

## TV Dielheim Schülerleichtathletik bei Eröffnungswettkämpfen in Bruchsal, Karlsbad und Bad Rappenau

Mit ersten Freiluftwettkämpfen bringen sich die U14 Schülerleichtathleten des TV Dielheim in Form. Dazu reisten die Sportler und Sportlerinnen am 14.04.2018 nach Bruchsal, am 22.04.2018 nach Karlsbad und am 28.04.2018 stellten sie sich der Konkurrenz in Bad Rappenau. Dabei ist Vielseitigkeit angesagt, denn alles dient der Vorbereitung auf anstehende Mehrkämpfe. Jonas Liebing konnte dabei in Bruchsal Siege im Weitsprung und über die 60m Hürden erringen. Die 75m lief er zudem in 11.43sec, er sprang 4.05m weit und lief eine tolle Zeit über die Hürdenstrecke. 11.04sec sind Bestzeit für ihn und lassen weitere gute Leistungen erwarten.



Überhaupt ist der Hürdenlauf in der jetzigen Ausbildungsphase der jungen Leichtathleten das wesentliche Element. Das Hürdenlaufen fordert und fördert alle in diesem Alter zu trainierenden konditionellen Fähigkeiten. Hohe Schnelligkeit, gute Beweglichkeit, Kraft und ausgezeichnete koordinative Fähigkeiten sind unverzichtbar, um die Hindernisse schnell und sicher zu überlaufen. Lara Kraft verbessert sich von Rennen zu Rennen. Inzwischen stehen 11.48sec über 75m, 11.41sec über 60m Hürden, 3.81m im Weitsprung, 1050 Punkte im Dreikampf sowie 4.78m im Kugelstoßen als auch 1.20m im Hochsprung zu Buche. Ihre gute Hürdenzeit und die Verbesserung im Weit- und Hochsprung sind besonders zu erwähnen. Amy Filsinger ist inzwischen bei einer Bestzeit über 75m von 11.31sec angekommen. Die Hürden lief sie in 11.39sec, sie sprang 4.04m weit und warf den jetzt 200g schweren Ball auf 30.5m. Das ergibt eine Dreikampfleistung von 1234 Punkten. Die 3kg- Kugel stieß sie auf 5.52m und bisher sprang sie 1.20m hoch. Zudem hatte sie ihren ersten Wettkampf im Speerwerfen. 19.21m gleich zum Auftakt sind sehr schön.

defi

### Bahneröffnung in Bruchsal



Andreas Hoffman, PB 91.07m



### Bahneröffnung in Karlsbad



