



Erfolgreiche Kreismehrkampfmeisterschaften im heimischen Huckenohlstadion



Am vergangenen Wochenende fanden die Kreismehrkampfmeisterschaften im heimischen Huckenohlstadion statt. Für die Athletinnen und Athleten der LG Menden standen dabei die Drei- und Vierkämpfe sowie die anspruchsvollen Sieben- und Zehnkämpfe auf dem Programm. Während am Samstag noch gute Bedingungen für die Mehrkämpfer herrschten, wurde der zweite Wettkampftag immer wieder von Regen begleitet. Trotzdem ließen sich die Sportlerinnen und Sportler nicht aus dem Konzept bringen und zeigten zahlreiche starke Leistungen und neue persönliche Bestleistungen.

Erfolgreicher Nachwuchs in der M/W8 und M/W9

Am zweiten Wettkampftag starteten die jüngsten Teilnehmerinnen und Teilnehmer der LG Menden. In den Altersklassen M8 bis W9 ging es im Dreikampf darum, über 50 Meter, im Weitsprung und im Schlagballwurf möglichst viele Punkte zu sammeln.

In der **M8** erreichte **Clemens** mit insgesamt **333 Punkten** den sechsten Platz. Über 50 Meter kam er auf 10,32 Sekunden. Im Weitsprung erreichte er 2,38 Meter und im Schlagballwurf 8 Meter. Damit konnte Clemens in allen drei Disziplinen wichtige Erfahrungen im Mehrkampf sammeln.

In der **M9** durfte sich **Emil** über einen starken zweiten Platz und damit den Vizekreismeistertitel freuen. Mit insgesamt **538 Punkten** zeigte er einen ausgeglichenen Dreikampf. Über 50 Meter lief er 9,83 Sekunden, im Weitsprung sprang er 2,75 Meter und im Schlagballwurf erzielte er eine Weite von 17 Meter. 🏅

Auch in der **W8** waren gleich drei Athletinnen am Start. **Laura** sammelte insgesamt **536 Punkte** und belegte damit den siebten Platz. Über 50 Meter lief sie 10,67 Sekunden, im Weitsprung erreichte sie 2,27 Meter und im Schlagballwurf 13 Meter.

Knapp dahinter folgte **Mia** mit **515 Punkten** auf Platz neun. Sie lief 11,05 Sekunden über 50 Meter, sprang 2,25 Meter weit und erzielte im Schlagballwurf 13,50 Meter. Nur wenige Punkte trennten sie damit von ihrer Trainingskollegin.

Marina komplettierte das Trio und belegte mit **449 Punkten** den elften Platz. Ihre Leistungen lagen bei 11,37 Sekunden über 50 Meter, 2,16 Metern im Weitsprung und 11,50 Metern im Schlagballwurf.

In der **W9** verpasste **Alisa** das Podium besonders knapp. Mit **765 Punkten** fehlten ihr am Ende lediglich neun Punkte auf den dritten Platz. Über 50 Meter lief sie 9,37 Sekunden, im Weitsprung kam sie auf 2,79 Meter und im Schlagballwurf auf 16,50 Meter. In der Kreismeisterschaftswertung reichte das Ergebnis für den 3. Platz. 🏃

Direkt dahinter landete ihre Trainingskollegin **Chiara** auf Platz fünf. Sie lief 9,73 Sekunden über 50 Meter und sprang 2,60 Meter weit. Im Ballwurf gelang ihr mit 20 Metern eine besonders starke Leistung. Damit erzielte sie die zweitweiteste Weite der gesamten Altersgruppe.

Zwei Medaillen in der M10

In der M10 konnten die Mendener gleich doppelt jubeln. **Fiete** sicherte sich den Vizekreismeistertitel, während sein Vereinskamerad **Joshua** die Bronzemedaille gewann. 🥈🥉

Fiete zeigte dabei einen starken Dreikampf. Über 50 Meter lief er 8,40 Sekunden, im Weitsprung erreichte er 3,07 Meter. Im Ballwurf gelang ihm mit 22,50 Metern sogar die weiteste Weite des gesamten Teilnehmerfeldes.

Joshua hatte im Weitsprung leider keinen gültigen Versuch und musste dadurch auf wichtige Punkte verzichten. Trotzdem ließ er sich davon nicht entmutigen und kämpfte in den beiden verbleibenden Disziplinen weiter. Über 50 Meter lief er 9,34 Sekunden und im Ballwurf erreichte er 20 Meter. Am Ende reichte es trotzdem für einen starken dritten Platz.



Starke Leistungen in der M11



In der **M11** konnte **Lorian** sowohl im Drei- als auch im Vierkampf überzeugen. Im Dreikampf sicherte er sich mit **711 Punkten** den zweiten Platz und wurde damit Vizekreismeister. Über 50 Meter lief er 9,32 Sekunden, im Weitsprung erreichte er 3,14 Meter und im Schlagballwurf 25 Meter.

Im Vierkampf gelang Lorian anschließend der Sprung ganz nach oben. Mit **952 Punkten** sicherte er sich den Kreismeistertitel. Im Hochsprung übersprang er dabei 1,07 Meter und konnte damit seine Leistung aus dem Dreikampf erfolgreich ergänzen. 🥇

Auch bei den Mädchen der **W11** gab es Grund zur Freude. **Ida** lieferte sich im Dreikampf ein äußerst knappes Rennen um den Sieg. Mit nur einem Punkt Rückstand verpasste sie den ersten Platz und wurde Vizekreismeisterin. Sie lief starke 8,16 Sekunden über 50 Meter, sprang 3,90 Meter weit und erzielte 27 Meter im Schlagballwurf.



Im Vierkampf konnte Ida ihren zweiten Platz bestätigen. Auch hier trennte sie lediglich ein Punkt vom ersten Platz. Im Hochsprung übersprang sie dabei 1,22 Meter. 🥈

Hanna belegte im Dreikampf mit **1083 Punkten** den vierten Platz. Besonders stark präsentierte sie sich im Schlagballwurf. Mit 33 Metern erzielte sie die weiteste Weite der Gruppe. Über 50 Meter lief sie 8,70 Sekunden und im Weitsprung erreichte sie 3,25 Meter. Im Vierkampf konnte Hanna noch einmal zulegen und gewann mit **1330 Punkten** die Bronzemedaille. Im Hochsprung übersprang sie dabei 1,10 Meter. 🥉

Laura erreichte im Dreikampf mit **602 Punkten** den achten Platz. Über 50 Meter lief sie 10,24 Sekunden, im Schlagballwurf kam sie auf 13 Meter und im Weitsprung auf 2,50 Meter.

M12 und M13 mit weiteren Mehrkampftiteln

In der **M12** konnte **Bjarne Venus** gleich doppelt jubeln. Sowohl den Drei- als auch den Vierkampf entschied er für sich und stellte dabei mehrere persönliche Bestleistungen auf.

Im Dreikampf sammelte Bjarne **1076 Punkte** und erzielte damit eine neue persönliche Bestleistung. Über 75 Meter lief er 11,30 Sekunden. Im Weitsprung steigerte er sich auf 4,23 Meter, ebenfalls eine neue PB. Im Ballwurf erreichte er 29,50 Meter.



Im Vierkampf setzte Bjarne seine starke Leistung fort und gewann mit **1498 Punkten**. Besonders beeindruckend war dabei sein Hochsprung. Mit 1,39 Metern übersprang er eine starke Höhe und setzte damit ein echtes Highlight des Wettkampfes. 🥇🔥

Justus Levin Schatter belegte im Dreikampf mit **816 Punkten** den zweiten Platz und wurde damit Vizekreismeister. Er lief 12,97 Sekunden über 75 Meter, sprang 3,28 Meter weit und erzielte im Ballwurf 27 Meter, womit er eine neue persönliche Bestleistung aufstellte. 🥈

Auch in der **M13** gab es einen Doppelsieg für die LG Menden. **Jonathan Jankowski** gewann sowohl den Drei- als auch den Vierkampf und konnte dabei zahlreiche neue persönliche Bestleistungen aufstellen.

Im Dreikampf erreichte Jonathan **1039 Punkte** und verbesserte damit seine persönliche Bestleistung. Über 75 Meter lief er 11,64 Sekunden, im Weitsprung sprang er 4,03 Meter und im Ballwurf erzielte er 31,50 Meter. Sowohl der Weitsprung als auch der Ballwurf bedeuteten für ihn eine neue PB.

Im Vierkampf steigerte sich Jonathan noch einmal auf **1396 Punkte** und stellte auch hier eine neue persönliche Bestleistung auf. Im Hochsprung übersprang er 1,27 Meter und konnte damit ebenfalls eine neue Bestmarke setzen. 🏅

Dominic Schalo sicherte sich im Dreikampf mit **536 Punkten** den zweiten Platz. Auch für ihn bedeutete das Ergebnis eine neue persönliche Bestleistung. Über 75 Meter lief Dominic 13,82 Sekunden, im Weitsprung erreichte er 2,26 Meter und im Ballwurf stellte er mit 17 Metern ebenfalls eine neue PB auf. 🏅

W12 mit Podestplatz und zahlreichen Bestleistungen



In der **W12** konnte **Ria-Teresa Jastremski** im Dreikampf mit **1129 Punkten** eine neue persönliche Bestleistung aufstellen und sicherte sich den dritten Platz. Über 75 Meter lief sie 11,85 Sekunden, im Weitsprung erreichte sie 3,89 Meter und im Ballwurf stellte sie mit 26 Metern ebenfalls eine neue persönliche Bestleistung auf. 🏅

Im Vierkampf ging es für Ria-Teresa ebenfalls um wichtige Punkte. Mit **1451 Punkten** erzielte sie erneut eine neue persönliche Bestleistung und belegte den vierten Platz. Im Hochsprung übersprang sie 1,21 Meter und konnte damit ihre Bestleistung ebenfalls verbessern.

Mila Stemann belegte im Dreikampf mit **1090 Punkten** den fünften Platz und verpasste das Podium dabei nur knapp. Lediglich 39 Punkte fehlten ihr am Ende auf Platz drei. Über 75 Meter lief Mila 12,00 Sekunden und im Weitsprung erreichte sie 3,45 Meter. Besonders erfreulich war ihre Leistung im Ballwurf: Mit 29 Metern stellte sie eine neue persönliche Bestleistung auf. Damit zeigte Mila einen insgesamt ausgeglichenen Mehrkampf.



Franziska Richter kam im Dreikampf auf **1072 Punkte** und belegte den siebten Platz. Sie lief 12,37 Sekunden über 75 Meter und sprang 3,83 Meter weit. Im Ballwurf konnte sie sich mit 25 Metern über eine neue persönliche Bestleistung freuen. Im Vierkampf steigerte sie sich anschließend auf **1434 Punkte** und belegte den vierten Platz. Im Hochsprung übersprang sie dabei 1,27 Meter.



Auch **Charlotte Richter** bewies im Dreikampf großen Kampfgeist. Im Weitsprung blieb leider kein gültiger Versuch in der Wertung, wodurch ihr wichtige Punkte fehlten. Trotzdem kämpfte sie in den weiteren Disziplinen weiter.

Über 75 Meter lief sie 12,58 Sekunden und im Ballwurf erzielte sie mit 22 Metern eine neue persönliche Bestleistung. Mit insgesamt **612 Punkten** belegte Charlotte am Ende den achten Platz.

Laura Dröscher dominiert die W13

In der **W13** war **Laura Dröscher** nicht zu schlagen. Sie gewann sowohl den Drei- als auch den Vierkampf und konnte in beiden Wettbewerben neue persönliche Bestleistungen aufstellen.

Im Dreikampf erreichte Laura **1334 Punkte**, im Vierkampf sogar **1845 Punkte**. Über 75 Meter lief sie 10,83 Sekunden, im Weitsprung steigerte sie sich auf 4,68 Meter und im Ballwurf erzielte sie 28,50 Meter.



Für das besondere Highlight sorgte Laura im Hochsprung. Erstmals übersprang sie die 1,50-Meter-Marke und setzte mit 1,51 Metern eine neue persönliche Bestleistung. Damit bestätigte sie ihre starke Entwicklung und setzte gleichzeitig ein Ausrufezeichen für die kommenden Wettkämpfe. 🏆🔥

Spannender Siebenkampf der W15



In der W15 standen für **Charlotte Loschek**, **Pia Dröscher** und **Malin Venus** zwei lange Wettkampftage mit insgesamt sieben Disziplinen auf dem Programm. Besonders der zweite Tag verlangte den Athletinnen einiges ab, da es immer wieder regnete und sich die Bedingungen für die einzelnen Disziplinen entsprechend erschwerten.

Für **Charlotte Loschek** war es der erste Siebenkampf. Gleich vier persönliche Bestleistungen konnte sie in den sieben Disziplinen aufstellen. Über 100 Meter blieb sie mit 13,95 Sekunden erneut deutlich unter der 14-Sekunden-Marke. Im Weitsprung verbesserte sie sich auf 4,03 Meter, im Kugelstoßen auf 7,35 Meter und im Hochsprung auf 1,30 Meter. Nach dem ersten Tag lag Charlotte auf einem starken zweiten Platz.



Am zweiten Tag ging es bei immer wieder einsetzendem Regen mit den 80 Metern Hürden weiter. Charlotte lief 15,03 Sekunden. Im Speerwurf stellte sie mit 15,44 Metern eine weitere persönliche Bestleistung auf. Zum Abschluss des Siebenkampfes standen die 800 Meter an, die sie in 2:46 Minuten absolvierte.

Mit insgesamt **2861 Punkten** sicherte sich Charlotte schließlich den Sieg und damit den Kreismeistertitel. 🏆

Pia Dröscher zeigte ebenfalls einen starken Mehrkampf und stellte insgesamt vier persönliche Bestleistungen auf. Über 100 Meter lief sie 14,71 Sekunden. Nach jahrelangen Problemen im Weitsprung gelang ihr dort nun der Durchbruch: Mit 4,18 Metern sprang sie eine neue persönliche Bestleistung. Auch im Kugelstoßen konnte sie sich auf 8,79 Meter verbessern. Im Hochsprung übersprang Pia 1,36 Meter und stellte auch dort eine neue PB auf. Nach dem ersten Wettkampftag lag sie auf Platz eins.

Am zweiten Wettkampftag erschwerten auch ihr die immer wieder auftretende Regenschauer die Bedingungen. Pia lief die 80 Meter Hürden erstmals im Vierer-Rhythmus und kam in 16,77 Sekunden ins Ziel – ebenfalls eine neue persönliche Bestleistung. Im Speerwurf erzielte sie 19,13 Meter.

Über die abschließenden 800 Meter machten sich die beiden langen Wettkampftage bemerkbar. Nach 3:02 Minuten kam Pia ins Ziel. Am Ende erreicht sie insgesamt **2830** Punkte und damit eine neue persönliche Bestleistung. Besonders stark: Sie steigerte ihre bisherige Gesamtpunktzahl um fast 400 Punkte. Damit sicherte sie sich den zweiten Platz und wurde Vizekreismeisterin. 🥈



Malin Venus bestritt ebenfalls ihren ersten Siebenkampf. Über 100 Meter lief sie 15,24 Sekunden, im Weitsprung erreichte sie 4,07 Meter. Im Kugelstoßen stellte sie mit 6,19 Metern eine neue persönliche Bestleistung auf und auch im Hochsprung konnte sie sich mit 1,21 Metern über eine neue PB freuen.

Am zweiten Tag ging es bei wechselhaftem und immer wieder regnerischem Wetter über die 80 Meter Hürden. Malin lief 15,42 Sekunden. Im Speerwurf erzielte sie mit 12,55 Metern eine weitere persönliche Bestleistung. Den abschließenden 800-Meter-Lauf absolvierte sie in soliden 2:50 Minuten. Mit 2583 Punkten komplettierte sie das Podium und wurde Dritte. 🥉

Bevin Asemota gewinnt Siebenkampf der WJU18

Auch in der WJU18 wurde der Siebenkampf über zwei Wettkampftage ausgetragen. Bevin Asemota zeigte bereits am ersten Tag einen starken Wettkampf und setzte sich früh an die Spitze des Feldes.



Bei ihrem ersten Start über 100 Meter Hürden lief sie 16,93 Sekunden. Im Hochsprung übersprang sie 1,54 Meter, im Kugelstoßen erzielte sie mit 10,84 Metern eine neue persönliche Bestleistung. Die 200 Meter lief sie in guten 27,38 Sekunden.

Der zweite Wettkampftag startete unter Regen mit dem Weitsprung. Bevin ließ sich davon jedoch nicht beeindrucken und sprang im Weitsprung starke 5,55 Meter. Im Speerwurf kam sie auf 27,12 Meter und die abschließenden 800 Meter absolvierte

sie in 2:49 Minuten. Mit insgesamt **4146 Punkten** gewann sie den Siebenkampf souverän. 🏆

Anni Dünnebacke wurde in der Gesamtwertung Dritte und sicherte sich in der Kreismeisterschaftswertung den zweiten Platz. Auch sie absolvierte erstmals die 100 Meter Hürden und kam nach 19,74 Sekunden ins Ziel. Im Hochsprung verbesserte sie sich auf 1,33 Meter, im Kugelstoßen erzielte sie mit 7,36 Metern ebenfalls eine neue PB. Über 200 Meter lief sie 30,77 Sekunden.



Am zweiten Tag folgten 4,52 Meter im Weitsprung und mit 18,57 Metern eine neue persönliche Bestleistung im Speerwurf. Über die abschließenden 800 Meter machten sich die langen zwei Wettkampftage bemerkbar. Mit 2:47 Minuten erreichte Anni dennoch eine gute Zeit und kam auf insgesamt **2741 Punkte**.

Nele Carolina Wurst belegte in der Gesamtwertung den vierten Platz und wurde Dritte in der Kreismeisterschaftswertung. Über 100 Meter Hürden lief sie 21,85 Sekunden. Im Hochsprung übersprang sie erfreuliche 1,15 Meter und stellte damit eine neue persönliche Bestleistung auf. Im Kugelstoßen gelang ihr mit 9,03 Metern erstmals ein Stoß über die Neun-Meter-Marke. Die 200 Meter absolvierte sie in 32,75 Sekunden.

Auch am zweiten Wettkampftag stellte sie sich den schwierigen Wetterbedingungen. Im Weitsprung erreichte sie 3,85 Meter, im Speerwurf 16,74 Meter und die 800 Meter lief sie in 3:13 Minuten. Am Ende standen **1957 Punkte** zu Buche – eine neue persönliche Bestleistung in der Gesamtwertung.

Nikita Keil im Zehnkampf der MJU18

Nikita Keil absolvierte im Rahmen des Zehnkampfes vier Disziplinen. Über 100 Meter lief er 12,92 Sekunden. Im Kugelstoßen erzielte er mit 10,91 Metern eine neue persönliche Bestleistung. Im Diskuswurf kam er auf 28,73 Meter und im Speerwurf auf 40,48 Meter, ebenfalls eine neue PB.

Sarah Zander gewinnt den Siebenkampf der Frauen

Auch im Frauen-Siebenkampf ging **Sarah Zander** an den Start und zeigte einen starken Wettkampf. Insgesamt gelangen ihr vier persönliche Bestleistungen sowie eine Einstellung der persönlichen Bestleistung.

Über 100 Meter Hürden lief Sarah mit 18,45 Sekunden eine neue PB. Im Hochsprung übersprang sie 1,45 Meter und stellte damit ihre bisherige Bestleistung ein. Besonders erfreulich war das Kugelstoßen: Nach über einem Jahr stieß Sarah wieder über die Neun-Meter-Marke und erzielte mit 9,80 Metern eine neue



persönliche Bestleistung. Den ersten Wettkampftag beendete sie mit 28,89 Sekunden über 200 Meter.

Der zweite Tag begann mit dem Weitsprung. Trotz der immer wieder schwieriger werdenden Wetterbedingungen gingen 4,85 Meter in die Wertung ein. Im anschließenden Speerwurf bestätigte Sarah ihre starke Form und erzielte mit 38,09 Metern eine neue persönliche Bestleistung. Zum Abschluss stand noch der 800-Meter-Lauf auf dem Programm. Mit 2:41 Minuten stellte sie auch über die 800 Meter eine neue persönliche Bestleistung auf.

In der Gesamtwertung kam Sarah schließlich auf **3796 Punkte** und stellte damit ebenfalls eine neue persönliche Bestleistung auf. Ihre bisherige Bestmarke übertraf sie um fast 500 Punkte. Damit sicherte sie sich den Sieg im Siebenkampf. 🏆💙

Gelungene Generalprobe für die Westfälischen Meisterschaften

Insgesamt waren die Kreismehrkampfmeisterschaften für die LG Menden ein sehr erfolgreiches Wochenende. Von den jüngsten Nachwuchsathletinnen und -athleten bis hin zu den erfahrenen Mehrkämpferinnen und Mehrkämpfern konnten zahlreiche starke Leistungen, persönliche Bestleistungen und Podestplätze gefeiert werden.

Besonders erfreulich ist dabei die große Anzahl an neuen persönlichen Bestleistungen, die trotz der teilweise schwierigen Bedingungen erreicht werden konnten. Gerade am zweiten Wettkampftag verlangte der immer wieder einsetzende Regen den Athletinnen und Athleten einiges ab.

Damit waren die Kreismehrkampfmeisterschaften gleichzeitig eine sehr gelungene Generalprobe für die anstehenden Westfälischen Meisterschaften, die bereits in einer Woche im heimischen Huckenohlstadion stattfinden. Die gezeigten Leistungen machen dabei große Lust auf das kommende Meisterschaftswochenende. 💙🏃🏃

Herzlichen Glückwunsch an alle Athletinnen und Athleten zu ihren Leistungen! 💙👏