



# SPIKE

Ausgabe 2023-04  
13. Dezember 2023

+ Rückblick ++ Vorschau ++ Rückblick ++ Vorschau ++ Rückblick ++ Vorschau +

---

Dr. Albrecht Hampp, Falkenstr. 6, 71726 Benningen, 01578-9304878  
[leichtathletik@tus-freiberg.de](mailto:leichtathletik@tus-freiberg.de), [www.tus-freiberg.de/abteilungen/leichtathletik](http://www.tus-freiberg.de/abteilungen/leichtathletik)

---

***Nur noch wenige Tage trennen uns vom neuen Jahr und so ist es an der Zeit, kurz auf eine erfreuliche Saison 2023 zurück zu blicken und euch allen einen ersten Ausblick auf 2024 zu geben.***

Hallo liebe Kinder, Jugendliche, Aktive und Eltern,

es war ein gutes Jahr für unsere LG und wir konnten an den positiven Trend des letzten Jahres anknüpfen. Dies war nur möglich durch die tolle Arbeit unserer Übungsleiter und die Mitarbeit von zahlreichen Eltern an unseren Veranstaltungen. Ihnen allen danke ich recht herzlich!

Ein freudiges Willkommen geht an die Kinder und Eltern, die viel Geduld bewiesen haben, bis die scheinbar endlosen Wartelisten jetzt weitestgehend aufgelöst werden konnten. Ich hoffe, für sie alle hat sich das Warten gelohnt und sie finden Spaß bei uns in der Leichtathletik.

Der Einstieg in die Kinderleichtathletik hat sich positiv auf die Entwicklung der Gruppen U8 bis U12 ausgewirkt. Sportliche Ziele, die nur als Mannschaft erreicht werden können, sorgen für eine gehörige Portion Motivation, auch wenn der eine oder andere Terminkonflikt leider dafür sorgte, dass unsere Teams nicht immer vollständig am Start waren. Unsere *Wasenflitzer* konnten in der Klasse U10 die Ligawertung des Kreises souverän für sich entscheiden und hatten sich damit, wie auch unsere Vizemeister bei der U12, *Höher, Schneller, Weiter* für das Finale des WLV-Pokals Kinderleichtathletik in der SCHARRena am 26. November qualifiziert. Es ist toll, im zweiten Jahr in Folge mit beiden Mannschaften ins Finale eingezogen zu sein. Ein [Bericht](#) der erfolgreichen Teilnahme folgt am Ende dieses **SPIKE**.

Stark aufgetreten sind auch unsere U14 Athletinnen, die sich durch die guten Leistungen bei den Kreismeisterschaften für das Landesfinale im Vierkampf ihren Platz gesichert hatten. Der Erfahrungsbericht im letzten **SPIKE** gibt die ersten Schritte auf der ungewohnten „Bühne“ wieder.

Viel Verletzungspech hatten unsere sonst so aktiven Senioren, von denen einige die gesamte Saison pausieren mussten. Drücken wir die Daumen,

dass das nächste Jahr für alle ohne Verletzungen verläuft und die gerade aufgefrischten Ersthelferkenntnisse unserer Übungsleiter nicht benötigt werden.

Wer sich die Zahlen der vergangenen Saison anschauen will, dem seien die Statistiken von Kreis und Verband empfohlen. Hier der Link zum Kreis. Dort finden sich Verweise auf die weiteren Listen bis zum DLV.

<https://ludwigsburg.wlv-sport.de/home/bestenliste>.

Neben dem Blick zurück lohnt es sich auch, die bereits bekannten Termine für 2024 zu studieren. Die wichtigsten sind hier wiedergegeben. Leider ist der Terminplan des Kreises noch nicht endgültig und es wird voraussichtlich März werden, bis alle Veranstaltungen einen Ausrichter gefunden haben. Für Interessierte ist der aktuelle Planungsstand hier zu finden:

<https://ludwigsburg.wlv-sport.de/home/rahmenplan>.

Wer Interesse an der Leichtathletik und unserer LG hat, den ermutige ich sich aktiv einzubringen und den Kreis der engagierten Personen zu erweitern. Möglichkeiten hierzu gibt es viele. Sei es für ein paar Stunden in der Woche oder wenige Tage im Jahr. Details zu den Aktivitäten sind im [Stellenmarkt](#) zu erfahren. Vielleicht gelingt es uns gemeinsam etwas Mehrwert zu den reinen Übungsstunden zu schaffen. Danke!

Sportliche Grüße Euer Coach

### **Termine 2024 in Freiberg** – bitte vormerken.

- |                 |  |
|-----------------|--|
| 21. März        | Abteilungsversammlung Leichtathletik TuS Freiberg mit Wahlen. Alle an der Leichtathletik Interessierten sind eingeladen. Stimmberechtigt sind die Mitglieder im TuS. Offizielle Einladung folgt im Januar. |
| 15. Juni        | Kreismeisterschaften U12 Dreikampf, U14 Blockmehrkampf, evtl. U16 Blockmehrkampf in Freiberg. Bewirtung und Helfer werden benötigt.  |
| 14. Juli (?)    | Freiberger Sportwoche, alle Klassen. Helfer und Bewirtung werden benötigt. Der Termin ist noch nicht bestätigt, es gibt aber nahezu keine Ausweichmöglichkeit.   |
| 19. Juli        | Bürgerfestlauf in Freiberg. Teilnehmer und Helfer sind willkommen.   |
| 13. Oktober     | Finale Kinderleichtathletik-Liga U10 und KiLa U8 in Freiberg. Bewirtung und Helfer werden benötigt.  |
| 18.-20. Oktober | Besuch unserer Freunde aus Soisy (F).  |

Weitere Termine werden bekannt gegeben, sobald diese feststehen (s.o.).

## **Stellenmarkt**

**Übungsleiter** und **-helfer** (ÜL) sind die Basis für unsere Aktivitäten. Ohne sie gibt es keine Übungsgruppen und ohne Übungsgruppen keine Leichtathletik. Nach der eben erfolgten Auflösung der Wartelisten hat sich die Zahl der Kinder und Jugendlichen im Training teilweise stark erhöht und es gibt neue Betätigungsfelder!

Die Mitwirkung ist regelmäßig bei der Durchführung des Trainings, aber auch (spontane) Vertretungen bei Verhinderungen der ÜL sind bereits ein wertvoller Beitrag. Der Verein unterstützt auf Wunsch die Ausbildung und den Erwerb einer entsprechenden Lizenz.

Damit Wettkämpfe korrekt ablaufen werden **Kampfrichter** (KaRi) benötigt. Leider zählt unsere LG, was die Anzahl der Kampfrichter angeht, zu den Schlußlichtern im Kreis, da wir nur zwei lizenzierte Personen haben.

Als KaRi hat man eine Handvoll Einsätze im Jahr, üblicherweise bei Kreismeisterschaften. Dabei meldet man sich selbst für die Termine an, kann also sein Pensum gut steuern. Im Frühjahr bietet der Kreis einen Lehrgang für Einsteiger an. Der Verband wird zudem seine reizvolle Kampagne *Jungkampfrichter* fortführen, die junge Erwachsene bis ca. 25 Jahre anspricht und einen Einsatz bei Landesmeisterschaften bereits in der Ausbildung vorsieht.

Wer den Kuchen- und Waffelverkauf am 15. Oktober erlebt hat, weiß dass dieser einen wichtigen Beitrag zur Finanzierung unserer Aktivitäten geleistet hat. Gerne würden wir aber die Doppelbelastung unserer ÜL vermeiden und ein selbständig handelndes **Bewirgungsteam** bilden. Für ca. drei Termine im Jahr stehen die Planung, der Einkauf und die Abwicklung der Bewirtschaftung im Stadion an. Neben einem verantwortlichen Kernteam sind weitere Helfer zu den einzelnen Terminen willkommen.

Damit sich unsere LG nicht nur mit Training und Wettkämpfen beschäftigt, wäre die Durchführung von Events zur Festigung der Teams und dem Kennenlernen der Eltern wünschenswert. Dazu zählen beispielsweise Ausflüge oder ein Grillfest, möglicherweise auch ein Trainingslager, bzw. eine Freizeit. Wer das entsprechende **Organisationstalent** mitbringt, darf sich – gerne auch einmalig – den Hut aufsetzen und für eine oder mehrere Gruppen einen Vorschlag mit den ÜL oder der LG-Spitze besprechen.

Passend zum Jahresende steht die Vision eines *Jahrbuches* im Raum, in welchem die Aktivitäten der LG Freiberg in Wort und Bild festgehalten werden. Finden sich **Fotografen**, **Schreiber** und ein **Redakteur**? Die Inhalte können alternativ auf unserer Webseite veröffentlicht werden. Pressetaugliche Berichte plazieren wir ebenso in den Freiburger Nachrichten.

*Zu allen Themen stehe ich gerne für ein Informationsgespräch zur Verfügung. Meine Kontaktdaten stehen auf der Titelseite!*

## **U10 und U12 erneut Top Ten in Württemberg**

Wie bereits im letzten Jahr wurden die Leistungen der U10 und U12 in den Wettkämpfen der Kinderliga im Kreis Ludwigsburg belohnt. So qualifizierte sich die U10 als Liga-Sieger und die U12 als zweitplatziertes Team für den WLV-Pokal Kinderleichtathletik am 26.11.2023 in der SCHARRena in Stuttgart.

Die Vorbereitungen liefen bereits mehrere Wochen im Training, so dass wir zuversichtlich und gut vorbereitet in den Wettkampf starten konnten.

Unsere Teams starteten zeitversetzt, die U10 vormittags, die U12 nachmittags, aber die Disziplinen waren bei beiden Finals die gleichen:

*Weitsprung in die Zone* - Hier dient in der Halle eine Weichbodenmatte als Ersatz für den „Sandkasten“ im Stadion, gemessen und bepunktet werden 25cm lange Zonen.

*30m Sprint* - Die Kinder laufen eine Strecke von 30m und die Zeit wird durch eine Lichtschranke am Anfang und am Ende der Strecke gemessen.

*Hoch-Weit-Sprung* - Hierbei ist es Ziel, die Hochsprunglatte ohne zu reißen zu überqueren und mit beiden Beinen gleichzeitig zu landen. Bei jeder Höhe gibt es zwei Versuche, die höchste übersprungene Höhe wird gewertet.

*Medizinballstoßen* - Ein Medizinball muss ähnlich dem Bewegungsablauf beim Kugelstoßen so weit wie möglich gestoßen werden. Auch hier wird das Ergebnis in Zonen gemessen und bepunktet.

*Hindernissprintstaffel* - Hierbei gilt es, auf dem Hinweg eine Strecke mit Hindernissen und auf dem Rückweg die gleiche Strecke flach zu sprinten. Die Laufzeit der Staffel beträgt 3 Minuten und es werden die Hindernisse gezählt, die überquert oder auf dem Rückweg umlaufen werden.

Im Anschluss an die Staffel wurden jeweils nach einer kurzen Pause alle zur Siegerehrung zusammengetrommelt. Nachdem im letzten Jahr die zweitplatzierte im Hochsprung bei den Deutschen Meisterschaften, Marie-Laurence Jungfleisch, die Urkunden überreichte, war dieses Mal die U20-Europameisterin im Siebenkampf Sandrina Sprengel als Glücksfee dabei.

Die Spannung stieg für die Kids der U10 mit jedem aufgerufenen Team und am Ende war der Jubel groß. Unsere U10 konnte sich den 5. Platz von 30 teilnehmenden Teams mit großem Abstand zu den konkurrierenden Teams aus dem Kreis Ludwigsburg sichern!





Ebenso spannend war die Siegerehrung der U12, die bereits im Vorfeld die hohe Messlatte des 5. Ranges der U10 mitbejubeln konnte. Auch hier dauerte es eine ganze Weile, bis die hinter uns platzierten Teams aufgerufen waren. Unsere U12 erkämpfte sich einen ebenfalls beachtlichen 6. Platz unter den 26 Teams aus Württemberg!



Somit war klar, die intensiven Vorbereitungen haben sich gelohnt, denn am Ende des Tages konnte sich die U10 im Vergleich zum letzten Jahr um 3 und die U12 um einen Platz verbessern.

Herzlichen Glückwunsch an alle teilnehmenden Kids von den stolzen Trainerinnen und Trainern!

*Anmerkung: Dieser Artikel wurde bereits in den Freiberger Nachrichten veröffentlicht. Die Bilder wurden für den SPIKE etwas beschnitten.*

