

**Liebe Sportler !** Dank an den Großteil derer, die als Sportler oder Kampfrichter bei unserem Meeting am Donnerstag, 01.10.2020 dabei waren. Ebenso an Eltern (auch für Kuchenbacken) und Trainer. Unverständlich bleibt wieso einige (wenige) Sportler unentschuldigt fehlten ??!! ☹

Nun beginnt seit 2.Oktobers das neue Trainings- und Wettkampfsjahr 2020/21. Ihr habt Euch entschieden für die Trainingsgruppen (TG) : blau rot, gelb oder grün (siehe Infoblatt September) **Beachtet bitte die Hinweise : Übergangsperiode 2.10.-10.10.2020** – aktive Belastungspause, schwimmen spielen ausruhen. Folgende Einteilung ist für die **TG gelb und grün** ganz wichtig :

**1.MEZ (Mesozyklus) – Schaffung allgemeiner Grundlagen – Ausdauer, Kraftausdauer, wenig Technik, viele kleine Sprünge, ATHLETIK-** 11.10.- 22.11.2020 – 6 Wochen – (Darin fallen die Herbstferien mit 16 Tagen vom 17.10.-01.11.2020).

Trainingsplan : (ab AK 12 – jüngere machen pro TE nur max. 50 %)

**TG blau** - 2 x TE – 3 x TE und 5 x allgemein Fitness betreiben

**TG rot** - 4 x TE – 6 x TE und 3 x allgemein Fitness betreiben

**TG gelb** - 8 x TE – 10 x TE und 2 x allgemein Fitness betreiben

**TG grün** - 12 x TE – 14 x TE und 1 x allgemein Fitness betreiben

TE (Trainingseinheiten) – 10 min Gymnastik und 10 x 20 m ABC und 1 STL 80 m gehören immer dazu (Abkürzungen wie STL – Steigerungslauf - habt ihr alle im Frühjahr bekommen – Heimtrainingspläne) – verteilt TE auf alle 2 – 3 Tage und im Wechsel (z.B. Ausdauer 1, Kraft 1, Schnelligkeit 1...)

TE Ausdauer 1	TE Kraft 1	TE Schnelligkeit 1	Sprungkraft 1	Tempoläufe 1
6 km (6:00 – 6:20 min/km) 36 – 38 min	2 x Serien : 12 x 20 AKÜ 2 x Serien : 10 x 15 AKÜ Allgemeine Körperübungen (Bauch, Rücken Arme, Beine..)	3 x STL 60m, 80m, 100m Abläufe(AL)/Sprints - 4 min P./3 x SERIEN : (3 x 20 m/2 x 30 m/1 x 40 m) 10 min Serienpause (SP)	3 x STL 60 m 3 x 30 m AL 4 x Serien : (20 Seil li, 20 x Seil re, 60 x Seil beid, 20 x Anhock Geländer, 15 x + 10 x Hockstreck)	3 x STL 100 m 4 x (3 x 200 m n.l./ 70 %) 4 min Pause/12 min SP (Serienpause) (38 s – 46 s)
TE Ausdauer 2	TE Kraft 2	TE Schnelligkeit 2	Sprungkraft 2	Tempoläufe 2
5 km (5:24 – 5:42 min/km) 27 – 28:30 min	3 x Serien : 20 x li 20 x re 40 x beid Fußstrecker und Fußbeuger (Schienbein, Wade) 2 x (15 x 20) AKÜ	2 x D-STL 100 m (Doppel STL) 5 x 20 m fliegend mit 30 m Anlauf und 4 min P. (85 %) 4 x 60 m und 2 x 75 m (5 min P. 80 %)	2 x STL 80 m 4 x 20 m AL 4 x Serien : 6 – er hop li, 6 – er hop re 8 x Steige li, re 12 x Sprungläufe 20 Treppen beid	2 x STL 80 m 3 x (2 x 600 m n.l./75 %) 6 min P./ 10 min SP 2:15 – 2:40 min + 6 x 125 m n.l. Rasen
TE Ausdauer 3	TE Kraft 3	TE Schnelligkeit 3	Sprungkraft 3	Tempoläufe 3
3 km (4:40 min – 5:00 min/km) 14 – 15 min + 2 x 1 km (4:20 min) je 6 min P.	4 x Serien : 15 x 10 AKÜ + 15 x li ,15 x re 30 x beidFußstrecker/beuger	3 x STL 70 m 8 x 20 m AL mit 3 min P. 5 x 50 m mit 6 min P. (85 %) 6 x 100 m n.l. (70%)	1 x STL 100 m 6 x 15 m 6 x Serien : 10 Steige li, 10 Steige re, 12 SL	1 x D-STL 120 m 5 x (300 m n.l. – 66 s – 72 s- 6 min P.- 200 m n.l.-36 s – 40 s) 10 SP

**Training in Ferien : Stadion, Mi 21.10.2020 Herr Kliebisch 15 Uhr – 17 Uhr Schnelligkeit 2**

**Training ab 3.11.2020 : Mo 2.11.2020 Lauf 17:30 Stadion // Di 3.11.2020 16 Uhr 00 TH Goethestraße bis AK 11//Mi 4.11.2020 Stadion 15 Uhr 00 alle//Do 5.11.2020 TH Stedtfelderstraße// **neuer Plan NOV****

**Zeitplan:** 9:00 – 14:00 Uhr KSF Grundschulen– 1.-4.K. (Zeitplan folgt)

14 :15 – 20:15 KSF AK 11-17 im Rahmen des 19. Autohaus-Kirschstein  
Hochsprungmeetings (AK 11 – 17)

Modus : Jede Schule kann im o.g. Altersbereich (11-17/AK – 2009 geboren = AK 11)  
insgesamt bis zu 8 x Sportler (mit ausgefüllter STARTKARTE p r o Disziplin) starten  
lassen in max. 2 x Disziplinen + Staffel.

Wer in einer 3.Disziplin starten möchte, muß 2,00 Eu Startgeld entrichten. Es gibt  
elektronische Zeitmessung.

VEREINSSPORTLER zahlen 8,00 Euro/Sportler, unabhängig von Disziplinanzahl-  
Startkarte pro Disziplin nötig.

Es gibt Medaillen und beim Hochsprung Pokale.

Hochsprung : AH : 1,25 m - m/1,15 m – w (AK 13 – 17)

Es gibt Siegprämien (siehe [www.ladv.de](http://www.ladv.de))

---

**Zeitplan :**

14:15        400 m (16/17//Männer/Frauen)

14:30        50 m (11 m/w)

14:45        75 m (12/13 m/w)

15:00        Weitsprung (AK 11-13 m/w)

16:15        60 m Hü (12/13 m/w)

**16:30        Hoch (AK 13 – 17 m/w – Totalwertung je m/w)**

17:45        300 m Hü (14/15 m// 14/15 w)

18:00        300 m (14/15 m/w)

18:15        4 x 75 m Schul – und Vereinsstaffeln (12/13 m/w) mit 30 m  
Wechselraum

**18:30        Kugelstoßen Männer/Frauen**

## **BERICHT :**

Bei angenehmen Herbstwetter war am Donnerstag den 01. Oktober 2020 noch einmal Großkampftag im Wartburgstadion angesagt, denn alle im Frühjahr ausgefallenen Wettkämpfe fanden sich gewissermaßen als Komprimat an diesem Tag in einem 10 Stundenprogramm wieder.

Zunächst wetteiferten einige Grundschulen vom Kreis Eisenach in einer Schulwertung an mehreren leichtathletischen Disziplinen um die erfolgreichste Schulmannschaft. Dies wurde liebevoll mit den Schulen zugeordneten Farben (Trikots, Luftballons) vom KSB Eisenach organisiert.

Gleich danach gab es die nunmehr 19. Auflage des Hochsprungmeetings, das freilich nicht mehr die hochkarätige Klasse der ersten 10 Auflagen mit Spitzentalenten aus oftmals 8 Bundesländern aufweisen konnte. Dafür gab es eine überschaubare Anzahl attraktiver Disziplinen die für eine große Anzahl von Sportlern, derer über 60 aus immerhin 17 x Vereinen am Start waren, mitunter erst - und letztmalig die Chance auf einen Wettkampf in diesem seltsamen Jahr boten.

Während für die AK 11 nur 50 m Sprint auf dem Programm stand, gab es für die B-Schüler (12/13- u 14) mit 75 m, 60 m Hürden, Weitsprung und 4 x 75 m Staffel die größte Auswahl und das mit Lichtschrankentechnik.

Die AK 14/15 konnte sich über 300 m oder 300 m Hürden im Langsprint messen.

Hauptprogramm war neben dem Hochsprung für die AK 14 – 17 (und jünger), das Kugelstoßen der Erwachsenen.

Letzteres war der eigentliche Höhepunkt. Leider lief diese Disziplin nicht optimal ab, da sich durch Nachmeldungen von einigen Sportlern zum Hochsprung der Ablauf so zeitlich verzogen hatte, dass das Kugelstoßen erst 18 Uhr 35 (statt 18 Uhr 20) stattfand.

Erwartungsgemäß hatte sich die Formkurve der international renommierten Senioren Vorzeigesportler Andy Dittmar (BIG Gotha und Carmen Hildebrandt (Ohrdrüfer LF) zum Oktoberanfang im letzten Wettkampf schon etwas gesenkt, wie auch die Abendsonne, so dass die Siegerweiten von 17,14 m bzw. 12,59 m (3 kg) nicht den anvisierten Saisonabschlußzielen voll entsprachen (18,00 m/13,00 m).

Zudem konnte Alexander Rödiger (LG Ohra – Energie) nicht teilnehmen und so blieb es dabei. Andy Dittmar setzte sich mit knapp 7 Meter Vorsprung vor dem Quartett des Eisenacher LV durch und setzte zeitgleich mit den „Powerwalkern“ um Rainer Koch (Freie Turnerschaft) den Abschluß unter eine Veranstaltung, die dennoch im Nachwuchs manch persönliche Bestleistung erbrachte.

Das Hochsprungmeeting gewann Karolin von Glasenapp (w 15) von der HSG Nordhausen mit ansprechenden 1,60 m vor Anna Amalia Riechel (w 14) von der LG Ohra – Energie, die nach einem Jahr Wettkampfpause, passable 1,55 m meisterte und auf Rang 3 katapultierte sich Lara Tabea Gloger (w 16) vom WSSV Suhl mit 1,50 m.

Im männlichen Bereich war das Altersniveau trotz Möglichkeit bis AK 17 zu springen niedriger, da der Großteil der guten Springer die Saison bereits beendet hatte. Hier siegte der talentierte Finn Gustav Perchner (m 13) vom Gothaer LAC, dem 1,40 m dazu reichten und der sich zudem über Siege im Weitsprung und über 60 m Hürden freuen durfte.

Im selben Altersbereich 12/13 w konnte die Staffel I der LG Ohra – Energie über 4 x 75 m in der Besetzung Lotta Riechel (w 13), Lea Weber (w 12) Maria Matewosjan (w 13) und Lara Marie Savu (w 12) bei ihrem Sieg in starken 40,68 s brillieren, die damit sogar alle Jungenstaffeln unterboten und als Einzelstarterinnen allesamt mindestens einmal auf dem Siegerpodest zu finden waren.

Trotz kleiner Pannen (Kugelstoßverzögerung und 3 Laufwiederholungen wegen Startpistolendefekt), bot sich den Teilnehmern ein überwiegend gelungener Wettkampf zum Saisonende, der besonders von der Teilnahme zahlreicher Wintersportler geprägt wurde, die sich mit den Westthüringer Leichtathleten messen wollten.

An dieser Stelle sei Dank an alle Vereine, Helfer, Stadionwarte, Kampfrichter Trainer und Eltern gesagt, ebenso an die langjährigen Förderer der Veranstaltung deren 20. Auflage im September 2021 das (vorerst) letzte Meeting bedeuten wird – nach 20 Jahren gibt es ein Ende, was nicht ausschließt, das es in unregelmäßigem Abstand noch ein oder zwei Nachauflagen geben wird.

Es ist die „Long Goodby Tour“ des traditionsbehafteten Meetings, das 2021 noch einmal einen Höhepunkt liefern wird und soll.

**Protokoll 19. Autohaus Hochsprungmeeting,**

**am Do den 01.10.2020 WARTBURGSTADION Eisenach**

**AK 11 m**

**50 m**

**././.**

**AK 11 w**

**50 m**

1. QUERFELD, Jolina	09	LG Ohra – Energie	7,74 s
2. TRONICKE, Josephine	09	LG Ohra – Energie	8,14 s
3. JAKOB, Amandine	09	LG Ohra – Energie	8,18 s
4. FINK, Magdalena	09	LG Ohra – Energie	8,86 s
5. MORAWA, Emma	09	ELV	9,32 s
6. GROß, Frida	09	ELV	9,53 s
BUBE, Paulina	09	LG Ohra – Energie	abg.
ROßNER, Pauline	09	LG Ohra – Energie	n.a.

## **AK 12/13 m**

### **75 m**

1. SPEE, Hannes	07	ELV	10,01 s
2. KÖNIG, Johannes	07	SC Steinbach/Hallenb.	11,13 s
3. ERLER, Sasha	08	LG Ohra – Energie	11,34 s
4. DIETRICH, Niklas	07	ELV	11,50 s
5. HASENY, Max	07	WSV 07 Oberhof	11,77 s
6. SCHÜßLER, Paul	07	TSG/WSV 07 Ruhla	11,88 s

### **60 m Hürden**

1. PERCHNER, FinnGustav	07	Gothaer LAC	10,22 s
2. SPEE, Hannes	07	ELV	10,38 s
3. ERLER, Sasha	08	LG Ohra – Energie	10,93 s
4. KÖNIG, Jonas	07	SC Steinbach/Hallenb.	11,89 s
5. SCHÜßLER, Paul	07	TSG/WSC 07 Ruhla	12,66 s
6. HASENY, Max	07	WSV Oberhof 05	12,92 s
SEEBER, Oskar	07	SVW Goldolauter	abg.
BADER, Niklas	07	WSV Oberhof 07	abg.

### **Weitsprung**

1. PERCHNER, FinnGustav	07	Gothaer LAC	4,92 m
2. KÖNIG, Jonas	07	SC Steinbach/Hallenb.	4,45 m
3. SPEE, Hannes	07	ELV	4,41 m
4. ERLER, Sasha	08	LG Ohra - Energie	4,13 m
5. HASENY, Max	07	WSV Oberhof 05	4,03 m

6. DIETRICH Niklas	07	ELV	3,79 m
7. SCHÜßLER, Paul	07	TSG/WSC 07 Ruhla	3,76 m

**4 x 75 m AK 12/13 m (und 12/13 Mix – m/w)**

1. ELV m/w 41,53 s

(DIETRICH, Niklas 07/SPEE, Hannes 07/  
CARNIEL, Maria 08/GRIGO, Annika 07)

2. Sportgymnasium Oberhof m/w 46,08 s

(HASENY Max 07/ SCHÜßLER, Paul 07/  
WEIß, Johanna 07/ DIETSCH, Helena 07)

## AK 12/13 w

### 75 m

1. SAVU, Lara Marie	08	LG Ohra – Energie	10,29 s
2. GRIGO, Annika	07	ELV	10,38 s
3. SCHRÖDER, Lena	07	1.TSV B.Salzungen	10,44 s
4. MATEWOSJAN, Maria	07	LG Ohra – Energie	10,64 s
5. BRUNECKER, Lisa	08	LG Ohra – Energie	10,83 s
6. WEBER, Lea	08	LG Ohra – Energie	11,03 s
6. KOCH, Leonie	07	LG Ohra – Energie	11,03 s
8. WEIß, Johanna	07	SC Motor Zella-Mehlis	11,08 s
9. HOFFMANN, Amy Lee	08	LG Ohra – Energie	11,57 s
10. WINTERSTEIN, Andrieta	07	SC Mengersgereuth	12,34 s
11. DIETSCH, Helena	07	WSV Oberhof 07	12,48 s

*Nach techn. Fehler mußte 1 x Zeitlauf - 2 x wiederholt werden. Die Sportlerinnen: CARNIEL Maria 08 ELV und GANZMANN Emma 07 LG Ohra – Energie verzichteten auf den Wiederholungslauf*

### 60 m Hürden

1. SAVU, Lara Marie	08	LG Ohra – Energie	10,52 s
2. MATEWOSJAN, Maria	07	LG Ohra – Energie	10,64 s
3. RIECHEL, Lotta	07	LG Ohra – Energie	10,87 s
4. WEBER, Lea	08	LG Ohra – Energie	11,04 s
4. GRIGO Annika	07	ELV	11,09 s
5. GANZMANN, Emma	07	LG Ohra – Energie	11,16 s
6. TRONICKE, Josephine	09	LG Ohra- Energie	12,82 s
6. JAKOB, Amandine	09	LG Ohra – Energie	13,18 s
7. WINTERSTEIN, Andrieta	07	SC Mengersgereuth	13,81 s
8. WEIß, Johanna	07	SC Zella – Mehliis	14,07 s



9. DIETSCH, Helena	07	WSV 07 Oberhof	14,76 s
BUBE, Paulina	09	LG Ohra – Energie	abg.
CARNIEL, Maria	08	ELV	abg.

### **Weitsprung**

1. SAVU, Lara Marie	08	LG Ohra – Energie	4,88 m
2. GRIGO, Annika	07	ELV	4,66 m
3. GANZMANN, Emma	07	LG Ohra – Energie	4,45 m
4. WEBER, Lea	08	LG Ohra – Energie	4,32 m
5. SCHRÖDER, Lea	07	1.TSV B.Salzungen	4,26 m
6. MATEWOSJAN, Maria	07	LG Ohra – Energie	4,26 m
7. WEIß, Johanna	07	SC Zella – Mehlis	4,21 m
8. KOCH, Leonie	07	LG Ohra – Energie	4,15 m
9. CARNIEL Maria	08	ELV	3,87 m
10. TRONICKE Josephine	09	LG Ohra – Energie	3,82 m
11. JAKOB Amandine	09	LG Ohra – Energie	3,79 m
12. WINTERSTEIN, Andrieta	07	SC Mengersgereuth	3,68 m
13. DIETSCH Helena	07	WSV 07 Oberhof	3,53 m
14. QUERFELD, Jolina	09	LG Ohra – Energie	3,44 m
15. MORAWA, Emma	09	ELV	3,26 m
16. GROß, Frida	09	ELV	2,84 m
17. ANSORG, Helena	09	ELV	2,53 m
HOFFMANN, Amy Lee	08	LG Ohra – Energie	o.g.V.
BRUNECKER, Lisa	08	LG Ohra – Energie	o.g.V.
RÖßNER, Paulina	09	LG Ohra – Energie	n.a.



## **AK 14/15 m**

### **300 m**

1. GRUSKA Franz	05	LG Ohra – Energie	46,86 s
-----------------	----	-------------------	---------

### **300 m Hürden**

1. FÄRBER, Clemens	06	SVW Goldlauter	52,34 s
--------------------	----	----------------	---------

2. ANDING, Luca	06	SC Steinbach–Hallen.	53,98 s
-----------------	----	----------------------	---------

NEUKIRCHNER, Milan	06	SVW Goldlauter	abg.
--------------------	----	----------------	------

## **AK 14/15 w**

### **300 m**

1. KAUFMANN,Marie	05	1.TSV B.Salzungen	44,56 s
-------------------	----	-------------------	---------

2. KÖHLER, Emily	06	ELV	44,87 s
------------------	----	-----	---------

3. RIECHEL, Anna Amalia	06	LG Ohra – Energie	48,46 s
-------------------------	----	-------------------	---------

4. BLEY, Lena	06	LG Ohra – Energie	54,13 s
---------------	----	-------------------	---------

### **300 m Hürden**

1. RIECHEL, Lotta	07	LG Ohra – Energie	51,65 s
-------------------	----	-------------------	---------

2. GROß, Lena	06	WSV Aspach	54,89 s
---------------	----	------------	---------

3. TSCHIDA, Josephine	06	WSV Oberhof 05	56,73 s
-----------------------	----	----------------	---------

4. STADLER Celine	06	WSV Aspach	57,12 s
-------------------	----	------------	---------

5. ROPETER, Silvana	06	WSV Clausthal-Z.	57,84 s
---------------------	----	------------------	---------

6. FEHRINGER, Carolin	06	SC Motor Zella Mehlis	61,05 s
-----------------------	----	-----------------------	---------

## Hoch AK 14 – 17 (und jünger)

### männlich

1. PERCHNER, FinnGustav	07	Gothaer LAC	1,40 m
2. LANGENHAN, Finn	08	Gothaer LAC	1,35 m
3. ERLER, Sasha	08	LG Ohra - Energie	1,35 m
4. FÄRBER, Clemens	06	SVW Goldlauter	1,30 m
5. ANDING, Luca	06	SC Steinbach–Hallen.	1,30 m
BADER Niklas	07	WSV 07 Oberhof	n.a.
GRUSKA, Franz	05	LG Ohra – Energie	n.a.

### weiblich

1. van GLASENAPP Karolin	05	HSG Nordhausen	1,60 m
2. RIECHEL, Anna Amalia	06	LG Ohra – Energie	1,55 m
3. GLOGER Lara Tabea	04	WSSV Suhl 06	1,50 m
4. MUSSO, Carla	03	ELV	1,50 m
5. SAVU, Lara Marie	08	LG Ohra – Energie	1,45 m
6. GROß, Lena	06	WSV Aspach	1,40 m
<u>7.</u> RIECHEL, Lotta	07	LG Ohra – Energie	1,40 m
<u>7.</u> MATEWOSJAN, Maria	07	LG Ohra – Energie	1,40 m
9. ROPETER, Silvana	06	WSV Clausthal-Z.	1,35 m
10. QUERFELD Jolina	09	LG Ohra – Energie	1,30 m
11. TSCHIDA, Josefine	06	WSV Oberhof 05	1,20 m

<u>12.</u> FEHRINGER, Carolin	06	SC Motor Zella Mehlis	1,20 m
<u>12.</u> STADLER Celine	06	WSV Aspach	1,20 m
14. WEBER Lea	08	LG Ohra – Energie	1,15 m
KÖHLER, Emily	06	ELV	abg.
FINK Magdalena	09	LG Ohra – Energie	abg.

## **Kugel**

### **Männer (7,26 kg)**

1.DITTMAR Andy	74	BIG Gotha	17,14 m
2.ANDRES Marc	94	ELV	10,17 m
3.GRIGO, Alexander	72	ELV	8,88 m
4.CARNIEL, Matthias	74	ELV	7,94 m

### **Frauen (3,00 kg – w 50)**

1.HILDEBRANDT,Carmen	67	OLV	12,59 m
----------------------	----	-----	---------

### **AK 13 m (3,00 kg) – a.K.**

DITTMAR, Lenny	07	BIG Gotha	11,67 m
----------------	----	-----------	---------

### ***Staffel 4 x 75 m (Einladungslauf) – ohne WERTUNG !***

ELV – Männer – 38,98 s

Sportgymnasium Oberhof Mix 14/15 I - 43,79 s

Sportgymnasium Oberhof Mix 14/15 II - 44,77 s

### **POWER – WALKING – 1200 m ohne Wertung !**

Rainer Koch – FT Eisenach und 15 x Sportler

P.Grüneberg

**Meeting Leiter**

**Eisenach So, den 04.10.2020**