



Pressemappe 2015 - Jugend -

Pressemappe 2015 – Jugend: Vorwort



Vorwort

Ein erfolgreiches Jahr 2015 liegt hinter uns und die Leichtathletiksparte kann mit stolz auf die Leistungen des Jahres 2015 zurückschauen. Um das zurückliegende Wettkampfjahr zusammenzufassen, freuen wir uns, Ihnen heute unsere Pressemappe für das Jahr 2015 überreichen zu können.

Nicht nur der Ehrgeiz, die Disziplin und der Spaß der Athleten haben zu einem schönen und erfolgreichen Jahr 2015 beigetragen, sondern auch die Unterstützung durch Ihr Unternehmen, insbesondere in finanzieller Hinsicht, sodass manche Aktion bzw. Veranstaltung mehr realisiert werden konnte. Daher möchten wir uns für Ihren Einsatz rechtherzlich bedanken und hoffen, dass wir auch in Zukunft auf Ihre Unterstützung zählen können.

Wir wünschen Ihnen ein erfolgreiches und gesundes neues Jahr 2015 und freuen uns Ihnen schon bald wieder von Aktionen rund um die Leichtathletikjugend des VfB Fallersleben berichten zu dürfen.

Gerrit Lehning

(Jugendwart für die Leichtathletikjugend des VfB Fallersleben)



Januar

Hallensportfest Hannover, Beginn der Saison 2015

Am Samstag den 03.01. begann für unsere Leichtathletik-Jugend das Wett-kampfjahr 2015 beim Hallensportfest in Hannover.

Phil Grolla erzielte bei den 60m den 4.Platz mit 8,35s und schaffte im Vorlauf mit 8,27s die Landesnorm. Benno Wiggers erreichte bei den 60m im Vorlauf eine Zeit von 7,82s und beim Weitsprung erzielte er den 10.Platz mit einer Weite von 4,93m. Gero Redeker lief die 60m im Vorlauf in 8,12s und erzielte mit 2:16,87min auf 800m den 9. Platz.



Training für Olympia

Sven Knipphals, einer von Deutschlands besten Sprintern, hat den Traum bei Olympia zu sprinten. Seine Reise kann er jedoch nicht einfach so finanzieren, deswegen Unterstützt die VfB Jugend ihm über seine Crowdfunding Aktion, und bekommt als Gegenleistung eine Trainingseinheit mit ihm.

Da wir uns als Jugend auch für die Top-Sprinter, vor allem in unserer Region, interessieren, erfuhren wir auch über Sven Knipphals und sein Wunsch bei Olympia zu sprinten. Diesen Wunsch konnte er sich aber nur erfüllen, wenn er genug Geld für die Reise zusammen bekommt. Über eine Crowdfunding Aktion von ihm spendeten wir eine gewisse Menge an Geld aus unserer Jugendkasse, als Gegenleistung sollte er uns eine Trainingseinheit trainieren und Tipps geben. Diesen Deal gingen wir natürlich sehr gerne ein.





Am 09.01.2015 fand nun das lang erwartete Training mit Sven Knipphals statt. Natürlich waren fast alle unserer Athleten da, da dieses Ereignis ziemlich besonders war. Immerhin ist Sven Knipphals in der ewigen deutschen Bestenliste, über 100m, auf Platz 13 mit einer Zeit von 10,20 Sekunden.

Das Training begann ohne starkes Aufwärmen, und es folgte eine Übung, bei der man seine Zehenspitzen hoch ziehen sollte, wenn man die Beine anhebt, und runterdrücken sollte, wenn man auftritt.



Dabei wurde jedem von uns individuelle Tipps gegeben, wie er sein "Auf/Ab-Treten" verbessern könnte. Die Übung wurde dann noch erschwert, indem man z.B. seine Arme gezielter mitnehmen sollte, oder die Knie höher nehmen sollte. Dann wurde erklärt, dass man beim Sprinten zwar aufrecht laufen sollte, so wie es uns bisher beigebracht wurde, aber dennoch nach vorne gelehnt laufen sollte. Sven beschrieb es als "ein kontrollierter Fall nach vorne". Das wurde dann auch gleich geübt. Dann ging es gezielter auf die Beinarbeit zu, man sollte "den Boden wegdrücken". Sven führte dann auch gleich seine Sprintfähigkeiten vor, wobei man gut sehen konnte was er mit dem kontrollierten Fall und dem Boden wegdrücken meinte.

Wie das halt ist, waren wir alle begeistert und wollten seine Technik auch gleich ausprobieren. Jeder sollte nun erstmal 60 Meter Sprinten, ohne Startblock, quasi ein kalter Drei/Vier-Punktstart. Danach bekam jeder von uns Lob zu dem was er gut gemacht hat, und Kritik zu dem was er noch verbessern sollte. Als nächstes kam das Thema "Startblöcke". Sven stellt sein Block zum Training immer so ein, dass auf der "schwachen" Seite 2 Füße abstand, und auf der "starken" Seite 3 Füße abstand sind. Dies sollten wir auch ausprobieren, und Sven achtete darauf, dass jeder sich dolle genug in den Block rein drückt, und eine möglichst "perfekte" Beinstellung hat.

Dadurch kam das Thema "Krafttraining" ins Spiel. Sven meint, dass die besten Kraftübungen zum Sprinten, Sprünge sein. Er zählte einige Sprungübungen auf, und die durfte dann jeder gleich auch einmal machen. Dabei viel Sven auf, dass viele ihre Knie nicht hoch genug ziehen. Das ist bei uns ein alt bekanntes Problem, und das wissen wir auch, also wurde gleich erstmal ein Knie-Hebe-Lauf "für" Sven gemacht.

Und so wie ich es mitbekommen habe, gefiel das Training nicht nur den Athleten, sondern auch Sven sehr gut. Am nächsten Tag "beschwerten" sich viele wegen Muskelkater, trotz der "wenigen" Übungen. Da sieht man mal wieder wie wichtig intensives Training sein kann, mit den Tipps eines wahren Profis.





Neuer Vereinsrekord bei den Hallenmeisterschaften U20-U16 in Hannover

Am 18.01.2015 fand die Hallenmeisterschaft der Jugend U20-U16 in Hannover statt.

Vom VfB-Fallersleben lief Michel Batziong (U16) die 800m. in einer Zeit von 2:21,55 und wurde Zehnter.



Phil Grolla (U16) stieß beim Kugelstoßen 10,56 Meter, wurde damit Vierter und stellte außerdem einen neuen Vereinsrekord auf. Beim 60Meter lauf lief er 8,09 und wurde Zweiter. Seine Siegesuhrkunde wurde ihm von Rita Girschikofsky, der Präsidentin des NLV, überreicht.





Am 24/25 Januar war die Jugend U20 dran und vom VfB-Fallersleben gingen Benno Wiggers (U18) und Gero Redeker (U18) an den Start.

Benno Wiggers lief am ersten Tag 60m in einer Zeit von 7,68s. Am zweiten Tag ging er beim Weitsprung an den Start und sprang 2,21m weit.



Gero Redeker lief am ersten Tag 400m in einer Zeit von 56,25s. Am zweiten Tag lief Gero in 12:16,22min die 800m.

Zwischen den beiden Wettkampftagen waren die Athleten noch im Kino in dem Film Baymax und hatten insgesamt ein sehr schönes und erfolgreiches Wochenende.

Pressemappe 2015 – Jugend : Februar



Februar

Bezirksmeisterschaften in der Halle

Am Samstag den 7.2. war unsere Leichtathletik-Jugend des VFB Fallersleben bei den Hallen Bezirksmeisterschaften in Salzgitter.

Von unserer Jugend sprang Benno Wiggers (MJ U18) 5,25m weit und wurde Sechster. Bei den 60m lief er im Endlauf und wurde knapp zweiter mit 7,66s einer hundertstel hinter dem ersten(7,65s).

Felix Kühne (M20) sprang 4,19m und wurde achter. Er lief die 60m in 8,47s und erreichte den dritten Platz.

Gero Redeker (MJ U18) lief die 60m im Vorlauf in 8,36sund wurde insgesamt zehnter. Beim Weitsprung erzielte er eine Weite von 3,94m.





Crosslauf im Hasselbachtal

Bei den diesjährigen Kreismeisterschaften Crosslauf im Hasselbachtal am 15.02.2015, waren viele unser Athleten sehr erfolgreich und somit gingen gleich vier Kreismeister Titel an uns.

Bei der Jugend wurde Michel Badziong (U18, ak 1.) über 2680m Kreismeister, mit einer Zeit von 10:27. Maurice Gau (U20, ak 1.) wurde dritter mit einer Zeit von 12:13. Bei den Frauen wurde Andrea Manssen (W30, ak 1.) Kreismeisterin mit einer Zeit von 10:30.

Bei den Männern wurde Frank Balzer (M45, ak 1.) über 5250m Kreismeister mit einer Zeit von 19:34. Rainer Morgenthal (M50, ak 1.) wurde vierter mit einer Zeit von 20:40. Rudolf Schmidt (M35, ak 1.) wurde achter in 21:52. Jens Thies (M50, ak 2.) lief als neunter ins Ziel mit einer Zeit von 22:07.

Bei den Kindern wurde Lucie Lenz (W11, ak 1.) Kreismeisterin über 950m in einer Zeit von 3:46.



Pressemappe 2015 – Jugend : Februar



Sportabzeichenverleihung 2015

Bei unserer alljährlichen Sportabzeichenverleihung konnten wir rund 100 Gäste begrüßen. Die Verleihung fand wie zuletzt im Saal des Gemeindehauses der Michaeliskirche statt. Insgesamt konnten 501 Sportabzeichen in 2014 abgenommen werden (220 durch Schulen, 281 bei den regelmäßigen Abnahmen).

Am Anfang begrüßte Sven Jäckel die anwesenden Sportler und den Vereinsvorsitzenden Dr. Karl P. Wilhelm. Anschließend gab es eine kurze Andacht von Pastor Holger Hermann. Danach bekam Dr. Karl P. Wilhelm das Wort und überbrachte die Grüße des Vorstandes und ging auf das Defizit der Sportabzeichenaktion zu Lasten der Leichtathletiksparte ein.



Dieter und Sven bedankten sich im Anschluss beim ganzen Sportabzeichenteam für die tatkräftige Unterstützung, die zur Abnahme von 501 Sportabzeichen führten. Besonders wurden Armin und Rita Scholz hervorgehoben, die regelmäßig ehrenamtlich dabei sind.



Anschließend ging es an die Ehrungen:

Zuerst wurden Jugendlichen von Jonas Bengel, Gerrit Lehning und FOXI geehrt, zusätzlich zur Urkunde und Abzeichen gab es noch eine Süßigkeit. Besonders wurden die Mannschaften der Sparten Rhönrad (7) und Handball (15) erwähnt, die ihr Sportabzeichen als Team ablegten.

Nach einer kurzen Pause für Pressefotos wurden die Familien und Erwachsenen geehrt. Dies nahmen Sven Jäckel, Dieter Hepe vor.



März

3 Bezirksmeister bei den Crosslaufmeisterschaften

Am letzten Sonntag den 1.3. waren die Bezirksmeisterschaften Crosslauf in Lutterspring.

Von unserer Jugend lief Leif Lenz (Kinder U10) 1380m in 7:23min und holte sich den Meistertitel.

Lucie Lenz (Kinder U12) holte sich ebenfalls den Titel auf 1380m in einer Zeit von 6:48min.

Von den Erwachsenen lief Frank Balzer (Senioren M40/M45) 5580m in einer Zeit von 22:44min und wurde Bezirksmeister.

Lucie und Leifs Mutter bezeichnete den Wettkampf als "Cross- bzw. absoluten Schlammlauf".





Jana Zilich gewinnt beim 33. Celler Wasa-Lauf auf 10km die AK20

Bei fast sommerlichen Temperaturen hat Jana Zilich auf der 10km Strecke beim 33. Celler Wasa-Lauf am 8. März 2015 in der AK20 den ersten Platz belegt.

Jana benötigte für die 10km 43:48 Minuten, in der Gesamtwertung bedeutet es Platz 9.



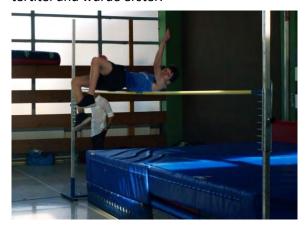
3 Kreismeister bei den KM in Wolfsburg vom VfB-Fallersleben!

Letztes Wochenende am Samstag und Sonntag waren die Kreismeisterschaften im Leistungszentrum Wolfsburg.

Bei den Kindern belegte Lucie Lenz (W10) auf 60m den siebten Platz mit einer Zeit von 10,48s. Außerdem sprang sie 3,44m und belegte damit den fünften Platz.

Gero Redeker (mJ U18) lief 60m in 8,19s und wurde Dritter.

Benno Wiggers (mJ U18) lief die 60m in 7,73s und erreichte den zweiten Platz. Er sprang außerdem 1,50m Hoch und erzielte somit ebenfalls den zweiten Platz. Beim Weitsprung ersprang er sich mit 5,57m den Meistertitel und wurde erster.



Luis Zermeño (mJ U18) wurde bei seinem ersten Wettkampf in Deutschland Kreismeister im Hochsprung mit 1,54m. Außerdem sprang er 5,22m weit und wurde zweiter





Jonas Bengel (mJ U20) wurde beim Kugelstoßen mit 11,68m erster und somit Kreismeister. Gerrit Lehning (mJ U20) stoß die Kugel 10,40m weit und wurde Zweiter.







Erfolgreicher 17. Vorsfelder Stadtlauf mit 7 AK Siegen.



Trotz des regnerischen Wetters war der VfB-Fallersleben mit 15 Leichathleten über die 10km, 5km und 2,5km Strecke sehr gut vertreten und konnte 7 AK Siege einfahren.

Bei den 10km war es gleichzeitig der Start in die Laufcup Wolfsburg-Gifhorn 2015 Saison.

Auf den 10km waren folgende VfB-Athleten unterwegs: männlich:

Frank Balzer mit 36:01Min. Gesamt 7ter, in AK45 erster, Rainer Morgenthal mit 38:45Min. Gesamt 26ter, in AK50 erster, Rudi Schmidt mit 40:44Min. Gesamt 42ter, in AK35 10,

Rudolf Wächter mit 43:30Min. Gesamt 75ter, in AK50 10,
Maximilian Thienel mit 44:51Min.
Gesamt 100ter, in Mj U20 erster,
Karsten Alf mit 53:06Min. Gesamt
197ter, in AK70 zweiter,
Elsner Wolfgang mit 54:32Min. Gesamt 211ter, in AK55 22





weiblich:

Beatrix Deutsch mit 45:42Min gesamt 14te, in AK-W45 6, Gaby, Wieja mit 46:18Min. Gesamt 15te, in AK-W45 7 Karin Manzeck mit 49:52Min. Gesamt 28te, in AK-W55 erste.





Auf der 5km Strecke waren folgende VfB-Athleten unterwegs. männlich:

Felix Kühnel mit 22:46Min. Gesamt 9er, in AK-m 4ter, Silas Paukner mit 24:47Min. Gesamt 11er, in AK-Mj-U14 zweiter,

weiblich:

Lucie Lenz mit 24:46Min gesamt 5te, in AK-WK12 erste.
Auf den 2,5km gab es zwei Starter und 2 AK Siege:
Maurice Gan mit 11:12Min, Gesamt 2te in AK-Mj-U20 erster,
Leif Lenz mit 11:20Min. Gesamt 5ter, in AK-MK-U10 erster.









Ende Wintersaison



Wir haben unsere Wintersaison am 20.03.2015 mit einem Bowlingabend im Strike Wolfsburg beendet. Dazu gab es Fingerfood das zum Allgemeinwohl beitrug. Wir freuen uns alle auf die Sommersaison, die nach den Osterferien anfängt. Nach den Ferien findet das gesamte Training auf dem Sportplatz Windmühlenberg statt.





Frank Balzer gewinnt den 15. Knesebecker Einhornlauf

Der VfB-Fallersleben Leichathletik war mit 7 Leichtathleten beim zweiten Lauf zur Laufcup-Serie erfolgreich verträten.

Bei recht bescheidenen Wetterbedingungen ging es am Sonntag den 29.03.2015 beim 15. Knesebecker Einhornlauf auf dem 10km Kurs im zweiten Lauf der Wolfsburger-Gifhorner Laufserie gut zur Sache.

Frank Balzer wurde mit 36:04min. Gesamtsieger, Rainer Morgenthal hat mit 39:37min. die AK M50 gewonnen und wurde gesamt 10.

Hier alle weiteren Ergebnisse der VfB Fallersleben Leichtathleten: Rudolf Wächter wurde mit 42:04min. gesamt 27, in AK-M50 5, Gaby Wieja wurde mit 46:54min. gesamt 83, in AK-W45 2, Beatrix Deutsch wurde mit 47:24min. gesamt 88, in AK-W45 3, Matthias Harder wurde mit 52:59min. gesamt 147, in AK-M55 13, Eva Capell wurde mit 54:29min. gesamt 164, in AK-W35 5.



April

Werfertag in Edemissen und Waldlauf in Rümmer

Beim Waldlauf in Rümmer am 21.03.2015 und beim Werfertag in Edemissen am 22.03.2015 waren unsere Athleten gut vertreten und erzielten erfreuliche Leistungen.

Bei den letzten Wettkämpfen vor den Osterferien gingen die Athleten des VfB Fallersleben bei dem Waldlauf in Rümmer, am 21.03.2015, und beim Werfertag in Edemissen, am 22.03.2015, an den Start. Bei dem Waldlauf in Rümmer wurde Lucie Lenz (WK U12) über eine Distanz von 800m Vierte in einer Zeit von 3:40,7min. Leif Lenz (MK U10) wurde ebenfalls über 800m Zweiter in 3:36,9min. Über die Distanz von 2,5km wurde Michel Badziong (MJ U18/20) Zweiter in einer Zeit von 10:20,0min. Erster wurde Gero Redeker (MJ U18/20) in einer Zeit von 10:02,0min.









Bei dem Werfertag wurde Phil Grolla (M14) beim Kugelstoßen Erster mit 10,79m und beim Diskuswurf ebenfalls Erster mit 32,09m. In der Altersklasse der MJ U20 wurde beim Kugelstoßen Jonas Bengel Zweiter mit 11,29m und Gerrit Lehning Dritter mit 10,00m.





Bezirksmeisterschaften Straßenlauf

Am letzten Samstag waren im Harz an der Okertalsperre die Bezirksmeisterschaften Straßenlauf.

Frank Balzer absolvierte die 10km in 35:55min und wurde Zweiter.

Gero Redeker lief ebenfalls die 10km und wurde in einer Zeit von 46:49min sechster.

Rainer Morgentahl und Jens Thies absolvierten den Halbmarathon.

Rainer wurde mit einer Zeit von 1:26:53std zweiter.

Jens erreichte mit 1:33:15std den dritten Platz.



Außerdem war das Wetter nahezu perfekt, die Sonne schien und man hatte beim Laufen eine schöne Aussicht auf die Landschaft.



4 VfB Athleten waren beim Tangermünder Elbdeich Marathon dabei

Am 12.04.2015 waren 4 VfB Athleten bei dem 8. Tangermünder Elbdeich Marathon am Start. Es ging für alle 4 durch die schöne Elblandschaft und auf einer einzigartigen naturbelassenen Strecke auf die Halbmarathon Distanz, mit folgenden Ergebnissen:



Gaby Wieja hat mit 1:41:20h den 9 Platz und in der AK W45 den 2 Platz belegt,

Haike Grolla hat mit 1:54:29h den 45 Platz und in der AK W50 den 5 Platz belegt,

Josef Flagge hat mit 2:11:17h den 493 Platz und in der AK M60 den 24 Platz belegt,

Rita Flagge hat mit 2:17:18h den 142 Platz und in der AK W55 den 12 Platz belegt.

Perfektes Jubiläum für den Hannover-Marathon mit 2 top VfB Ergebnissen

Temperaturen von knapp unter 10 Grad Celsius, zunächst bedeckter Himmel und so gut wie kein Wind bedeuteten sehr gute Bedingungen. Entsprechend schnell waren auch unsere 2 VfB Starter unterwegs.

Auf der Halbmarathon Distanz hat Karin Manzeck mit 1:43:37h die AK50 Wertung gewonnen, Gesamt wurde sie 153.

Frank Balzer ging bei dem Marathon Wettbewerb ins Rennen und hat mit 2:43:54h den dritten Platz in der AK45 geholt, gesamt bedeutet es Platz 26.



Kreismeisterschaften Langstrecke Wolfsburg-Vorsfelde

Am 24.04.2015 fanden die Kreismeisterschaften Langstrecke Wolfsburg-Vorsfelde im Eichholzstadion statt. Die Athleten des VfB-Fallersleben erliefen sich stets den ersten Platz und wurden somit Kreismeister. Allen voran lief Leif Lenz (M8) über 800m eine Zeit von 3:20,40. Lucie Lenz (W12) erzielte eine Zeit von 8:34,49 über 2000m. Über die 5000m lief Frank Balzer 17:19,70.





Mai

Saisoneröffnung 2016!

Am Donnerstag den 01.05. haben wir die Saison mit einem Angrillen eröffnet. Der Nachmittag gestaltete sich mit Spielen für die Kindern und Jugendlichen. Anschließend saßen wir gemütlich zusammen und haben gemeinsam gegrillt. Nach dem Essen haben wir nochmals mit den Kindern ein bisschen gespielt während die Erwachsenen sich unterhielten. Es war ein guter ausgeklungener Tag der einen guten Start in die neue Saison erhofft.





VFB-Fallerslebener Athleten nehmen erfolgreich an den Kreismeisterschaften teil

Im 100 Meter-Sprint schaffte es Maurice Gau auf den 1. Platz der männlichen Jugend U20, mit einer Siegerzeit von 13,28 Sekunden. Benno Wiggers lief mit einer Zeit von 12,19 Sekunden auf den zweiten Platz der männlichen Jugend U18 und Gero Redeker kam mit einer Zeit von 12,90 Sekunden direkt hinter ihm in das Ziel. Felix Kühne schaffte es in der Altersgruppe der Männer (M20) mit 13,29

Sekunden auf den vierten Platz.



Auch im 200 Meter-Sprint waren die Athleten vertreten. Benno Wiggers schaffte es auch hier auf den 2. Platz mit einer Zeit von 25,09 Sekunden und auch hier kam Gero Redeker wieder direkt hinter ihm ins Ziel gelaufen. Er schaffte es mit 26,07 Sekunden auf den dritten Platz der männlichen Jugend U18. Felix Kühne lief mit einer Zeit 27,60 Sekunden auch wieder auf den Vierten Platz der Männer(M20).

Im Hochsprung schafften Maurice Gau und Benno Wiggers beide eine Höhe von 1,52 Meter und beide sprangen damit auf den jeweils ersten Platz der männlichen Jugend U20 und U18.

Felix Kühne sprang mit 4,25 Metern im Weitsprung auf den ersten Platz der Männer (M20).

Den ersten Platz lief Gero Redeker bei der männlichen Jugend U18 in den 800 Meter-Lauf mit einer Siegerzeit von 2:23,22 Minuten und Felix Kühne bei den Männern(M20) im 400 Meter- Lauf in 63,31 Sekunden.





VfB Leichtathleten beim 21. Allerlauf

Beim 21. Allerlauf am 01.05.2015 passte vieles zusammen, die Wetterbedingungen konnten nicht besser sein und so waren unsere VfB Leichtathleten in allen 3 Wettbewerben, (400m, 3.000m und 10.000m) zahlreich vertreten und haben in der Breite gute Ergebnisse eingefahren.

Erfreulich war auch das 10km Debüt von Rainer Thienel, das er mit 51:33min. gefinisht hat.



400m

Leif Lenz mit 1:10min., Gesamt 11 in AK 8-9M = 1 Lucie Lenz mit 1:15min., Gesamt 19 in AK1 0-11W = 5

Merle Towara mit 1:19min., Gesamt 24 in AK 10-11W = 6

3.000m

Nicklas Towara mit 13:34min., Gesamt 11 in AK U16M = 3

Lucie Lenz mit 13:52min., Gesamt 12 in AK U12W = 1

Leif Lenz mit 13:56min., Gesamt 13 in AK U10M = 1

Silas Paukner mit 13:59min., Gesamt 15 in AK U14M = 4

Yvonne Towara mit 16:11min., Gesamt 23 in AK W40 = 1







10.000m

Frank Balzer mit 35:29min., Gesamt 3 in AK M45 = 1
Rainer Morgenthal mit 39.01min., Gesamt 22 in AK M50 = 1
Maximilian Thienel mit 42:43min., Gesamt 73 in AK U20M = 3
Roland Taubert mit 43:09min., Gesamt 84 in AK M60 = 4
Daniel Barbor mit 44:50min., Gesamt = 109 in AK M35 = 16
Jörg Pauls mit 45:03min., Gesamt 115 in AK M30 = 6
Gaby Wieja mit 46:13min., Gesamt 131 in AK W45 = 5
Beatrix Deutsch mit 46:22min., Gesamt 134 in AK W45 = 6
Matthias Harder mit 51:22min., Gesamt 220 in AK M55 = 12
Rainer Thienel mit 51:33min., Gesamt 227 in AK M55 = 13
Eva Capell mit 52:44min., Gesamt 245 in AK W35 = 6
Sandra Lenz mit 54:47min., Gesamt 271 in AK W35 = 8
Josef Flagge mit 56:36min., Gesamt 295 in AK M60 = 13
Rita Flagge mit 61:52min., Gesamt 335 in AK W55 = 2
Detlef Berg mit 66:21min., Gesamt 350 in AK M50 = 28



Rund 40 Sportler beim Sportabzeichenauftakt 2015 dabei



Am 05.05.2016 fand der Auftakt zur Sportabzeichensaison 2015 bei bestem Wetter statt. Nach einer gemeinsamen Erwärmung ging es an die Stationen

Zu Beginn begrüßte Dieter Hepe die Anwensenden Sportler und ging kurz auf die Neuerungen beim Sportabzeichen im Jahr 2015 ein. Auch erwähnte er, dass auch in dies em Jahr keine Gebühren vom VfB erhoben werden.

Anschließend übernahm Antje Burmeister aus dem FIT das Auf-

wärmen. Zu heißen Rhythmen wurde die Erwärmung ein bisschen anders durchgeführt. Auch unser FOXI nahm dabei teil.

Anschließend ging es an die Stationen um für die einzelnen Übungen zu trainieren. Auch wurden schon die ersten Abnahmen erfolgreich absolviert.

Zum Ausklang des Abends gab es noch ein gemeinsames Grillen mit kühlen Getränken am Leichtathletikraum hinter der Tribüne. Bewirtet wurden die Sportler von den Abnehmern aus der eigenen Jugend.

Die Abnahmen finden ab jetzt wieder jeden Montag ab 18 Uhr im Stadion am Windmühlenberg statt. Die besonderen Termine für Turnen, Schwimmen oder Rad sind unter Sportabzeichen oder im Kalender zu finden.





34. Dieter Möhring Sportfest

Dieser Samstag sah eher trist, regnerisch und windig aus. Trotzdem konnten unsere Athleten eine gute Leistung erzielen und sich gut auf die BM einstimmen.



Bei der Männlichen Jugend U18 lief Gero Redeker über die 100m 12,96s und wurdee Zweiter. Josef Reichelt wurde Dritter in einer Zeit von 13,34s. Über die 400m wurde Gero Redeker Erster in 59,41s. Josef Reichelt wurde ebenfalls über die 400m Vierter in 65,32s.

Bei der Männlichen Jugend U20 lief Maximilian Thienel 12,60s über 100m und wurde Erster. Philipp Ebel lief 13,18s und wurde Zweiter. Beim Hochsprung der MJ U20 wurde Malte Ludewig Erster mit 1,54m und Maurice Gau wurde Zweiter mit 1,48m. Malte Ludewig wurde ebenso beim Weitsprung Erster mit 5,26m. Beim Kugelstoßen wurde Jonas Bengel Erster mit 11,47 und Gerrit Lehning Zweiter mit 10,24m.





Bezirksmeisterschaft in Rünningen

Am letzten Wochenende haben die Vfb-Athleten in Rüningen erfolgreich an den Bezirksmeisterschaften teilgenommen.

Auf 800 Meter lief Gero Redeker eine Zeit von 2:21,56 Minuten und somit auf den 8. Platz der männlichen Jugend U18. Michel Badziong kam nach 2:23,53 Minuten ins Ziel und belegte damit den 9. Platz.

Benno Wiggers schaffte es im 200-Metersprint mit einer Zeit von 24,89 Sekunden auf den 4. Platz der männlichen Jugend U18.



Im 100-Metersprint belegte Philipp Ebel den 5. Platz als er nach 13,11 Sekunden die Ziellinie überquerte, Maximilian Thienel kam bereits nach 12,31 Sekunden ins Ziel und schaffte es somit auf den 3. Platz der männlichen Jugend U20. Bei den Männern lief Felix Kühne eine Zeit von 13:55 Sekunden und belegte mit dieser den 8. Platz.

Auch im 400-Metersprint lief Felix Kühne mit und schaffte es hier mit 63,98 Sekunden auf den 10. Platz.

Ebenfalls bei den Männern lief Frank Balzer im 5000-Meterlauf in 16:48,46 Minuten auf den 2. Platz.

Im Weitsprung belegte Maurice Gau in der männlichen Jugend U20 den 3. Platz, indem er 4,80 Meter weit sprang. Benno Wiggers belegte in der männlichen Jugend U18 mit 5,28 Metern den 7. Platz.

In der Disziplin des Kugelstoßens belegte Jonas Bengel den 3. Platz der männlichen Jugend U20 mit einer Weite von 11,18 Metern. Gerrit Lehning stoß sich auf den 4. Platz mit einer Weite von 10,48 Metern.

Die 4x100-Meter-Staffel des Vfbs in der männlichen Jugend U20 lief mit 48,67 Metern auf den ersten Platz ihrer Altersgruppe.







Sparkassenmeeting 2015 in Hannover

Trotz des teilweise regnerischen Wetters konnten unsere Athleten akzeptable Ergebnisse erzielen und an ihren persönlichen Bestleistungen "kratzen".

Am 30.05.2015 fand das "Sparkassenmeeting 2015" in Hannover statt. Wie jedes Jahr treffen sich dort viele Sportler aus dem Umkreis Hannover, um gegeneinander anzutreten. Somit ist es vielen Athleten möglich neue Bestzeiten zu laufen, da es eine starke Konkurrenz gibt. Jedoch spielte das Wetter an diesem Tag nicht ganz mit, so, dass es ab und zu Starkregen gab, was für die Athleten ziemlich leistungssenkend war.



Bei der Männlichen Jugend U20 lief Philipp Ebel die 100m in 13,18s. Malte Ludewig, ebenfalls MJ U20, wurde beim Weitsprung Fünfter mit 5,31m und beim Speerwurf Erster mit 33,16m. Bei der Männlichen Jugend U18 lief Gero Redeker die 200m in 25,40s und wurde hierbei Dritter. Die 100m absolvierte er in 12,62s. Bei den 800m wurde Gero Redeker Achter in 2:14,79 und Michel Badziong Zehnter in 2:17,65 und verbesserte somit seine Persönliche Bestleistung um 4 Sekunden.







Juni

Ein Team, ein Ziel -XLETIXS Challenge Berlin!

Bei der XLETIX Challenge muss man als Team einen Extrem-Hindernislauf absolvieren! So machten sich drei Junge Fallerslebener Athleten auf den Weg nach Berlin, um dieser Aufgabe nachzugehen.



Ein Team, ein Ziel -EXLETIXS Challenge Berlin-; drei Fallerslebener Leichtathleten waren dabei!

Unter dem Motto "Ein Team, ein Ziel" traten drei Leichtathleten aus Fallersleben bei der XLETIXS Challenge Berlin im Offroad Park Berlin-Brandenburg Ende Mai 2015 an. Jörg Pauls u. Maximilian Thienel (VFB Fallersleben) sowie Louis Hellmuth (ASP Apulien-Wolfsburg) bildeten das kleine Team, das nach ca. 2 kraftzerrenden Stunden ein erfolgreiches "Challenge completed" empfangen durften. Innerhalb dieser Zeit waren mehr als 12 Laufkilometer und über 25 Hindernisse zu überwinden. Alles begann mit einem sandigen Berglauf (HILARIOUS HILL) und danach ging es gleich in den Eiscontainer (Freak Froster). Kurz vor dem Ende erforderte die "Beasty Balance" nochmals volle Konzentration und Kraft. Viele Hindernisse waren nur im Team zu bewältigen, aber neben Teamwork waren immer wieder Willensstärke, Mut, Kraft und natürlich auch Spaß bei den einzelnen Hindernissen gefragt. Im Ziel stand fest: Die Teamarbeit hat sich bewährt; Challenge completed!



Zwei Meistertitel für unsere Athleten

Die Teilnahme an den Nordostdeutschen Meisterschaften der Behinderten am 6.6. und an dem Bezirksoffenem Läufer und Werferabend am 10.6. war für den VfB Fallersleben ein großer Erfolg.

Felix Kühne wurde bei den Nordostdeutschen Meisterschaften der Behinderten im 400m Lauf in einer Zeit von 1:05,02min Meister. Außerdem ersprang er sich im Weitsprung mit einer Weite von 4,48m auf den dritten Platz. Bei den 200m Läufen wurde er mit 27,23s vierter. Bei den 100m Läufen war er auch am Start und wurde mit 13,20s siebter.

Phil Grolla wurde bei dem Bezirksoffenem Läufer und Werferabend beim Kugelstoßen mit 10,65m Meister und beim Diskuswerfen mit 34,47m dritter.



Über 100 Athleten trotzen dem Regen beim 20. Sportfest

Am gestrigen Samstag fand auf der Bezirkssportanlage in Fallersleben das 20. Hoffmann-von-Fallersleben Sportfest statt. Es waren 116 Sportler aus 15 Vereinen am Start. Bei sehr wechselhaften witterungsbedingungen mit einigen Regenschauern maßen sie sich im Drei-, Vierkampf und Staffeln.

Über 20 Helfer aus der Leichtathletiksparte waren vor Ort im Einsatz, um für einen reibungslosen Ablauf zu sorgen. Auch die Zeitmessanlage vom Kreis Wolfsburg war im Einsatz. Für den Sanitäts-



dienst sorgte wie jedes Jahr die Malteser Wolfsburg. Zum ersten mal wurden auch die Kreismeisterschaften Gifhorn und Wolfsburg mit ausgerichtet. Alles verlief weitgehend Reibungslos.



Als Belohnung nach Abschluss der Wettkämpfe gab es für alle Teilnehmer Urkunden und eine Süßigkeit von FOXI. Platz zwei und drei zusätzlich Medaillen und der Sieger einen Pokal. Die Pokale, Urkunden und Medaillen wurden Bengel-Haus gesponsert.







Felix Kühne stark bei den IDM der Menschen mit Behinderung

Unser Athlet Felix Kühne reiste vom 19.-21.06.2015 nach Berlin um sich dort unter vielen Athleten zu beweisen. Er erzielte gute Leistungen und platzierte sich weit oben in den Bestenlisten.

Die Internationalen Deutschen Meisterschaften Leichtathletik (IDM) der Menschen mit Behinderung fanden vom 19.-21.06.2015 statt, und lockte die Leichtathletikelite zum 4. Mal in Folge in die Hauptstadt Berlin. Insgesamt waren von Freitag bis Sonntag 544 Sportlerinnen und Sportler aus 38 Nationen im Friedrich-Ludwig-Jahn-Sportpark am Start.

Unser Athlet Felix Kühne trat bei der Disziplin 100m Sprint an den Start und wurde Siebter in 13,79s. Über die 400m wurde er Fünfter in 63,12s. Bei den 200m Sprint wurde er Siebter in 28,39s. Bei seiner letzten Disziplin, dem Weitsprung, wurde er ebenfalls Siebter mit 4,37m in seinem besten Sprung.

Kanutour der VfB-Athleten 2015

Wie jedes Jahr erwarten die Athleten die alljährige Kanutour. Dabei steht nicht das Paddeln im Vordergrund, sondern vor allem das viele unfreiwillige Schwimmen und Essen.

Endlich war es wieder soweit. Die alljährliche Kanutour stand an und 17 tapfere Paddler trafen sich am 27.06.2015 früh morgens um 9.30 an dem Schulzentrum in Fallersleben. Von dort aus ging es per Auto zu der gewohnten Einstiegsstelle in der Nähe von Osloß. Wie eigentlich jedes Jahr war das Wetter mäßig bis sehr schlecht.

Trotz fehlender Sonne wurden die Schwimmwesten angezogen und die Boote zu Wasser zu gelassen. Nach nur gefühlten 10 Minuten lagen die ersten Paddler im Wasser. Von dort an ging es steil Berg nass. Alle 3 Minuten kam es zu mysteriösen "Vorfällen" bei denen mindestens 2 Boote umkippten. Aufgrund dieser "Vorfälle" kam die Karawane nur sehr schleppend zu ihrem ersten Etappenziel und damit auch der wohl verdienten Essenpause.





VfB FALLERSLEBEN



Nach einer kräftigen Stärkung und Trocknung einiger Kleidungsstücke machten wir uns auf, um den zweiten Teil der Tour zu meistern. Unglücklicherweise wurde das Wetter zunehmend schlechter. Kräftige Regenschauer zwangen die tapferen Paddler fast zur Aufgabe ihrer Tour.

Im Endeffekt setzte sich unser Siegeswille durch und wir beendeten die Tour wie gewohnt an der üblichen Ausstiegsstelle. Bemerkenswert war unsere Fahrzeit auf Wasser, welche dieses Jahr rekordverdächtig lange betrug. Trotz allem war es wieder einmal ein sehr schönes Erlebnis und wir hoffen, dass nächstes Jahr nochmal die meisten Teilnehmer antreten werden.







Juli

VfB startet bei den Landesmeisterschaften der U18 in Verden

Trotz schwankendem Wetter und anderen Problemen gingen die Athleten an den Start

An diesem Wochenende starteten die Athleten des VfB Fallersleben bei den Landesmeisterschaften der U18 in Verden. Dabei trotzten sie am Samstag Temperaturen von 37 Grad, während Sonntag mit der erhöhten Luftfeuchtigkeit gekämpft werden musste.

Am Samstag sprintete Benno Wiggers mit 11,92 Sekunden über 100 Meter auf den 20. Platz und somit eine neue persönliche Bestleistung.

Gero Redeker lief im 800 Meterlauf mit 2:12,86 Minuten knapp hinter seine persönliche Bestzeit und auf den 17. Platz

Die 4x100 Meter Staffel, welche aus Josef Reichelt, Benno Wiggers, Gero Redeker und Phil Grolla bestand, erreichte zwar nach 47,9 Se-



kunden das Ziel, wurde aber aufgrund eines zu frühen ersten Wechsels disqualifiziert.



Benno Wiggers hatte am Sonntag wegen des Wetters und der Ermüdung vom Vortag Probleme mit dem Weitsprung und sprang mit 5,20 Meter auf den 18. Platz.

Gero Redeker konnte aufgrund derselben Probleme und Schmerzen im Fuß, die er sich am Vortag zuzog, nicht an den 1500 Meterläufen teilnehmen, musste sich deshalb also abmelden.







VfB Fallersleben nimmt erfolgreich an den Landesmeisterschaften der U16 und U20 Teil

Dieses Wochenende fanden die Landesmeisterschaften der Alterklassen U16 und U20 in Celle statt, an der die Athleten des VfB Fallersleben teilnahmen.

Am Samstag, dem 11.07.15, schaffte es Phil Grolla, mit einer Verbesserung seiner persönlichen Bestzeit auf 12,53 Sekunden im Zwischenlauf, in das Finale der 100 Metersprints der Alterklasse U16. Dort belegte er mit einer Zeit von 12, 83 Sekunden den 6. Platz.

Nach seinem Zieleinlauf konnte er dann sich gleich im Kugelstoßen weiter mit seiner Altersklasse messen und schaffte es hier mit einer Stoßweite von 10,54 Metern auf den 10. Platz.





Michel Badziong schaffte es in der gleichen Altersklasse im 800 Meterlauf mit seinem Zieleinlauf nach 2:17,13 Minuten und damit neuen persönlichen Bestleistung auf den 16. Platz.

Die U20 Staffel des VfB's über 4 mal 100 Meter, welche aus Benno Wiggers, Gero Redeker, Maximilian Thienel und Malte Ludewig bestand, lief mit einem neuem Vereinsrekord und einer Zeit von 46,91 Sekunden auf den 4. Platz.

Am Sonntag, dem 12.07.15 startete Phil Grolla dann noch einmal im Dikuswurf der U16 und erkämpfte sich dort mit 39,76 Metern den Vizetitel.

Insgesamt haben die Athleten des VfB Fallersleben damit 2015 eine gute Leistung abgelegt, die sie im Rest des Jahres natürlich zu verbessern versuchen, mit der sie sich aber durchaus gut präsentiert haben.





Erfolgreicher 13. Staffelmarathon

Am 12.07 waren wir wie jedes Jahr beim Staffelmarathon. Es wurde eine 10Km Staffel für die Kinder und Schüler und eine 42,2km Staffel für die Erwachsenen angeboten. Es liefen 76 Erwachsenen-, 12 Schüler- und 15 Kinderstaffeln. Das Wetter war während unserer Staffeln warm und sonnig. Von uns liefen zwei Erwachsenen Staffeln, eine Schüler Staffel und eine Kinder Staffel.



Bei unseren FOXI-Kids, der Kinderstaffel, war Leif Lenz Startläufer, danach liefen Fenja Zilich, Diego Iguacel-Capell, Daniel Iguacel-Capell und Just Waren. Damit belegte unsere Kids Staffel, mit 47:39,2 min, den vierten Platz.

Unsere Schülerstaffel "FOXI-Speeders", bestehend aus Nele Pult, Silas Paukner, Mailin Zilich, Svea Hellmuth und erneut Nele Pult, erzielte in einer Zeit von 42:41,4min den sechsten Platz.

Die Staffel der Erwachsenen, bestehend aus unserer Jugend und den Erwachsenen, die "VfB Sprin-

ter", erzielte den 7. Platz in einer Zeit von 02:55:14,6 std. Die Läufer waren Gaby Wieja, Daniel Treutler, Daniel Babor, Maximilian Thienel, Axel Heinrich, Sandra Lenz, Benno Wiggers, Gero Redeker, Michel Badziong und Frank Balzer.

Unsere zweite Erwachsenenstaffel, die "VFB Runners", mit den Läufern Wolf-Dieter Hartmann, Nina Kaiser, Matthias Harder, Michael Drossmann, Felix Kühne, Kathrin Hartmann, Rainer Thienel, Marion Rusch-Thienel und Daniel Lenz, erzielten den 47.Platz mit einer Zeit von 03:35:13,2 std.





2. Stick & Stone Run in Barum; Maximilian Thienel wird 6. über 12 Kilometer

Einer unserer Athleten wagte sich zum 2. Barumer Stick & Stone Run bei extremen Temperaturen und konnte dabei sogar einen guten Platz erreichen!



Trotz extreme Hitze wagten sich am 04.07. beim 2. Barumer Stick & Stone Run über 150 Teilnehmer auf die Laufstrecken über 4, 8 und 12 Kilometer. Maximilian Thienel wird in 1:02:48 Stunden guter sechster über 12 Kilometer. Selbst die Durchquerung von Nessis Wohnzimmer, dem Barumer Dorfteich, brachte keine wirkliche Abkühlung. Denn danach ging es gleich über den Timber Truck, einem Langholz Truck, der überklettert werden musste. Insgesamt standen pro Runde (4 Kilometer) 11 Hindernisse auf der Laufstrecke, die über Feldwege und Wiesen ging.



14. Windmühlenberglauf in Fallersleben

Am Sonntag, den 19. Juli, veranstalteten wir Leichtathleten unterstützt von der Firma REWE unter widrigen Bedingungen zum 14. Mal unseren Windmühlenberglauf.

Trotz Dauerregens nahmen am 10km-Lauf, der im Rahmen des Laufcups und als Wertungslauf für das Laufsparbuch ausgetragen wurde, 208 Läuferinnen und Läufer teil.

Es gewann bei den Männern Louis Hellmuth in 36:31 min vor Dennis Gerdau (36:40 min) und Lukas Meier (36:56 min). Schnellste Frau war wieder Miriam Hermann in 38:16 gefolgt von Ines Roessler (42:39 min) und Claudia Parschau (42:50 min).





Beim anschließenden 2.5km-Lauf nahmen 28 Schüler und Jugendliche teil.

Hier siegten Nicklas Towara in 10:05 min und Nele Pult in 10:30 min, beide vom VfB Fallersleben. Die weiteren Plätze belegten Jason-Lee Quandt und Marek Olschowsky sowie Lucie Lenz und Mailin Zilich.





Am Schluss noch ein großes Dankeschön an die Helfer an der Strecke und im Stadion und für die vielen, leckeren Kuchenspenden!

Gute Resonanz beim 6. Abendsportfest

Gestern Abend fand die sechste Auflage unseres Abendsportfestes statt. Insgesamt 45 Athleten aus 19 Vereinen nahmen bei gutem Sprinterwetter (warm und Rückenwind) über 100m, 200m, 400m, 4x100m, 3000m und Stundenlauf teil.

Neben den regionalen Startern aus Braunschweig, Helmstedt, Wolfsburg und uns, waren auch Athleten aus Berlin am Start. Ein Athlet, der derzeit in Wolfsburg gastiert, kam sogar aus der Schweiz.

Herausragend war die Leistung von Thomas Ruminski im Stundenlauf, der mit 16.408m einen neuen Landesrekord der M55 aufstellte. Eine weitere gute Leistung zeigte Magnus Bunar (U18) vom VfL Wolfsburg über 200m mit 22,93s (neue PB, erstmals unter 23s), Maximilian Thienel (U20) stellte über 200m einen neuen Vereinsrekord mit 24,79s auf.





Von uns waren folgende Athleten am Start:

Phil Grolla (mJ U16): 100m, 1., 13,21s

Josef Reichelt (mJ U18): 100m, 2., 12,79s

Jan Grolla (mJ U20): 100m, 1., 12,28s

Maximilian Thienel (mJ U20): 100m, 2., 12,34s; 200m, 1., 24,79s

Felix Kühne (Männer): 100m, 8., 13,52s; 200m, 6., 27,82s; 400m, 9., 65,59s



DLV-Jugendlager 22.-27.7.2015 in Nürnberg

Zum Anlass der 115. Deutschen Meisterschaften in Nürnberg fand auch dieses Jahr ein DLV Jugendlager statt.

Den Begrüßungsabend verbrachten alle 67 Teilnehmer aus den 17 Landesverbänden, sowie die 7 Betreuer mit kleinen Spielen, um die Namen zu lernen. Zudem musste sich jeder in den einzelnen Landesverbänden vorstellen.

Am nächsten Morgen fuhren wir alle zur Eliteschule-Berthold Brecht Schule, um dort mit den Landestrainern zu



trainieren. Dort konnten wir uns in Wurf-, Sprint-, Lauf- oder Sprungtraining zuordnen. Benno hat beim Sprinttraining mitgemacht und Gero beim Lauftraining. Danach haben wir in der Schule zu Mittag gegessen und sind zurück zur Jugendherberge gefahren. Diese lag über der Altstadt, wodurch wir jedes Mal den "geliebten" Berg hochgehen mussten. Doppeltes Training… dafür war die Aussicht aus den Fenstern echt schön.

Nach einer kurzen Mittagspause ging es mit der Lager-Olympiade weiter, wo es darum ging kleine Aufgaben in spielerischer Form in seiner Gruppe zu lösen und dabei schneller oder besser als die anderen Gruppen zu sein. Dabei war auch das Jugendmaskottchen Jule, über die wir uns alle sehr gefreut haben. Nach der Olympiade überlegten wir uns gemeinsam Schlachtrufe zum Anfeuern.

"Gib mir ein D!" "D!" "Gib mir ein L!" "L!" "Gib mir ein V!" "V!" "Wer sind wir?!" "DLV!" "Wer sind wir?!" "DLV!" "Und was sind wir?!" "ein Team!" "was sind wir!?" "Ein Team!" "WAS SIND WIR!?" "EIN TEAM!"



Nach dem Abendessen gab es einen Doping-Präventions Vortrag von der Jugendbotschafterin Verena Lang und Irene Basten von der NADA (Nationale Anti Doping Agentur).

Am darauffolgenden Tag gab es eine freiwillige Trainingseinheit, die viele nutzten. Die Anderen konnten bei gutem Wetter ins Schwimmbad gehen oder haben bei den Vorbereitungen für den Weitsprung in der Innenstadt helfen. Um 17 Uhr haben wir uns dann alle beim Weitsprung getroffen und haben gewartet, bis wir endlich in den Fanblock konnten. Wo wir dann auch ordentlich Krach gemacht und die Athleten angefeuert haben. Da wir alle ein knallgrünes "Jugendlager 2015" T-Shirt anhatten, konnte man uns auch nicht übersehen. Nach dem Wettkampf folgten noch Fotos mit den Athleten und wir holten uns Autogramme. Wir waren alle sehr aufgeregt, als wir so dicht bei den Sportlern standen.



Am Samstag ging es um 08:45 Uhr los zum Grundig Stadion. Dort hatten wir von unseren Sitzplätzen eine gute Sicht auf die Stabhochsprunganlage. Natürlich haben wir uns auch mal zum Diskusring oder zum 100m Start gesetzt, um auch dort die Athleten gut anzufeuern.



Danach hatten wir den Athletentalk mit Weitspringerin Lena Malkus, die am Tag zuvor Deutsche Meisterin geworden ist und mit der Vize-Meisterin im Stabhochsprung, Martina Strutz. Wir konnten ihnen alle Fragen stellen, die uns auf den Zungen brannten, welche ehrlich beantwortet wurden.

Sonntagmorgen stand das lang ersehnte Training mit den Bundestrainern an, wo wir uns wieder in die verschiedenen Disziplinen aufteilten und viele hilfreiche Tipps bekamen.

Ab Mittag waren wir beim Tag II der Deutschen Meisterschaft, wo wir wieder alle Athleten laut angefeuert haben. Manche von uns konnten schon nicht mehr so viel anfeuern, da sie schon heiser waren. Dafür klatschten wir umso lauter. Eine Athletin aus unserem Jugendlager ist bei der 4x400m Staffel gestartet, wo wir dann doch wieder alle laut anfeuern konnten.



Das Jugendlager ließen wir an unserem letzten Abend mit kleinen Spielen ausklingen. Da eine Athletin Geburtstag hatte wurde noch gesungen und Kuchen gegessen. Zudem hatte auch noch ein Betreuer am nächsten Tag Geburtstag, weswegen wir alle länger wach blieben, um ihm pünktlich um 0 Uhr zu gratulieren.

Nach wenig Schlaf war das Jugendlager auch schon vorbei. Leider! Es hat uns allen sehr gefallen und wir waren traurig, dass wir jetzt alle wieder zurück fahren mussten. Teilweise konnten wir uns nur schwer voneinander trennen.

Die Woche wird uns aber allen noch lange in Erinnerung bleiben, da es eine tolle Erfahrung war und man neue Freundschaften geschlossen hatte. Das Zugucken als auch das Training bei den Deutschen Meisterschaften war etwas Besonderes! Leider können Benno und Gero nächstes Jahr nicht mehr mitmachen, da wir dann zu alt sind. Aber wir können es nur weiterempfehlen, da es uns riesigen Spaß gemacht hat.





August

Sommerfreizeit in Dänemark!

16 urlaubsreife Athleten wagten sich wie jedes Jahr in das wunderschöne Königreich Dänemark, wo sie nicht nur von Sonne und Strand empfangen wurden, sondern auch viele weitere Sachen erlebt haben!

Auch in dem Jahr 2015 durfte, wie in den vergangenen Jahren, die Dänemarkfreizeit der Leichtathletiksparte des VFB Fallersleben nicht fehlen. Mit einem Bulli und einem Crafter der Volkswagen Sportförderung ging es für eine Woche nach Verderso Klit. Für die 16 Teilnehmer stand in dieser Woche in erster Linie das Relaxen und Entspannen am Strand meist gutem Wetter im Vordergrund. Außerdem wurde das Legoland, welches seinen Ursprung in Dänemark hat, besucht und es wurde Laser Tag gespielt. Die Abende verbrachten wir mit Gesellschaftsspielen bzw. der eine oder andere Film wurde geschaut. Wie in Dänemark üblich stand "Selberkochen" auf dem Plan und nur das Nötigste wurde im nahegelegenen Supermarkt gekauft. Insgesamt kann man sagen, dass Dänemark 2015 wieder ein großer Spaß war und sich alle auf das nächste Jahr freuen, wenn es heißt "Dänemark 2016 wir kommen !!!".



Pressemappe 2015 – Jugend : August



"Wie jedes Jahr ging es wieder zur Sommerferizeit nach Dänemark. Am 23. August ging es um 7:00 los für eine Woche nach Verderso Klit. In diesem Jahr waren es 16 Teilnehmer (Sven Jäckel, Jan Decker, Sebastian Fischer, Felix Kühne, Malte Ludewig, Jonas Bengel, Maximilian Thienel, Philipp Ebel, Maurice Gau, Gero Redeker, Benno Wiggers, Josef Reichelt, Michel Badziong, Niklas Bengel, Silas Paukner, Niklas Werner), so dass zu dem Crafter noch ein zusätzlicher Bulli, beides gestellt von der VW Sportkommunikation, benötigt wurde. In diesem Jahr herrschte durchwachsenes Wetter, so dass nur wenige Tage in der warmen Nordseee gebadet werden konnte. Dafür gab es genug Rahmenprogramm. Zum Kochen und Tagebuch wurde die Gruppe in vier Teams eingeteilt (Gruppe 1: Maxi, Malte, Michel, Maurice; Gruppe 2: Jonas, Sven, Niklas B, Felix; Gruppe 3: Jan, Basti, Niklas W, Silas; Gruppe 4: Benno, Gero, Josef, Philipp)."













Pressemappe 2015 – Jugend : September



September

VfB besucht ISTAF

Am Sonntag den 06.09 haben unsere Athleten das Internationale Stadionfest, kurz ISTAF, besucht. Treffen war um 12:00 Uhr am Hauptbahnhof, und von dort ging es per Zug innerhalb einer Stunde zum Olympiastadion.

Am Sonntag den 06.09 haben unsere Athleten das Internationale Stadionfest, kurz ISTAF, besucht. Treffen war um 12:00 Uhr am Hauptbahnhof, und von dort ging es per Zug innerhalb einer Stunde zum Olympiastadion.



Bei zunächst nicht allzu gutem Wetter konnte dann das Speerwerfen der Frauen genossen werden, wobei es dann auch richtig zu schütten anfing. Kein Problem für unsere Athleten, denn deren Plätze waren überdacht.



Doch während die 16x50 Meter-Kinderstaffeln angeschaut werden konnten, kam nach und nach dann doch auch die Sonne heraus. Bei lustigen kleinen Wettspielen und vielem Bestaunen der Athleten und Athletinnen, konnte die Gruppe sich besonders am Weitsprung der Frauen ergötzen, denn dieser fand direkt vor ihren Plätzen statt, sie hatten also fast freie Sicht auf Anlauf und Sprung.

Beim Stabhochsprung hatten teilnehmende Athleten allerdings einige Probleme, da dort so viel Wind herrschte, dass ein sauberer Sprung leider nicht sehr einfach war. Dadurch war die sonst so spektakuläre Disziplin nicht ganz so spektakulär anzusehen, zum Leid unserer VfB-Zuschauer.

Trotz Sonne war es immer noch recht kalt, doch ließen es sich unser Athleten es nicht nehmen auch die 100m Sprints der Männer anzusehen, welche ganz zum Schluss angesetzt waren an zu sehen und Knipphals an zu feuern, der leider keinen guten Start hatte.



Danach konnten sich unser VfB-Athleten in Ruhe

noch etwas essen gönnen, wobei sich die Gruppe splittete und ein Teil zu KFc ging, während der restliche Teil bei Subway sein Abendbrot genoss. Als alle gesättigt waren, konnten sie sich entspannt zum Bahnsteig begeben und konnten ohne Probleme zurückreisen. Darüber waren sie auch froh, denn einige Wolfsburger, die sie in Berlin trafen, hatten im Stau gestanden und waren erst gegen Mitte der Veranstaltung eingetroffen. So trafen die VfB-ler gegen 22:00 Uhr wieder in Wolfsburg ein.

Pressemappe 2015 – Jugend : September



53 Jahre alter Vereinsrekord gebrochen!

Am 05.09. hat von unserer Leichtathletik Jugend Phil Grolla beim Läufer- und Werfertag in Salzgitter-Bad mitgemacht.

Beim Kugelstoßen wurde Phil Grolla (mJ U16) erster und brach mit 11,30m den 53 Jahre alten Vereinsrekord von Peter Varadi.

Außerdem erreichte er beim Diskuswurf mit 40,10m den ersten Platz und schlug seinen eigenen Vereinsrekord.

Weiterhin starteten am 12.9. Josef Reichelt und Gero Redeker bei den Bezirksmeisterschaften Mehrkampf im Fünfkampf.

Josef Reichelt (mJ U18) erreichte mit 1.981 Punkten den vierten Platz und Gero Redeker (mJ U18 wurde mit 1.427 Punkten fünfter.

Josef: 100m Sprint 12,89sec; Weitsprung 4,79m; Kugelstoßen 8,12m; Hochsprung 1,44m; 400m Sprint 59,42sec

Gero: 100m Sprint 12,81sec; Weitsprung 3,35m; Kugelstoßen 7,07m; Hochsprung ogV (ohne gültigen Versuch); 400m Sprint 57,42sec



Starker Auftritt der VfB Athleten beim Wolfsburg Marathon

Am heutigen Sonntag stand das Jubiläum des Wolfsburger-Marathons mit der zehnten Auflage auf dem Programm. Als Highlight wurde auf der Halbmarathon-Distanz der Landesmeistertitel ausgetragen und so war die Teilnahme auf der HM-Distanz besonders hoch.

Die Wetterbedingungen waren zwar Aufgrund der Wärme nicht für Bestzeiten geeignet, trotzdem war die Freude auf das Rennen den Läufern im Gesicht geschrieben.

VfB Fallersleben war mit reichlich Athleten auf der gesamten Veranstaltung vertreten, so dass von der 5km bis zur Marathon Distanz auf allen angebotenen Strecken VfB Athleten ins Rennen gingen.





Pressemappe 2015 – Jugend : Oktober



Oktober

VfB Fallersleben veranstaltet Sasisonabschlussgrillen

Die Sparte des Leichtathletiks traf sich am 02.10. zum Grillen, um die Sommersaison zu beenden

Ein kleiner Einblick in das Zusammenkommen

Auf der Laufbahn in Fallersleben, wo sonst der Qualm der Sportschuhsohlen zieht, zog am Freitag dem 02.10 der Rauch des Grills und der Geruch von Würstchen und Steaks herüber. Die Sparte des Leichtathletiks feierte seinen Abschluss der Sommersaison gebührend mit einem netten Grillen



zusammen mit Eltern, Kindern und Geschwistern der Athleten.



Während des Sonnenuntergangs konnten die Anwesenden ihr gegrilltes Fleisch genießen und als es dunkel geworden war, sich bei Marshmallows am Feuerkorb aufwärmen. Bei netten Gesprächen mit den Trainern und anderen Aktiven, sowie anderen Eltern fielen des Öfteren Worte wie "Wunderschön" oder "nett ist es hier".

Insgesammt gekommen waren ca. 40 Personen mir denen ein nettes Zusammensein gesichert war und zwischen denen eine entspannte Stimmung herrschte.





Dezember

Gute Leistungen beim 16. Adventsmeeting

Beim unserem heutigem 16. Adventsmeeting nahmen 35 junge Sportler auf 5 Vereinen in den Disziplinen 2*30m-Spring, Hochsprung und Kugelstoßen statt. Zum Abschluss gab es noch eine Pendelstaffel. Den Sportlern hat es sehr viel Spaß gemacht, auch wenn die Beteiligung geringer war, als in den früheren Jahren.

Teilweise wurde in der Jugend hervorragende Leistungen erzielt. Hervorheben muss man bei den Jungen Torben Schaper (LG Hannover, M13) mit neuer Bestleistung von 14,25m im Kugelstoßen, sowie Phil Grolla (VfB Fallersleben, M14), der mit 11,98m im Kugelstoßen die Landesnorm von 12m knapp verfehlte. Bei den Mädchen liefern sich die Maike und Merle Mehlig (noch VfL Wolfsburg) ein spannendes Duell im Hochsprung, was mit 1,52m bei beiden endete.



Natürlich gab es für alle Teilnehmer ein Urkunde und für die Sieger eine Medaille. Von FOXI gab es noch eine Süßigkeit. Während der Veranstaltung lief auch die Tombola für Arno Haus, welche € 150,-einbrachte. Den Sanitätsdienst haben wie immer die Malteser übernommen.

Für den VfB Fallersleben starteten:

Gau, Maurice (MJ U20): Hochsprung, 1., 1,64m Wiggers, Benno (MJ U18): Hochsprung, 1., 1,60m Reichelt, Josef (MJ U18): Hochsprung, 2., 1,48m Grolla, Phil (M14): Kugelstoßen, 1., 11,98m Zilich, Mailin (W13): Hochsprung, 2., 1,28m

Zilich, Fenja (W11): 2*30m, 2.

Pressemappe 2015 – Jugend : Dezember



Hallensportfest Ende 2015(Hannover)

Am Wochenende vom 13.12.15 war die VfB-Jugend wieder auf einem Wettkampf in Hannover und nahm erfolgreich teil.

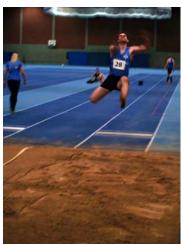
Malte Ludewig war im Weitsprung mit dabei. Trotz einigen muskulären Schwierigkeiten erreichte er den 3. Platz der U20 mit einer Weite von 5,19 Metern.



Im Weitsprung vertrat auch Felix Kühne den VfB und sprang mit 4,18 Metern auf den 5. Platz der Männer.

In der Disziplin der 60m-Sprints schaffte Felix es mit 8,36 Sekunden auf den 15. Platz. Damit brachte er es zu einer neuen persönlichen Bestleistung.

Phil Grolla lief ebenfalls und erreichte den Endlauf der M14 mit genau 8 Sekunden. Hier verbesserte er sich noch und sprintete mit 7,99 Sekunden auf den 8. Platz und setzte sich selbst damit eine neue Bestleistungsmarke, und stellte zudem noch einen neuen Vereinsrekord auf.





In dieser Disziplin lief auch Benno Wiggers mit. Er erreichte mit 7.54 Sekunden den Endlauf und schaffte es dort mit 7,46 Sekunden den 4. Platz in der Altersgruppe U18 und stellte damit eine neue persönliche Bestzeit auf, und auch er setzte dem Verein einen neuen Rekord auf.

Felix lief zudem noch über 200m mit. Er schaffte es hier auf eine Zeit von 27,52 Sekunden und verbesserte seine bisherige Bestzeit um 0,3 Sekunden.

Und auch Benno lief 200m und schaffte mit 24,35 Sekunden seine neue Bestzeit und stellte auch hier einen Vereinsrekord auf.



<u>Weihnachtliches Bowlen und Kegeln – Die Weihnachtsfeier der VfB Fallersleben</u> <u>Leichtathletik</u>

Dieses Jahr hieß es Bowlen und Kegeln was das Zeug hält! Bei Gebäck, Speis und Trank versammelten sich die Athleten dieses Jahr zur Weihnachtsfeier.

Den Anfang machten die Montags- und Donnerstagsgruppe am 17. Dezember im Kegeltreff Platon. Dort gab es neben spannenden Weihnachts-Kegel-Spielen zwischen den beiden Gruppe auch leckeres Weihnachtsgebäck. Die Trainer spielten bei Spielen wie Tannenbaumkegeln natürlich auch mit.



Am 18. Dezember ging es dann mit der Dienstags- und Freitagsgruppe weiter. Diese trafen sich im Strike Bowling Center und bowlten um die Wette. Dazu gab es klassischer Weise Fingerfood, wodurch



auch die hungrigen Mägen gefüllt wurden. Danach ging es weiter nach Fallersleben, wo sich bei Speis und Trank über die Ferien und das letzte Jahr unterhalten wurde.





Ein besonderer Gast war dabei Sören, der nach seiner Zeit in Italien auch mal wieder den Weg nach

Wolfsburg gefunden hat. So wurde die Weihnachtspause entspannt und dennoch mit Freude in Empfang genommen.



