

## Qualitage in Heidelberg

Zwei Tage nachdem Marlene Adolf vom TV Viktoria Dielheim die Norm für die deutschen U18 Meisterschaften über 800m gelaufen war, war sie schon wieder am Start. In Heidelberg bei den sogenannten Qualitagen galt es am 21.05.2018 die gute Form zu nutzen. Falls es in Karlsruhe nicht schon mit der 800m- Norm geklappt hätte, wäre sie möglicherweise noch einmal über 800m angetreten. Mit der Norm in der Tasche konnte Marlene aber entspannt eine „Zubringerleistung“ überprüfen. Sie war über 400m gemeldet. Auch in dieser Disziplin, die den Übergang zwischen Sprint und Mittelstrecke darstellt und in der in besonderem Maße Schnelligkeitsausdauer gefragt ist, sollte eine 800m Läuferin schnelle Zeiten laufen können. Klar ist, wer 60 Sekunden für die 400m benötigt, wird in keinem Fall schneller als 2 Minuten über 800m laufen können.

Bei heißen Sprintertemperaturen, waren im Stadion der TSG Heidelberg drei Läufe mit starker Konkurrenz aus Hessen, dem Saarland und der Pfalz angesetzt. Marlene konnte ihren Zeitlauf gewinnen. Ihr gelang ein sehr guter Lauf. Trotz zögerlichem Beginn, war die Durchgangszeit über 200m mit etwa 27 Sekunden gut. Die Endzeit über 400m von 58.49sec war dann ausgezeichnet. Auch diese ist nämlich klar unterhalb der geforderten Qualifikationsleistung für die deutschen Jugendmeisterschaften. Die Heidelberger Qualitage wurden für die Sportlerin vom TV Dielheim ihrem Namen gerecht.

defi

