ursprünglich war es wohl Jürgen Walter, Trainer-Urgestein unseres Vereins, der einmal meinte, dass diese wunderschöne, zweifarbig abgesetzte Laufbahn viel zu schade sei, um sich nur darauf einzulassen und zu trainieren. Recht hatte er. Der Vorstand reagierte und lud am 4. Juni 2014 zum ersten **Abend-Sprintermeeting** der LG Alsternord ein.

Starter-Ikone Bernhard Riedel aus Quickborn schwang den Colt und Kollege Wilfried Dolinski vom SHLV-Kiel kam, um mit seiner elektronischen Zeitmessanlage für eine perfekte und qualifikationsfähige Zeiterfassung zu sorgen.

Der Clou der Rennen über 75, 100 und 200 Meter: Es wurde nicht nach Altersklassen aufgestellt, sondern nach den eingereichten Zeiten. Großes Erstaunen vor allem bei den jüngeren Athleten. Standen doch somit Starter nebeneinander, die nicht selten einen Altersunterschied von mehr als 50 Jahren aufwiesen. Die Zieleinläufe hatten dann auch so manche Überraschung parat.

Eine gelungene Premiere, die unbedingt wiederholt werden sollte. Viel Lob und tolle Stimmung herrschte auf einer perfekt dafür geeigneten Anlage – auch dank des Teams von TuRa Harksheide.

Die für den 28. Juni geplante Neuauflage des Sprintermeetings musste in diesem Jahr leider aufgrund mehrerer Parallelwettkämpfe im Hamburger Raum abgesagt werden. Für eine Neuauflage in 2016 ist jetzt die erste Juniwoche vorgesehen.



Rennen der Generationen beim ersten Sprintermeeting: Die 16-jährige Leonie Theißen startet über 100 Meter zwischen Paul Busse (links, 76) und Peter Suppa (rechts, 75).

Vorstand LG Alsternord

1. Vorsitzender:

Andreas Schulte-Hemming

2. Vorsitzende:

Georg Behringer, Svenja Schumann und Tim Sterzing

Schatzmeister:

Peter Lichte

Jugendwartin:

Antonia „Toni“ Bärn

Beisitzer Alstertal-Langenhorn (Scala):

Marko Heins

Beisitzerin 1. SC Norderstedt:

Giulia Zeriadtke

Beisitzer TuRa Harksheide:

Martin Keller

Imressum

LG Alsternord • Schanzenberg 5 • 22335 Hamburg

Redaktion: Georg Behringer

Gestaltung: Nicole Willmanns • info@nicole-willmanns.de

Text und Lektorat: Britta Surholt • britta.surholt@gmail.com

Redaktionelle Mitarbeit: Bärbel Woltmann, Klaus Schmidt, Peter Suppa

Fotos: Anne Pamperin (Hamburger Abendblatt), Peter Suppa, Andreas Schulte Hemming

Druck: CaHo Druckereibetriebsges. mbH

Rondenbarg 8 • 22525 Hamburg

Tel. 040 / 23 51 28 35 • www.caho.de



Ehrenkodex

Auf der Mitgliederversammlung 2010 des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) wurde beschlossen, aktiv für die Prävention sexualisierter Gewalt im Sport einzutreten.

Die LG Alsternord unterstützt ausdrücklich dieses Ansinnen.

Die Absolventen von Trainerausbildungen aller Lizenzstufen müssen nach §13 (3) der DBV-Trainerordnung einen „Ehrenkodex“ unterzeichnen, in dem sie sich zu einem entsprechenden Verhalten verpflichten. In den Verantwortungsbereich der Landesverbände fallen dabei die Trainerlizenzen C-Trainer und Trainerassistent. In den Verantwortungsbereich des DBV fallen die Trainerlizenzen B und A.

Trainerinnen und Trainer, die eine Trainingsfreizeit (Wochenende, Woche) mit Übernachtung betreuen, können dieses nur mit einem aktuellen erweitertem Führungszeugnis tun.

