



zum Jahresende möchte ich euch eine Übersicht über das Vereinsgeschehen geben. Was sind unsere Schwerpunkte, welche Ergebnisse wurden erzielt, woran müssen wir arbeiten, wofür müssen wir dankbar sein?

A. Schwerpunkt Ausbildung

1. Lizenzierte Trainerinnen und Trainer

Liebe Sportlerinnen und Sportler, liebe Eltern, dies ist eins unserer wichtigsten Ziele: Euch ein qualitativ hochwertiges und motivierendes Training anzubieten, bei dem ihr eure persönlichen Stärken in der Leichtathletik entwickeln könnt. Eure Begeisterung beim Training, euer Engagement bei der Übernahme von Aufgaben, die permanenten Nachfragen der Eltern nach einem Probetraining für ihre Kinder zeigen uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Aber diese Schwerpunktsetzung ist für unseren Verein auch sehr kostspielig. Allein 2024 haben wir für die Ausbildung von C- und B-Trainern mehr als 3000 € investieren müssen. Wir hoffen aber, dass durch Zuschüsse und Spenden diese Investitionen wieder ausgeglichen werden.

Nach den Sommerferien haben unsere diesjährigen Abiturientinnen Laura, Julia M und Katharina ihre Trainerinnentätigkeit beendet, um ein Studium zu beginnen oder ein Auslandsjahr einzulegen. Unser Trainer Arne hat nach einer beruflichen Veränderung sein Vereinsengagement beenden müssen.

Vorausschauend haben wir 2024 mit Jakob L., Jakob K., Mattes und Ralph gerade ein neues C-Trainerquartett ausbilden lassen. Jetzt sind bei unseren Stammvereinen 13 Trainerinnen /Trainer angemeldet, die zusätzlich von den Co-TrainerInnen Julia, Charlotte, Greta, Rosalie, Konstantin unterstützt werden.

1.SCN: Jenna, Emma, Steffi

Tura: Jana, Daniela, Jakob L., Ralph, Solveig, Ron, Svenja

WSV : Sonja, Mattes, Jakob K.

Zum Trainerteam gehört auch noch die Physiotherapeutin Birgit Schumann, die bei muskulären Beschwerden oder Verspannungen und Dysbalancen für Abhilfe sorgt.

2. Weiterbildung unter Anleitung von Koordinatoren

Alle TrainerInnen der LGAN werden durch **Svenja** und **Ron** ständig beraten und in gesonderten Schulungen in ihrer Handlungskompetenz verbessert.

- Unser neuer **B-Trainer (Sprint)** Ron betreut die C-TrainerInnen als **Koordinator** „Spielgemäßes Leichtathletiktraining mit Kindern“
- **Headcoach Svenja, B-Trainerin (Sprung)**, koordiniert das Training der Jugendlichen und leitet die Stabhochsprunggruppe.

B. Schwerpunkt Inklusion

In Zusammenarbeit mit der Sportleiterin der Norderstedter Werkstätten Maike Rotermund trainiert auch ein LGAN-Trainer die Leichtathleten der Special Olympics. Nach dem tollen Erfolg bei den Weltspielen in Berlin 2023 haben wir im Vorstand beschlossen, diesen Athletinnen und Athleten auch die Teilnahme an unseren Wettkämpfen Jüngster Nachwuchs, Sprintermeeting, Waldlauf zu ermöglichen. Alle Beteiligten, Kampfrichter, Eltern, Sportler, Zuschauer waren sehr angetan von dem leistungsorientierten, sachkundigen und engagierten Einsatz der Special Olympics. Besondere Anerkennung verdienen sich die Aktiven für ihre unmittelbare, ehrliche Freude bei den Siegerehrungen. Wie formulierte unser 2. Vorsitzender Georg: „Das war toll! Warum sind wir nicht schon viel früher auf diese Idee gekommen?“



C. Schwerpunkt Wettkampfsport in Stadien und Hallen

Unsere Aktiven haben auch dieses Jahr bei zahlreichen Wettbewerben beachtliche Ergebnisse erzielt. Herausragend waren dabei bei den Jugendlichen Jana Schimkus (Stabhoch 3,50m) Ole Gerlach (60m 6,96s, 100m 10,79s, 200m 22,05s) und Annemarie Körner (Siebenkampf 4315 P), die damit die Qualis für die Teilnahme an DM erreichten. Tim Staud verpasste mit 6,71 m im Weitsprung nur knapp die erforderliche Leistung. Bei den Senioren gewann Christian Boysen bei der EM in Torun/Polen Bronze im Weitsprung und Gold mit der 4 x 200m Nationalstaffel. Ingeborg Thoma erreichte bei den WM in Göteborg/Schweden mit den Nationalstaffeln Gold (4 x 400m) und Bronze (4 x 100m).

Alle Berichte dazu auf der Homepage Igalsternord.de. Hier die Schlagzeilen:

18.1. **LM U18 in HH:** Super Start für LGAN
13 PB, 1 LM-Titel, 2 DM-Qualis



12.2. **NDM U 20 in HH**
Ole gewinnt 200m in 22,24 s mit DM-Quali



12.2. **LM Masters** 6 Titel, 13 Podiumsplätze



19.2. **LM Mehrkampf Team**
MU18 Landesmeister/ Team W 15 Vize-LM



4.3. DM U20 in Dortmund

Ole 200m Platz 6 hier mit Trainer Ron



10.3. DM Senioren in Dortmund

Hanno Heubel (4.Platz), Andreas Mack (9.Platz), Ingeborg Thoma (7.Platz)



23.3 EM Masters in Torun/Polen



Christian Boysen M80: Staffelgold 4 x 200m und Bronze im Weitsprung/ Ingeborg Thoma Weitsprung (7) Toni Thoma Speer (6)

25.4. Jüngster Nachwuchs



30.4. Stabhochsprungmeeting bei Tura



17.6. Sprintermeeting bei Tura



8.6. LM Block 4-AthletInnen - 4 Medaillen

Frieda (1), Milla(3) , Sophie(2),
Konstantin(1)



24.6. Norddeutsche Meisterin U18 in Rostock

Jana Schimkus Stabhoch 3,50m (1) +DM Quali/
Tim Weit (5) mit 6,71 m/ Nike 200m 27,18s/Jakob L.
Stabhoch 3,70m (8)



24.6. LM U16 /U20 in Büdelsdorf
5 x Gold + 7 x Silber+ 1 x Bronze



LM Titel für: Anna 200m/ Jakob L. Stab/
Frieda Speer, Stab/ Lucia Stab

10.6. DM U18 in Mönchengladbach

Jana Schimkus 3,35 m (11.Platz)



7.7. LM Masters in Kiel

5 AthletInnen -7 Titel



LM: Klaus Gailus (M80), Reinhard Dahms (M 85),
Ingeborg Thoma(W70)

16.7 NDM U 20- W15 in Lübeck

Anna Neuhausen überzeugt mit PB über
200m in 26,39s



Stabhochsprung: Frieda (6.Platz), Lucia
(9.Platz), Sophie (10.Platz), Jakob L (4.Platz)

8.8. Werferabend SZ Süd

Sensation! Drei Werfer über 50m beim Diskuswurf!



25.8. WM Masters Göteborg



Gold für die W70-Nationalstaffel 4 x 400m
und Bronze über 4 x 100m **Ingeborg Thoma**

24.8. DM Mehrkampf WU20 Hannover

Annemarie Körner hatte sich in Baldwin City/USA mit 4315 Punkten für die DM Siebenkampf qualifiziert.



Annemarie (16.Platz) mit Headcoach Svenja

3.11. Waldlauf im Rantzauer Forst

LGAN LGAN organisiert für 31 Schülerinnen und Schüler die Hamburger Waldlaufmeisterschaften und für 104 Aktive den traditionellen Waldlauf



23.9. Vereinsmeisterschaften

Regenwetter, aber dennoch gute Stimmung! Dank an das Orga-Team vom WSV

Weihnachtsfeier 19.12.

Trainerinnen und Eltern gestalteten die diesjährige Weihnachtsfeier. Alle AthletInnen wurden mit ihren sportlichen Leistungen vorgestellt. Abschließend übergaben die Eltern und der 1. Vorsitzende allen TrainerInnen als Anerkennung für ihre zuverlässige und kompetente Arbeit ein Geschenk.



D. Wettkampfsport auf Straße und im Gelände - Sterne des Sports

Eine Gruppe unserer WSV - Aktiven engagiert sich erfolgreich auch auf den Langstrecken. Eine Belohnung gab es dann bei der Preisverleihung „Sterne des Sports“



Nikolauslauf in Ahrensburg: Leon freut sich über eine Belohnung für seine gute Platzierung



Das WSV-Team beim Stadtlauf Norderstedt



Anna und Katja beim Kids-Lauf bzw. Halbmarathon



Katja Liebler nimmt für den WSV den Preis Sterne des Sports entgegen. Gewürdigt wurde das Laufengagement des WSV.

E. Kinder- und Jugendtraining U12/14 in Wilstedt/Tangstedt (von Laura und Rosalie)

Ein erfolgreiches Jahr liegt hinter der kleinen Tangstedter U12 und U14-Gruppe. Geprägt war das Jahr von einigen erfolgreichen Wettkampfteilnahmen und zwei Trainerwechseln. Im Februar 2024 nahmen Annie Meyer (U12) und Alec Tiganescul (U14) an „Hamburgs Beste“ und an den Hamburger Meisterschaften in der Leichtathletikhalle Hamburg teil. Hier wurden neue persönliche Bestleistungen im Hochsprung und im Sprint erreicht – herzlichen Glückwunsch !



Im Frühjahr starteten wir beim alljährlichen Hallenwettkampf in Ahrensburg. Unser Team mit Annie Meyer, Alec Tiganescul, Finn Steenbeck und Oskar Meinelt erkämpfte sich den ersten Platz in der Gruppenwertung.



Schließlich verabschiedete sich Arne Schwoch nach langjähriger Trainertätigkeit von der LG Alsternord und von den Tangstedter Athleten, die er über mehrere Generationen hinweg trainierte und betreute. Vom Vorstand des WSV, den TrainerInnen und den AthletInnen wurde Arne in einem würdigen Rahmen verabschiedet. Wir vermissen Arnes engagierte, offene und zugewandte Art im Training und bei Wettkämpfen!



Bis zum Sommer 2024 übernahm Laura Pohlmann das Training der U12 und U14 in Tangstedt. Zuvor unterstützte sie längere Zeit Arne als Trainerin. Die AthletInnen freuten sich über ein

abwechslungsreiches Training in den verschiedenen Disziplinen sowie im Kraft- und Konditionstraining. Auch wurde der Fokus auf verschiedenste Spiele im Barfußformat gesetzt.



Seit dem Frühsommer wirkt Rosalie Hennenberger ebenfalls eifrig und initiativ beim Training unserer kleinen Athletinnengruppe mit. Seit September diesen Jahres trainiert Rosalie nun eigenständig die Tangstedter SportlerInnen. Wie gewohnt findet das Training im Winterhalbjahr in der Tangstedter Sporthalle statt und die AthletInnen sind stets motiviert dabei. Im

November 2024 nahmen Jana Löffler und Anna Laude erfolgreich an dem Waldlauf der LG Alsternord teil. Bei dem Nikolauslauf in Ahrensburg Anfang Dezember starteten Jonna Semrau und Jana Löffler und erzielten eine ausgezeichnete Zeit. Momentan kommen sieben Kinder dienstags zu dem Leichtathletiktraining und es herrscht eine super Gemeinschaft. Wenn neue Kinder für ein Probetraining kommen, werden sie von allen offen empfangen und in die Gemeinschaft integriert.

Vielen Dank an alle Mitwirkende, die auch dieses Jahr einen fortgehenden Trainingsbetrieb beim WSV Wilstedt/Tangstedt ermöglicht haben und weiterhin gewährleisten!!

Wir blicken gespannt auf das kommende Jahr 2025 :)



Bericht 2024 U8/U10 Tangstedt (von Sonja, Greta, Charlotte)

Etwas über 20 Kinder trainieren in unserer Gruppe. Neben den Disziplinen Sprint, Weitsprung und Ballwurf üben wir mit den jungen Athleten in den Bereichen Koordination, Reaktion und in kleinem Umfang Ausdauer. Ebenso steht die Vorbereitung auf Wettkämpfe im Vordergrund sowie das Deutsche Sportabzeichen, welches die Kinder im Sommer gemacht haben. Im Laufe des Jahres haben wir an folgenden Wettkämpfen teilgenommen:

Beim Hallensportfest (17.02. in Ahrensburg) belegten Leni Hennenberger, Ida Kaßner und Jana Löffler den 4. Platz (Teamwertung). Das Sportfest Jüngster Nachwuchs (20.04. in Norderstedt) war für Riina Rand, Helen Folgmann und Florian Wurster der erste Wettkampf in der Leichtathletik. Dabei sprang Riina (W7) am weitesten und freute sich über den 2. Platz. Helen (W7) war Beste im Ballwurf und erreichte Platz 3. Florian (M8) wurde Viertbester im Ballwurf und erzielte insgesamt Platz 7. Mika Semrau (M8) freute sich über eine neue Bestleistung im Weitsprung und landete auf Platz 9.



Beim Norderstedter Stadtlauf (02.06.) nahm Marie Hein (W8) am 2,9 km Schnupperlauf teil und lief von 163 Teilnehmern als 74. durchs Ziel. Niki Ashrafi (W7) nahm das erste Mal an einem Wettkampf teil und lief mit vielen anderen kleinen Athleten den 400m Kinderlauf.

Sehr erfolgreich war Lina Niederhofer beim Waldlauf der LG Alsternord (03.11.). Sie wurde Zweite über 5 km in der AK U12. Mit vielen kleinen und größeren Kindern starteten wir beim Nikolauslauf (02.12. Ahrensburg). Bis zur W/M10 mussten die Kinder eine Strecke von 1.100m durch den Wald laufen und erreichten dabei folgende Platzierungen: Mika Semrau (M8) 12. von 22/Lasse Schickedanz (M9) 17./Klara Gramsch (W8) 7. von 18/Ida Kaßner (W9) 8. von 17/Lina Niederhofer (W9) 10. von 17. In der W9 Mannschaftswertung belegte das Team der LG Alsternord mit Ida, Lina und Charlotte Thielbeer den 2. Platz./Darüber hinaus haben noch 6 Kinder vom WSV teilgenommen.

Den Jahresabschluss bildete das letzte Training vor den Weihnachtsferien, bei dem wir alle mit unseren Weihnachtsmützen auf den Köpfen verschiedene Teamspiele gemacht haben. Anschließend gab es eine kleine Weihnachtsnaschi-Überraschung.

Im Laufe des Jahres sind 6 Kinder in die U12/U14 zu Laura bzw Rosalie gewechselt oder haben mit Leichtathletik aufgehört. Wir haben stetig und besonders zum Jahresende Nachwuchs vor allem an 6 und 7 jährigen Kindern bekommen. Das Training mit unserer lebendigen, lustigen Truppe macht uns sehr viel Spaß, erfordert manchmal auch Geduld und Konfliktbewältigung.

Statements von Charlotte und Greta: „Neue Kinder werden gut in die Gruppe integriert“
„Es ist schön, das Vertrauen der Kinder zu spüren und ihnen so eine Möglichkeit zu bieten“

„Trotz Konflikten, die meist gut gelöst werden können, verstehen sich die Kinder sehr gut“

„Es wird auf die Kinder individuell eingegangen und auf ihre Bedürfnisse geachtet, was wirklich schön zu sehen und bereitzustellen ist“

„Der Umgang mit den Kindern ist immer

abwechslungsreich und auch wir lernen

immer Neues, was uns total motiviert“.



„Sehr schöne Tradition , wie der Weihnachtsmützenlauf“

Wir freuen uns auf ein sportliches, lustiges und erfolgreiches neues Jahr mit den Kindern!

Sportabzeichen- Sport für Alle-„Jedermannsport“

Sportabzeichen werden bei uns an drei Standorten abgenommen.

Georg Behringer: „Hier eine kleine Zusammenfassung der Sportabzeichenabnahmen im

Beckermannweg in Langenhorn-Nord: Die Bilanz unserer dienstäglichen Trainingsabende:

27 x Gold, 5 x Silber und 1 x Bronze! Es gibt bei uns die ganze Spannweite von Enthusiasten, angefangen von 2 Wiederholungen bis zur 66(!) zigsten Wiederholung ist in diesem Jahr alles dabei. Es sind deutlich weniger Abschlüsse als sonst, einerseits, weil etliche langediente Senioren aus Altersgründen ausgeschieden sind und andererseits, weil wir dieses Mal die „kleinen“ und jugendlichen Teilnehmer nicht dabei hatten! Schade, aber nicht zu ändern, schließlich beruht die Teilnahme auf freiwilliger Basis.



Günter Peters: „ Auf dem **Tura-Sportplatz** fanden sich zwischen Mai und Oktober immer am Montagabend die Interessierten ein. Die Zeitplanung sah häufig aber noch Kleingruppentraining zu Sonderterminen vor, um Unbilden des Wetters oder „ persönliche Terminunpässlichkeiten“ auszugleichen. Insgesamt haben sich aber 36 Athletinnen und Athleten bis zur erfolgreichen Abnahme in den Kategorien Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination und Schwimmen durchgekämpft“

Nicola : „Bei der **Sport- für- Alle- Gruppe** gibt es keine Pause, bei uns wird jeden Montagabend trainiert. Die Gruppe besteht aus aktiven Menschen, die Spaß an der Bewegung haben wollen und jedem die Möglichkeit gibt teilzunehmen. Auf Grund der Altersstruktur ist die Größe der Gruppe über die Jahre auf 12 Mitglieder geschrumpft. Wir sind in alle Richtungen aktiv, es wird Koordination, Kraft und auch Ausdauer angesprochen - jeder kann nach seinen Möglichkeiten die Aufgaben umsetzen und auch das Sportabzeichen erwerben. Wichtig ist uns auf jeden Fall, dass der Spaß neben dem Schweiß seinen Platz findet. **Weitere, gut gelaunte Interessierte im fortgeschrittenen Alter 60+ sind herzlich willkommen“**

Liebe Mitglieder,

im Namen des Vorstands möchte ich mich Trainern, den Funktionsträgern und den Einsatz bedanken. Wir wünschen euch Jahr 2025 und weiterhin viel Freude



besonders bei allen Aktiven, allen Trainerinnen, Eltern ganz herzlich für euren engagierten allen ein gesundes und verletzungsfreies und Erfolg beim Sport.

Antoni Thomag

LG ALSTERNORD