

Nachwuchsarbeit trägt Früchte – Generationenwechsel bei der DJK-Sportgemeinschaft St. Ingbert. Ein Rückblick auf eine erfolgreiche Leichtathletik-Saison

Ein von der Pandemie überschattetes Sportjahr 2021 liegt hinter uns, welches von Hallenschließungen, Corona-Auflagen, Hygienekonzepten und den Absagen zahlreicher Veranstaltungen geprägt war. Doch nun lässt sich rückblickend auf den zurückliegenden Sommer sagen, dass die „Coronamüdigkeit“ endlich überwunden ist und das Vereinsleben vielerorts wieder Fahrt aufgenommen hat. Auf bundes-, landes- und nicht zuletzt auf DJK-Ebene wurden zahlreiche Sportveranstaltungen ausgetragen, und mitten drin die Athletinnen und Athleten der DJK-SG St. Ingbert! Es folgt ein „kleiner“ Jahresrückblick auf eine ereignis- und zugleich aus St. Ingberter Sicht erfolgreiche Leichtathletiksaison. Dabei stehen die Nachwuchsathletinnen/-athleten für einen Generationenwechsel im Verein.



Die Vorzeichen für das Sportjahr waren zu Beginn des Jahres denkbar schlecht. Die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie legten dem Vereinsleben und einem geregelten Trainingsalltag nicht wenige Steine in den Weg. Umso bemerkenswerter ist die Bilanz der St. Ingberter Nachwuchssportlerinnen und -sportler in den Reihen der DJK-Sportgemeinschaft. Trotz einer kaum möglichen Winter Vorbereitung zu Beginn des Jahres sprechen einige Landesmeistertitel und weitere TOP-Ergebnisse bei Titelkämpfen für eine erfolgreiche Jugendarbeit des Vereins.

DJK-Bundessportfest (Schwabach)

Als erster Saisonhöhepunkt fand Anfang Juni (3.-5.) das DJK-Bundessportfest im bayrischen Schwabach statt. Mit einer kleinen Delegation von 10 Athleten reisten die Saarländer als einzige Vertreter ihres Bundeslandes zu den Meisterschaften, die alle 4 Jahre stattfinden und bei denen ausschließlich DJK-Vereine startberechtigt sind. Es ist bundesweit das größte Event dieser Art. Mit einem gemischten Team aus erfahrenen Athleten, die sich in den letzten Jahren vermehrt der Nachwuchsarbeit widmen, und jungen ehrgeizigen Talenten wurden die Meisterschaften zum vollen Erfolg.

Im Nachwuchsbereich gingen die Mehrkämpferinnen Lea Plinius und Anna Kaul (Altersklasse W 14) im Vierkampf an den Start. Nach drei Disziplinen 75 Meter, Weitsprung und

Hochsprung, bei denen beide Athletinnen persönliche Bestwerte aufstellen konnten (Anna 1,40 m und Lea 1,36 m im Hochsprung) lagen beide im Bereich der Medaillenplätze. Im abschließenden Ballwurf konnten beide nicht ganz an ihre Bestleistungen anknüpfen und belegten dennoch mit Platz 2 und 6 tolle Endergebnisse. Anna verpasste mit 1.826 Punkten den Titel nur um Haaresbreite. Nur eine Athletin aus NRW hatte mit 7 Punkten die Nase vorn, was etwa einem halben Meter im Ballwurf entspricht.

Bei den Heranwachsenden traten Timo Gebhardt über die 100 Meter und Annika Weirich und Ronja Wirtz im Kugelstoßen der Altersklasse U18 an. Timo konnte mit einer persönlichen Bestleistung von 13,56 sec einen guten 8. Platz erreichen. Auch die beiden Mädels konnten mit Platz 6 (Ronja) und 7 (Annika) ordentliche Platzierungen erzielen. Im internen Duell behielt Ronja mit ihrem Bestwert von 7,66 m gegenüber Annika um 13 cm die Nase vorn.

Auch die Übungsleiter tauschten an diesem Wochenende die Coachingbrille mit dem Sporttrikot und zeigten, dass sie es noch nicht verlernt haben. Den Anfang machte hier der mit 31 Jahren „Dienstälteste“ Marcus Müller über seine Paradedrecke, die 100 Meter. Ihm gelang in soliden 11,85 sec der Sprung in die Top 10. Für das Finale fehlten ihm nur 0,3 Sekunden. Nach dem Rennen ärgerte er sich und stellte fest: „Mit meiner persönlichen Bestzeit aus dem letzten Jahr hätte es für das Finale gereicht“. Dennoch kann er sich als einer der zehn Schnellsten DJK-ler in Deutschland nennen. Tags darauf bestritt er zudem die 200 Meter, wo er in einer Saisonbestzeit von 24,29 sec Siebter wurde und hiermit auch den Sprung unter die Top Zehn der Saarländische Bestenliste schaffte.

Die gleiche Platzierung (10.) erreichte Roxanne Peter, die sich im Zwischenlauf über 100 Meter auf ordentliche 13,94 sec steigern konnte. Umso bemerkenswerter ist die Leistung, wenn man bedenkt, dass Roxanne seit mehr als 2 Jahren die Wettkampf- und Trainingsorganisation im Nachwuchsbereich nahezu alleine übernimmt und nicht zu Unrecht in Vereinskreisen als „Cheftrainerin“ bezeichnet wird, die einen Großteil ihrer Freizeit der Vereinsarbeit widmet und ihr eigenes Training hierfür komplett heruntergeschraubt hat.

Obendrauf gab es noch zwei Überraschungsmedaillen in der Altersklasse der Männer. Die vielleicht überraschendste ging an Tilman Neises im Stabhochsprung, der selbst eine Trainingsgruppe in dieser Disziplin trainiert. Mit mit einem starken Auftritt schockte er die im Vorfeld stärker eingeschätzte Konkurrenz und belegte mit seinem Sprung über 3,20 m – bis dahin ohne Fehlversuch – einen überragenden 3. Platz. Tilman hierzu: „Ich habe mit dieser Platzierung niemals gerechnet. Natürlich habe ich von Fehlern der Konkurrenz profitiert. Aber am Ende des Tages steht das Ergebnis. Ich bin mega happy“.

Den einzigen Titel für die Saarländer holte Lars Herrmann über die Stadionrunde (400 Meter). In einer Zeit knapp unter 53 Sekunden (52,82 sec) war dies zwar deutlich unter den Leistungen der letzten Jahre, angesichts der mangelnden Wettkampfvorbereitung ordnete er das Ergebnis jedoch völlig realistisch ein. „Bei solchen Meisterschaften geht es ohnehin nicht um die Zeit. Es hat Spaß gemacht, seit langem wieder einen Wettkampf zu bestreiten. Und dass es für den Sieg gereicht hat, macht mich natürlich überglücklich. Vor allem wenn man bedenkt, dass ich mich tags zuvor erst dazu entschieden habe, wirklich zu laufen. Eigentlich bin ich hier nur als Betreuer dabei“, so Herrmann.

Zum Abschluss der beiden Wettkampftage fanden traditionell die 10 x 200-Meter Staffeln der Diözesenverbände statt. Als einziger Verein des Bistums Speyer vertrat die DJK-SG St. Ingbert alleine ihre Diözese. Hierfür gingen noch einmal alle Athleten (genau 10 an der Zahl)

gemeinsam man den Start und trugen den Staffelstab in 200-Meter-Abschnitten über insgesamt 5 Stadionrunden ins Ziel. Unter tosendem Beifall der Zuschauer war es zweifelsohne das schönste Event und ein toller Abschluss des 19. DJK-Bundessportfestes.

Doch auch auf Landesebene waren die St. IngberterInnen stark vertreten. In mehreren Landesentscheiden kämpften sie um Titel und Bestleistungen und maßen sich mit Saarlands besten Athleten.

Hier konnte vor allem die Jugend des Vereins Akzente setzen und beweisen, dass sie in ihrer Entwicklung weiter voranschreiten.

Saarländische Mehrkampf-Meisterschaften mit Langstaffelwettbewerben (Püttlingen)

Als Erstes wurden am 16. Juni auf der Püttlinger „Breitwies“ die Saarlandmeister im Mehrkampf, im Stabhochsprung und den Langstaffeln im Nachwuchsbereich ermittelt.

In der Altersklasse der U16 waren zuerst die „Älteren“ gefragt. In der 3x800 Meter Staffel zeigten die St. Ingberter Charlotte Zähringer, Nia Neis und Paula Gräber mit drei starken Einzelleistungen, dass sie zu den besten Mittelstrecklerinnen des Landes gehören. Sie mussten sich lediglich der Rehlinger Staffel geschlagen geben und holten sich in 9:09 min den Vizemeistertitel. Es kommt demnach nicht von ungefähr, dass man mit Nia (10.) und Paula (7.) zwei Athletinnen in den eigenen Reihen hat, die im Saarland zu den besten 10 ihres Jahrgangs zählen. Doch auch die um ein Jahr jüngere Jahrgang steht den Älteren um nichts nach. In der Alterklasse der 13-jährigen konnten im Mehrkampf gleich fünf St. Ingberter Athletinnen und Athleten TOP-Platzierungen verbuchen. In der Männerriege (M13) machte Hans Fischer einen starken Vierkampf und bewies, dass er nicht nur ein Spezialist auf der Mittelstrecke, sondern auch Qualitäten im Sprung- und Wurfbereich hat (4,42 m im Weitsprung und 1,40 m im Hochsprung, sowie 40 Meter im Ballwurf). Am Ende konnte er sich über einen tollen 5. Platz freuen. Besonders hervorzuheben war die Disziplin Hochsprung, welche er im Training kaum geübt hatte und dementsprechend (auf Anraten des Trainers) bei der niedrigsten Anfangshöhe knapp über einem Meter in den Wettkampf einstieg. Sprung für Sprung gewann er an Sicherheit und wuchs abermals über sich hinaus, bis er schließlich sogar eine persönliche Bestleistung von 1,40 m aufstellte, was mitursächlich für sein gutes Endresultat war.

Das Männerteam wurde von Jan Hartmann und Malik Rian komplettiert, die beide noch in der Alterklasse M12 startberechtigt waren (Plätze 27 und 14). Malik bewies seine außerordentliche Qualität im Ballwurf und warf das 200 g schwere Gerät mit knapp 40 Metern genauso weit wie die besten des älteren Jahrgangs. Damit steht er im Saarland in seiner Altersklasse auf Platz 1.

Zahlenmäßig am stärksten besetzt war die Altersgruppe der „W13“-Mädels. Hier zeigten Anna Kaul, Michelle Huppert, Lea Plinius und Paula Stalter eine fantastische Mannschaftsleistung und konnten sich am Ende über Platz 2 hinter der bekanntlich starken Mannschaft aus Rehlingen freuen. Auch die Einzelwertungen unterstreicht die erfolgreiche Nachwuchsarbeit und die vielfältige und abwechslungsreiche Trainingsgestaltung, die der Verein seit vielen Jahren betreibt. Alle vier Mädels kamen im Gesamtklassement unter die besten Zehn! Vor allem Michelle erwischte mit mehreren Bestleistungen einen Sahnetag und wuchs im abschließenden Hochsprungwettbewerb über sich hinaus. Die übersprungene Höhe von

1,37 m bedeutete nicht nur ein persönlicher Bestwert und Platz 6 im Saarland, sondern verhalf ihr am Ende auch auf einen hervorragenden Platz 4 im Vierkampf. Auch Lea übersprang die gleiche Höhe wie Michelle, absolvierte einen soliden Mehrkampf und sicherte sich am Ende Platz 7, knapp vor ihrer Vereinskollegin Paula, die mit Platz 9 gerade noch den Sprung in die TOP TEN schaffte. Die favorisierte Anna Kaul sorgte aus persönlicher Sicht für einen Krimi, der den Zuschauern kurzzeitig der Atem stocken ließ. Kurz nach dem Startschuss des 75 m-Sprints stürzte sie ohne Fremdverschulden auf die Laufbahn. Aber wie es sich für eine Mehrkämpferin gehört, ließ sie den Kopf nicht hängen, sprang auf und rettete sich angeschlagen ins Ziel. Nach ein paar verdrückten Tränchen konnte Anna glücklicherweise den Wettbewerb fortsetzen, kämpfte sich zurück mit starken Ergebnissen im Ballwurf und im Weitsprung und erreichte letztendlich noch den 2. Platz, in unmittelbarer Schlagdistanz zur Siegerin Liara Schulze aus Rehlingen. Eine bemerkenswert kämpferische Leistung von Anna, die Anerkennung verdient. Sie bewies einmal mehr, dass sie alle Voraussetzungen mitbringt, sich in den kommenden Jahren zu einer Spitzenathletin zu entwickeln, die das Saarland bei nationalen Topevents vertreten kann.

Saarländische Block-Mehrkampfmeisterschaften (Püttlingen)

Eine lange Verschnaufpause gab es für die jungen Sportlerinnen und Sportler allerdings nicht, denn gerademal eine Woche später, am 25.06., wurden an gleicher Stelle die saarländischen Meisterschaften im Blockwettkampf ausgetragen. Der Wettkampfmodus gibt es ausschließlich im Jugendbereich bis zur Altersklasse der Unter-16-jährigen und besteht aus insgesamt 5 Disziplinen. Unterschieden wird in Block LAUF, SPRINT/SPRUNG und WURF. Die Disziplinen Weitsprung, Hürdenlauf und Weitsprung immer dabei. Hinzu kommen je nach Block die Disziplinen 800 Meter/Ballwurf (Lauf), Hochsprung/Speerwurf (Sprint-Sprung) oder Kugelstoßen/Diskus (Wurf).

Es gingen wieder die altbekannten Mehrkampftalente Anna, Lea, Michelle und Paula im Block Sprint/Sprung an den Start. Die DJK-Flagge bei den Männern hielt einsam Hans Fischer in die Höhe.

So hieß es am Ende aus Sicht der DJK-Sportgemeinschaft QUALITÄT statt QUANTITÄT. Als einziger männlicher Vertreter des St. Ingberter Mannschaft sorgte Hans für eine kleine Sensation. Mit herausragenden Ergebnissen im Hürdenlauf (11,53 sec) und im Ballwurf (40,00 m) hielt er die Konkurrenz bis zur letzten Disziplin auf Abstand. Beim abschließenden 800 m-Lauf drehte er dann nochmal auf, dominierte das komplette Starterfeld und kürte sich mit 1.958 Punkten zum verdienten Saarlandmeister. Er kam in 2:32 min mehr als 12 Sekunden (!) vor dem Zweitplatzierten Läufer ins Ziel und ließ keine Zweifel daran, dass es in seiner Altersklasse im Saarland keinen besseren Mittelstreckenläufer gibt. Am Ende des Sommers konnte Hans seine persönliche Bestzeit sogar um weitere 4 Sekunden auf 2:28 min verbessern, was seinen unangefochtenen Spitzenplatz im Saarland untermauert.

Auch seine Vereinskameradinnen machten es ihm nach. Mit Anna Kaul (2.) und Lea Plinius (3.), die beide mit 1,47 m und 1,38 m Bestwerte im Hochsprung erreichten, war man sogar doppelt auf dem Podium vertreten. Knapp dahinter folgte Michelle Huppert - auch dank eines tollen Hürdenrennens, das sie in der saarländischen Bestenliste auf Platz 4 schob - auf einem tollen 4. Platz. Paula Stalter konnte sich am Ende mit guten 16,85 m im Speerwurf über Platz 6 freuen und machte damit das tolle Mannschaftsresultat (2. Platz in der

Mannschaftswertung der U14) komplett. Es fehlten am Ende nicht einmal 50 Punkt auf das Siegerteam aus Rehlingen.

Weitere Erfolge bei Landesmeisterschaften

In St. Ingbert konnte man sich darüber hinaus über weitere tolle Leistungen sowie Landesmeistertitel freuen.

Als einer der Saisonhöhepunkte galten die saarländischen Meisterschaften der Jugend U16 und U14 Ende Mai (28./29.05) in St. Wendel. Obwohl der Termin für die Leichtathleten sehr früh in der Saison anstand, zeigte der stärkste Jahrgang des Vereins - nämlich die Mädels des Jahrgangs 2009, die im kommenden Jahr in die AK U16 aufsteigen - dass sie trotz der verkürzten Vorbereitungszeit topfit in die Saison starten konnten.

Dank dem ein oder anderen „Extratrainig“ unter der Leitung vom erfahrenen Cheftrainer Manfred Kohler, der bereits süddeutsche Meisterstaffeln betreut hat, sorgten Michelle Huppert, Lea Plinius, Paula Stalter und Anna Kaul in St. Wendel gleich zu Wettkampfbeginn für eine Sensation. Mit schnellen Beinen und sicheren Staffelübergaben lies das St. Ingberter Quartett den Konkurrentinnen keine Chance und sicherten sich den vor den Staffeln aus Homburg (42,87 sec) und Rehlingen (43,09 sec) den Saarlandmeistertitel in dem prestigeträchtigen Wettbewerb der 4x75 Meter-Staffel. Nach starken 42,22 Sekunden trug Michelle als Schlussläuferin den Stab über die Ziellinie. Diese Zeit ist seit drei Jahren keiner Staffel in dieser Altersklasse mehr gelungen. Beim Saisonabschluss am 25. September, bei dem die Vier gemeinsam mit Rebecca Schwehm und Emilia Tesche den Titel bei den saarländischen Mannschaftsmeisterschaften erringen konnten, setzten sie sogar noch einen drauf und kamen trotz nass-kalter Witterungsbedingungen in 42,08 Sekunden zu einer überragenden Bestzeit.

Bei den Meisterschaften konnte Anna Kaul außerdem ihre saarländische Vormachtstellung als Mehrkämpferin untermauern und ging gleich in mehreren Disziplinen an den Start. Beflügelt von der siegreichen Staffel sicherte sie sich die Titel in ihrer Paradedisziplin, den 60m Hürden, sowie im Ballwurf. Mit ihrer Siegerzeit im Hürdenlauf von 10,26 Sekunden schob sie sich mit mehr als einer halben Sekunde (!) Vorsprung vor der Zweitplatzierten Helena Steuer aus Merzig auf Platz 1 der saarländischen Bestenliste. Im Ballwurf ging es da schon knapper zu. In einem Kopf-an-Kopf-Duell mit Edda Junkes vom LC Rehlingen trieben sie sich gegenseitig zu neuen Bestleistungen. Nachdem Edda mit über 37 Metern gut vorgelegt hatte, konnte Anna in ihrem 3. Versuch das 200 Gramm schwere Gerät auf 39,50 Meter schleudern. Danach ließ sie noch zwei weitere gute Würfe auf über 38 Meter folgen, ehe die Rehlingerin sich im letzten Wurf ebenfalls auf 39,50 m steigern konnte. Am Ende ging der Titel aufgrund des besten Zweitversuchs aber nach St. Ingbert, was Anna ihren dritten Titel an diesem Tag einbrachte. Beide führen gemeinsam mit dieser Weite wenig überraschend die Bestenliste an, im Saarland hat zudem keine Athletin der beiden älteren Jahrgänge (2007/2008) in der AK U16 weiter geworfen. Schon jetzt ist klar, dass man sich im kommenden Jahr auf weitere spannende Duelle der beiden freuen kann.

Bei der männlichen Jugend konnte der 13-jährige Namory Kießling seine Sprinterqualitäten unter Beweis stellen und aus persönlicher Sicht ein überraschendes Resultat erzielen. Im Vorlauf über 75 Meter kam er mit einem Blitzstart in einer Zeit von 10,54 sec ins Ziel, stellte

damit eine neue persönliche Bestzeit auf und zog als Zweitschnellster in das Finale ein. Dort kam er zwar nicht mehr ganz an diese Zeit heran, konnte sich aber hinter Timo Wachter vom TV Bliesen mit dem zweiten Platz sichern und den Vize-Saarlandmeistertitel mit nach St. Ingbert nehmen.

In der Spezialdisziplin Stabhochsprung, die zu den anspruchsvollsten Sportarten überhaupt zählt, waren im Saarland in der Altersklasse der U14-er Mädels ausschließlich St. Ingberterinnen vertreten. Hier zeigt sich, dass die frühe Bewegungsschulung essenziell auch für alle anderen Sportarten/Disziplinen ist. Unter der Leitung von Tilman Neises, der selbst jahrelang zu den besten Stabhochspringern des Landes zählte, wird einmal wöchentlich das Spezialtraining auf dem St. Ingberter *Wallerfeld* - der Trainingsstätte der DJK-Sportgemeinschaft angeboten. So kam es bei den Landesmeisterschaften auf der Püttlinger *Breitwies* zu einem vereinsinternen Duell zwischen Anna Kaul, Lea Plinius, Paula Stalter und Sima Alakrami. Alle Vier zeigten tolle Sprünge und boten den zahlreichen Zuschauern auf der überdachten Tribüne im (für mich) schönsten Leichtathletikstadions des Landes ein regelrechtes Spektakel. Jede von ihnen meisterte auf Anhieb ihre Anfangshöhe und leistete sich bis zur Höhe von 1,60 Metern keinen einzigen Fehlversuch. Paula behielt sogar bis zur magischen 2-Meter-Marke eine weiße Weste, ehe sie daran dreimal knapp scheiterte. Nur für Anna und Paula ging es nach mehreren Fehlversuchen doch noch über diese Höhe, womit sie beide die Landesbestenliste anführen. Der Saarlandmeistertitel ging an diesem Tag an Lea Plinius, welche die 2-Meter bereits im zweiten Versuch überwinden konnte und dass, obwohl sie an den 1,90 m zuvor fast schon scheiterte. Ein toller Erfolg für Lea, welcher einmal mehr ihren Ehrgeiz und ihre Nervenstärke eindrucksvoll unter Beweis stellte.

Erfolgreiche Trendwende

Bereits vor zwei Jahren wurde mit der Ausbildung neuer Jugendtrainer, einer Neuaufteilung der Kinder- und Jugendleichtathletik-Gruppen und einer Umstrukturierung der Trainingsstunden der Grundstein für die erfolgreiche Jugendarbeit gelegt. Allem Voran ist dies dem Engagement von Roxanne Peter zu verdanken, die mittlerweile ihre Übungsleiter C-Lizenz erworben hat und schon seit Jahren die sogenannte „KiLA“ (Abk. für Kinderleichtathletik) im Saarland voranbringt und mitinitiiert. Sie hat schon früh erkannt, dass dem demografischen Wandel, der mit einem Rückgang des Vereinslebens vielerorts einhergeht, nur entgegen gewirkt werden kann, wenn man Kinder und Eltern bereits in jungen Jahren für „ihre“ Sportart begeistert. Nur so gelingt ein nahtloser Übergang von der KiLA, die auf ein spielerisch ausgelegtes Konzept basiert, zu den „richtigen“ Leichtathletikdisziplinen, die erst ab einem Alter von 12 Jahren angeboten werden. Die Erfahrung zeigt, dass kaum jemand im „fortgeschrittenen“ Jugendalter auf die Idee kommt, über Hindernisse zu springen oder Wurfgeräte über den Sportplatz zu schleudern. Ansetzen muss man hier viel früher, um die motorischen Fähigkeiten frühstmöglich auszubilden, was im Laufe der Jahre bekanntlich immer schwieriger wird und mitverantwortlich dafür ist, dass junge Leute schnell den Spaß an der Bewegung verlieren. Im Jugendalter beginnt man trainingsmethodisch bereits einzeln mit dem „klassischen“ Krafttraining mit Gewichten und der Verbesserung der Feinmotorik in den einzelnen Wettkampfdisziplinen (Stichwort: Spezialisierung).

In St. Ingbert ist dieser Übergang durch die engagierte Jugendarbeit und das systematische Training mehr als gelungen. Und egal ob Saarlandmeister oder Hobbysportler, in den unterschiedlichen Leistungsgruppen finden jeder seinen Platz und wird individuell nach seinen Bedürfnissen gefördert.

Interessierte können sich gerne telefonisch bei der Geschäftsstelle oder auf der Vereinshomepage www.djksk1963.de über die aktuellen Trainingszeiten informieren und uns jederzeit einen Besuch abstatten. Wir freuen uns stets auf neue, sportbegeisterte Gesichter jeden Alters.

Eure Leichtathletikabteilung