



VfB FALLERSLEBEN
LEICHTATHLETIK



Pressemappe Saison 2022

Vorwort

Nach zwei Jahren mit wenig Wettkämpfen durch Corona blickt die Leichtathletiksparte auf ein fast normales und ereignisreiches Jahr 2022 zurück.

Nachfolgend findet ihr alle Artikel, die wir auf unserer Homepage im Jahr 2022 veröffentlicht haben.

Ich wünsche euch ein erfolgreiches und gesundes neues Jahr 2023 und freue mich, schon bald wieder von Aktionen und Wettkämpfen rund um die Leichtathletik des VfB Fallersleben lesen oder berichten zu können.



Svén Jäckel

(Spartenleiter)

Februar

Mannschaftstitel bei den LM Crosslauf



Bei den heutigen Landesmeisterschaften im Crosslauf am Sonntag, 13. Februar in Bergen konnten unsere Athleten in der Mannschaft der Seniorenklasse M50/55 über die kurze Distanz (3,47km) den Mannschaftstitel erlaufen.

Bei Sonnenschein, aber Temperaturen knapp über 0 Grad konnte die Mannschaft mit Frank Balzer, Frank Weisgerber und Olaf Fink den Titel des Landesmeisters erlaufen. Über die lange Distanz (6,7km) landete die Mann-

schaft auf Platz vier.

In der Einzelwertung über die kurze Distanz belegte Frank Balzer den vierten Platz (14:00min), Frank Weißgerber den fünften Platz (14:01min) und Olaf Fink den zwölften Platz (15:46min).



Über die lange Distanz Frank Balzer den sechsten Platz (28:33min), Frank Weißgerber den neunten Platz (29:10min) und Olaf Fink Platz fünfzehn (32:53min).

Auch aus der Jugend waren vier Läufer über die kurze Distanz am Start. Melvin Evers wurde in der männlichen Jugend elfter in 13:30min. Jasper Hundertmark wurde in der gleichen Altersklasse fünfzehnter in 14:51min. In der M15 belegte Leif Lenz in 10:14min den zehnten Platz und Ludwig von Kietzell wurde in der M14 siebzehnter in 10:21min.



Spartenversammlung: Gelungener Wechsel beim Stellv. Spartenleiter!

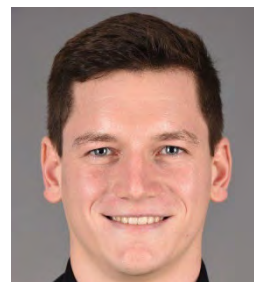
Auch dieses Jahr fand die Spartenversammlung der Leichtathletik am 18. Februar online via Zoom statt. Obwohl wir hoffen, dass wir die Versammlung bald wieder zusammen mit möglichst vielen Mitgliedern vor Ort durchführen können, haben sich 17 Mitglieder zum Online-Meeting getroffen.

Martin Kallenberg-Failla aus dem Vorstand begann mit einem interessanten Bericht des Hauptvereins. Darauf folgte der Bericht der Spartenleitung von Sven Jäckel, welcher über Weiterbildungen im Jugendbereich aber auch das Training sowie Freizeitfahrten während Corona im Jahr 2021 erzählte.

Anschließend konnte Sven als Spartenleiter einstimmig entlastet werden, sodass direkt zu den Neuwahlen übergegangen werden konnte.

Diese waren dieses Jahr besonders, da Jens Thies sich von seinem Amt als Stellv. Spartenleiter verabschiedete. An dieser Stelle wollen wir ihn für sein 25-jähriges Amt für die Sparte danken! Als Dank wurde Jens ein Präsent der gesamten Sparte überreicht – zunächst virtuell.

Anstelle von Jens als Stellv. Spartenleiter wurde Benno Wiggers vorgeschlagen – nahm die Wahl an – und wurde einstimmig gewählt. Wir freuen uns, dass Benno den Posten des Stellv. Spartenleiter ausüben wird!



Weiter gab es Wiederwahlen von Rainer Thienel als Laufwart. Sowie Wieder-Ernennungen von Rudi Schmidt als Pressewart Lauf/Senioren, Philipp Ebel als Pressewart Jugend und Benno Wiggers für das Meldewesen.

Ebenfalls gab es einige Ehrungen für 10-jährige Mitgliedschaft:

Name	Eintritt	10jähriges
Breuer, Annika	01.10.2010	2021
Gau, Maurice	01.02.2010	2021
Zilich, Mailin	01.04.2010	2021
Zilich, Sabine	01.04.2010	2021
Ebel, Philipp	01.01.2011	2022
Horn, Hanna	01.11.2011	2022
Horn, Ole	01.11.2011	2022
Lenz, Lucie	01.01.2011	2022
Nolte, Pauline	01.03.2011	2022
Röhl, Lennart	01.10.2011	2022
Röhl, Sarah	01.10.2011	2022
Werner, Niklas	01.09.2011	2022

Zu guter Letzt wurde ein kurzer Ausblick der geplanten Events im Jahr 2022 gegeben:

- Trainingslager der Jugend (1. – 6. April)
- Osterlauf
- Bezirksmeisterschaften U14/U16 am 21. Mai
- HvF-Sportfest am 18. Juni
- Windmühlenberglauf am 10. Juli
- Sommerfreizeit der Jugend im Juli
- Fahrt zum ISTAF am 4. September
- Silvesterlauf

Wir hoffen, dass all diese Events stattfinden können und freuen uns auf ein ereignisreiches Jahr 2022 mit allen Mitgliedern der Sparte!

März

BM Crosslauf: 2 Einzel- und ein Mannschaftstitel

Bei den Bezirksmeisterschaften im Crosslauf am 5. März in Wolfshagen am Harz nahmen insgesamt 10



Athleten von uns teil. Die anspruchsvolle Strecke mit einigen starken Steigungen und Gefällen forderte einiges den Sportlern ab. Bei gutem, aber kühlem Wetter konnten viele gute Leistungen erzielt werden.

Bezirksmeister wurden in ihrer Altersklasse über 2200m Lucie Lenz WJU20, in 14:36min und Melvin Evers (MJU20) in 12:05min, sowie die Mannschaft der M50/55 mit Frank Balzer, Frank Weißgerber und Olaf Fink.



Auf einen zweiten Platz kam Frank Balzer über 4950m in 19:05min in der M50 und die Mannschaft der U16 mit Leif Lenz, Tomm Krosch und Florian Hötte.

In den Einzelwertungen der Altersklassen gab es weitere gute Platzierungen unter den ersten 8:

- Frank Weisgerber, M50, 3., 4950m, 19:23min
- Olaf Fink, M50, 4., 4950m, 21:32min
- Leif Lenz, M15, 4., 2200m, 8:26min
- Tomm Krosch, M14, 5., 2200m, 9:10min
- Florian Hötte, M14, 8., 2200m, 11:51min
- Hannes Krosch, M09, 5., 1100m, 5:21min
- Diana Krüger, W13, 7., 1100m, 4:55min

Nach der Veranstaltung fuhren alle geschafft, aber zufrieden nach Hause.



Zwei Athleten erfolgreich bei den offenen KM in Braunschweig!



Am 12. März fanden in Braunschweig im Stadion Rote Wiese die offenen Kreisgelände- und Crossmeisterschaften des NLV Kreis Braunschweig statt. Von uns waren zwei junge Athleten am Start. Eine anspruchsvolle Strecke über 2600m im Stadion war zu absolvieren. Die Strecke war als Rundkurs über 2,5 Runden im Stadion ausgelegt. Dabei waren einige Steigungen und Hindernisse, wie ein Beachhandballfeld oder Strohlöcher zu überwinden.

Ryan Gronow (M14) war zum ersten Mal bei einem Leichtathletikwettbewerb am Start und wäre in seinem Lauf der U16 als zweiter in 10:39min ins Ziel gekommen, jedoch nahm er kurz vorm Ziel wegen fehlender Absperrung einen falschen Weg und kam so als dritter ins Ziel. Nikita Reich (M15) kam in dem Lauf als fünfter in 11:11min ins Ziel. Eine offizielle Platzierung gab es leider nicht, da beide außer Wertung starteten. In der jeweiligen Altersklasse wäre es aber jeweils der zweite Platz gewesen.



Erfolgreicher Auftritt unserer 6 Athleten beim Waldlauf in Rümmer



Bei dem Waldlauf in Rümmer am 26. März nahmen insgesamt 6 Athleten von uns teil.

Bei warmem und sonnigem Wetter ging es auf die 830m sandige und hügelige Strecke.

Ein Athlet lief die Runde sogar fünfmal.

Die Sportler erzielten gute Leistungen und es gab für den VfB fünf Podest Plätze.

Auf der 830 m Strecke gewann Diana Krüger Ihre Altersklasse WJU 14, in 3:12 Minuten.

Lucie Lenz (WJU 20) und Michelle Evers (WJU 23) gewannen ebenfalls Ihre Altersklasse in 2:56 Minuten und 3:15 Minuten.

Ludwig von Kietzell konnte mit einer Zeit von 2:54 Minuten, den zweiten Platz in der MJU 14 erreichen.

Elena Cichocz erreichte in einer guten Zeit von 3:43 Minuten, den fünften Platz in der WJU 14.

Melvin Evers der über 4100m an den Start ging, gewann seine Altersklasse (MJU20) in 15:45 Minuten.

Nach der Veranstaltung gab es noch eine Siegerehrung, wo jeder Athlet eine Urkunde erhielt und die besten drei Ihrer Altersklasse eine Medaille.



April

Barcelona Halbmarathon mit 5 persönlichen Bestzeiten



Gestartet sind die fünf Läufer (Jörn Manske, Stefan Weinert, Jens-Uwe Beier, Klaus Jädike und Kathrin Nickel) inkl. Stefans und Jens-Uwes Frau am Freitag, den 01.04.2022, mit dem Flug von Hannover nach Frankfurt.

Obwohl das Team sehr zeitig am Flughafen in Hannover war, sorgten unerklärliche Probleme bei der Sicherheitskontrolle für den ersten Schreckmoment. Nur Sekunden nachdem sie das Flugzeug endlich erreicht haben und es noch in das Flugzeug geschafft haben, schloss der Flieger danach die Türen und startete mit 20 Minuten Verspätung. Das war damit schon die erste Laufeinheit zum Gate 😊👉.

Von Frankfurt sollte es dann um 17 Uhr weiter nach Barcelona gehen. Aufgrund des schlechten Wetters mussten die Fluggäste aber auch in Frankfurt zunächst fast 90 Minuten im Flieger ausharren, ehe der Start dann erfolgen konnte. So kam das Team am Ende mit etwas mehr als einer Stunde Verspätung im sonnigen Barcelona an. Um 19:30 Uhr waren alle im Hotel eingekcheckt und machten sich gemeinsam sehr hungrig auf den Weg in die nächstgelegene Pizzeria. Beim gemeinsamen Essen am Stehtisch (gesessen haben die ja auch genug 😊) wurde der Tag entspannt ausgeklungen, denn es war doch eine etwas ungewöhnliche Anreise. Nach dem Essen ging es erschöpft zurück ins Hotel.



Für Samstag (02.04.2022) stand dann zunächst die Abholung der Startunterlagen am anderen Ende der Stadt auf dem Plan. Nach einem knapp 5 km Spaziergang waren die Startunterlagen und die Trikots in den Händen der Läufer.

Danach wurde eine Sightseeing-Tour in den Hopp on Bussen durch Barcelona unternommen. Ein Highlight dabei war sicher das Stadion vom FC Barcelona (leider war das Heimspiel am Sonntagabend bereits ausverkauft).

Der Tagesabschluss wurde dann am Abend im Hafen von Barcelona bei einem Italiener mit dem traditionellen Pasta-Essen ausgeklungen. Nach dem Karboloadung ging es ins Hotel zurück und die Läufer bereiteten ihre Klamotten für den Lauf vor.

Der Halbmarathon Barcelona begann am Sonntag (03.04.2022) bereits morgens um 8:30 Uhr. Unsere VfB Läufer trafen sich bereits um 7 Uhr zu einem kleinen Frühstück und machten sich um 8 Uhr auf den Weg an den Start. 13.576 Teilnehmer hatten Barcelona fest im Griff. Das Team machte noch paar schöne Fotos wärmte sich auf und genoss die einzigartige Atmosphäre. Nach dem Lauf hat sich



das Team wieder im Hotel getroffen. Nach kurzer Laufanalyse wurde erst einmal eine verdiente zwei-stündige Erholungspause eingelegt. Alle fünf VfB Läufer haben eine persönliche Bestzeit aufgestellt, das gibt es auch nicht alle Tage. Hier sind die Ergebnisse:

Kathrin Nickel = 1:40:28 h PB

Jörn Manske = 1:45:06 h PB

Stefan Weinert = 1:54:26: h PB

Jens-Uwe Beier = 1:55:24 h PB

Klaus Jädike = 2:09:32 h PB



Nach der Erholung ging es wieder raus. Zunächst wurde eine Tapas Bar zur Stärkung besucht und danach machte jeder etwas, worauf er Lust hatte. Einige nutzten die Zeit zum Shoppen, die anderen machten bei einem verdienten kühlen Bierchen ein Spaziergang am Strand. Am Abend trafen sich wieder alle am Stehtisch in einer Pizzeria zum Abendessen.



Montagsmorgen (04.04.2022) ging es nach dem Frühstück wieder in Richtung Flughafen und ab in die Heimat. Alle Teilnehmer und auch die Begleiter waren sich am Ende einig. Das war nicht die letzte Reise der Bergziegen... Favorit für den nächsten Halbmarathon ist Lissabon. 😊

VfB Fallersleben gratuliert unseren 5 Läufern für die guten Ergebnisse sowie das tolle Erlebnis in Barcelona.

Ein erfolgreicher 30. Hannover Marathon mit einem Altersklassensieg

Sechs VfB Athleten sind am Sonntag, den 03.04.2022, zum 30. Hannover Marathon aufgebrochen, nachdem die letzten zwei Jahre der Marathon aufgrund der Corona Pandemie ausfallen musste.

Vier Läufer (Swea Siesespeck, Melvin Evers, Olaf Fink und Frank Balzer) gingen auf die Marathon- einer (Rainer Morgenthal) auf die Halbmarathon- und einer (Frank Weisgerber) auf die 10 km Distanz.



Dieses Jahr wurden die Deutschen Marathon Meisterschaften im Rahmen dieses Wettkampfes durchgeführt, bei dem Frank Balzer und Olaf Fink mit von der Partie waren.

Für Melvin Evers war es der erste Marathon, bei dem er sogar in einer starken Zeit von 3:24:17 h die Altersklassenwertung JU20 gewonnen hat.

Hier sind die Ergebnisse unserer Läufer im Überblick:

Marathon – Frauen

Swea Siesespeck – 3:38:05 h – AK W55 – 4. Platz

Marathon – Männer

Frank Balzer – 3:18:16 h – Teilname an den Deutschen Meisterschaften AK M50 – 19. Platz

Olaf Fink – 3:19:23 h – Teilname an den Deutschen Meisterschaften AK M50 – 21. Platz

Melvin Evers – 3:24:17 h – Sieger AK JU20

Halbmarathon – Männer

Rainer Morgenthal – 1:35:37 h – AK M55 – 16. Platz

10 km – Männer

Frank Weisgerber – 39:12 – AK M50 – 2. Platz

VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Ergebnisse beim 30. Hannover Marathon.

Trainingslager des VfB Fallersleben im Jahr 2022



Am Freitag, dem 1. April trafen sich die Athlet*innen auf dem Parkplatz in Fallersleben, auf dem sie zusammen die Autos packten und sich mit voller Vorfreude von ihren Eltern Verabschiedeten. Nach dieser Verabschiedung folgte eine eineinhalb-stündige Autofahrt zur Sportschule in Osterburg. Angekommen wurden die Zimmer verteilt und von den jeweiligen Athlet*innen eingerichtet. Danach ließen sie sich das Abendbrot schmecken. Der Abend wurde

von zwei angehenden Trainern, Tomm und Nikita, organisiert und das Teamgefühl konnte spielerisch trainiert werden.

Der nächste Tag verlief wie geplant vormittags und nachmittags mit Kugelstoß- und Hochsprungtraining.

Jedoch war die Nacht nur bedingt erholsam, da eine Gruppe „Leistungsturner“ über uns einzogen und diese schienen die Möbel der Zimmer umzuräumen.

Am dritten Tag trainierten die Athleten hauptsächlich den Weitsprung und mittlere Langstrecke mit



hilfe von Pyramiden-Läufe. Zum Abschluss von diesem Tag war Entspannung an der Reihe, um den Körpern eine dem Trainingspensum angemessene Regeneration zu ermöglichen. Zudem gab es einen Wechsel innerhalb des Trainerteams und wir konnten einen weiteren Trainer in unserer Trainingsgruppe begrüßen.

Am vierten Tag wurde wieder hart trainiert – aufgrund von heftigen Regenschauern in der Sport-

halle. Aufgrund der ausgeprägten Altersspanne wurde die Gruppe in zwei Gruppen aufgeteilt, die sich am Alter der Athlet*innen orientierte. Am Vormittag trainierten die älteren Trainierenden vor allem Hochsprung. Wohingegen die Jüngeren ihre Sprintfähigkeit trainierten.

Am Nachmittag wurden zunächst ein paar Runden ‚Capture the Flag‘ gespielt, bevor sich die Gruppe wieder in die zwei Gruppen aufteilte. Die Jüngeren bleiben weiterhin beim Sprint, die älteren konnten sich auf dem Weitsprung konzentrieren.

Am Abend des vierten Tages wurde dann auch etwas Neues in der Geschichte der Trainingslager des VfBs veranstaltet. Die Athlet*innen, unterteilt in zwei Gruppen á 10 Leute, spielten auf der Hausanlage Bowling. Das gefiel den Athlet*innen auch deshalb, weil die Gruppen, soweit es ging, fair aufgeteilt waren.



Am fünften Tag stand für die Gruppe der älteren Trainierenden vorrangig Sprinttraining auf dem Programm, während sich die jüngeren Athlet*innen dem Hoch- und Weitsprung widmeten – wobei sich alle Athlet*innen am Nachmittag mit dem Staffelttraining auseinandersetzten. Am Abend des fünften Tages wurden Spiele gespielt, wie es jeden Tag nach dem Training zum Ritual geworden war.



leitet wurde.

Neu war beim diesjährigen Trainingslager auch, dass die Laufrunde morgens um 8:00 Uhr auf freiwilliger Basis stattfand, sodass man sich aussuchen konnte, ob man die Morgenrunde läuft oder die Strecke als Spaziergang absolvierte. Nach mindestens 5 Stunden täglichem Training endete das Trainingslager am 6. Tag und die Athleten traten die Heimreise an. Nun können sie sich auf die Outdoor-Saison freuen, die durch das Trainingslager eingeleitet wurde.

Mai

50 km Deutsche Meisterschaften – Offene Kreismeisterschaften Staffel in Braunschweig und Laufcup Wolfsburg Gifhorn Auftakt

50 km Deutsche Meisterschaften in Wolfenbüttel

Am Sonntag, den 01.05.2022, fanden im Rahmen des 37. Stadtgrabenlaufes in Wolfenbüttel die Deutschen 50 km Meisterschaften statt.

Genau um 8:00 Uhr hat der spannende Kampf für die Läufer um die Medaillenplätze begonnen. Mit dabei waren unsere 3 VfB Läufer um Frank Weißgerber, Frank Balzer und Olaf Fink.

Am Ende haben Frank, Frank und Olaf sensationell den Deutschen Meistertitel in der M50+ Mannschaftswertung, mit einer Zeit von 12:51:39 Stunden nach Fallersleben geholt.



In den Einzelwertungen waren die Ergebnisse auch sehr ordentlich, hier sind die Ergebnisse im einzelnen:

Frank Weißgerber – 4:02:46 h – AK M50 = Vize Deutscher Meister

Frank Balzer – 4:21:35 h – AK M50 = 4.

Olaf Fink – 4:27:18 h – AK M50 = 5.

Offene Kreismeisterschaften Staffel in Braunschweig - Vereinsrekord von 1974 wurde gebrochen



Nach einer langen Pause nahmen vier Athleten von VfB Fallersleben bei den offenen Kreismeisterschaften im Braunschweig Rünigen am 30.04.2022 erfolgreich teil. Sofie Leis, Elena Cichosz, Jule Riedel und Charlotte Michitsch ist es gelungen den Vereinsrekord in der Kategorie 4x75m Staffel Jugend U14(W) mit einer Zeit von 43:83s zu brechen. Der ursprüngliche Vereinsrekord von 1974 wurde per Hand mit einer Zeit von 43:7s gestoppt.

26 Allerlauf inkl. Laufcup Wolfsburg Gifhorn Auftakt

Nach 2 Jahren ohne dem beliebten Wolfsburg Gifhorer Laufcup ist der Auftakt in die Saison 2022 am Sonntag, den 01.05.2022, erfolgreich verlaufen.

Beim besten Laufwetter haben auch viele VfB Läufer unserer Sparte den Weg nach Allerbüttel am Feiertag angetreten.

Insgesamt gab es 3 Altersklassen Siege, Melvin Evers in der MJ U20, Rainer Morgenthal in der AK M50 und Ines Roeßler in der AKW50. Einen sehr guten 2. Platz in der Altersklasse WJ U20 gab es für Lucie Lenz.

Hier sind die Ergebnisse unserer Läufer aus Allerbüttel:

Frauen:

Ines Roeßler – 43:56 Min. – Gesamt 5. – AK W50 = 1.

Lucie Lenz – 48:42 Min. – Gesamt 13. – AK M55 = 1.



Männer

Melvin Evers – 38:09 Min. – Gesamt 6. – AK MJ U20 = 1.
Rainer Morgenthal – 41:10 Min. – Gesamt 16. – AK M55 = 1.
Stefan Weinert – 49:40 Min. – Gesamt 60. – AK M55 = 8.
Martin Riedel – 57:54 Min. – Gesamt 97. – AK M50 = 10.
Dennis Laghezza – 1:02:26 h – Gesamt 107. – AK M40 = 14.



VfB Fallersleben gratuliert den Läufern für die guten Ergebnisse.

Offene Kreismeisterschaften Braunschweig

Im Braunschweig Rünigen traten am 15.05.22 vier VfB Fallersleben Athleten Jule Riedel, Sofie Leis, Charlotte Michitsch und Christopher Gutierrez Eilenfeld auf. Das sehr heiße Wetter war zwar suboptimal, hat jedoch unsere Athleten nicht aufgehalten, sehr gute Leistungen zu erzielen.



Jule Riedel (W13) hat ihre Bestleistung im Weisprung mit 4,22m, Hochsprung mit 1,30m, 60m Hürden mit 12,2s und auch im 75m Sprint mit 11,58s verbessert.

Weiterhin hat Sofie Leis (W13) ihre Bestleistung in Weitsprung mit 3,92m und im Sprint mit 11,52s verbessert.

Ebenso hat auch Charlotte Michitsch (W12) ihre Bestleistung im Weitsprung mit 3,86m verbessert und im 75m Sprint erzielte Charlotte die schnellste Zeit mit 10,81s.



Unser Neuzugang Christopher Gutierrez Eilenfeld (M13) erstaunte uns alle in seinem ersten Wettkampf mit seiner Hochsprungqualität und sprang 1,36m. Weiterhin erzielte Christopher 5,40m im Kugelstoßen.

Unsere Athleten und Trainer schauen auf einen sehr erfolgreichen Tag in Rünigen zurück.

Lucie Lenz und Jens Uwe-Beier haben persönliche Bestzeiten beim 10 km Wettkampf in Meinersen aufgestellt

Am Freitag, den 20. Mai haben beim 34. Abendlauf in Meinersen unsere Läufer mit 2 Podiumsplätzen und 2 persönlichen Bestzeiten sehr stark abgeschnitten.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

10km

männlich

Rainer Morgenthal = 41.48 Min., Gesamt = 16. und AK M55 = 1.
Jörn Manske = 49:01 Min., Gesamt = 57. und AK M55 = 8.
Rudolf Wächter = 49:42 Min., Gesamt = 64. und AK M55 = 10.
Stefan Weinert = 51:29 Min., Gesamt = 77. und AK M55 = 13.
Jens-Uwe Beier = 52.27 Min., Gesamt = 84. und AK M55 = 16. PB
Martin Riedel = 56.36 Min., Gesamt = 97. und AK M50 = 12.

weiblich

Lucie Lenz = 47:37 Min., Gesamt = 8. und AK WJ U20 = 2. PB



VfB gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen.

Vier Titel bei den Bezirksmeisterschaften der U14 und U16

Am 21. Mai fanden in Fallersleben die Bezirksmeisterschaften der U14 und U16 statt. Rund 150 Teilnehmer aus 30 Vereinen waren am Start. Die Leichtathletiksparte des VfB Fallersleben war nach 2019 wieder Ausrichter für den NLV Bezirk Braunschweig.

Vom VfB Fallersleben waren 15 Athleten in den Einzeldisziplinen und drei Staffel aktiv.

Zu Beginn begrüßte Sven Jäckel als Spartenleiter des Ausrichters die Eltern, Trainer und Athleten, sowie den Bürgermeister des Stadt Wolfsburg Andreas Klaffehn, Ortsbürgermeister André-Georg Schlichting



und den 1. Vorsitzenden des VfB Nicolas Heidtke. Nach dem Andreas Klaffehn und André-Georg Schlichting ein paar Grußworte überbracht hatten, konnten die Wettkämpfe starten. Bis auf zwei Regenschauer hielt sich das Wetter, so dass auch dank der vielen Helfer ein reibungsloser Ablauf der Veranstaltung erfolgte.

Die Siegerehrung nahmen Karsten Krause (Wettkampfwart Bezirk Braunschweig) und Nele Kloppenburg (Jugendwartin Bezirk Braunschweig) vor.

Die Teilnehmer der Endläufe und Endkämpfe erhielten Urkunden und der Bezirksmeister noch einen Aufnäher (wenn es mehr als 3 Teilnehmer am Start waren). Für die Siegerehrung hatte die GartenBaumschule Lieven Grünpflanzen wieder zur Verfügung gestellt, so dass diese in einem schönen Rahmen stattfinden konnte.

Aus sportlicher Sicht gab es für den VfB Fallersleben viele Podestplätze und auch drei neue Vereinsrekorde.

Bezirksmeister wurden vom VfB Tomm Krosch (M14; Kugelstoßen und Diskuswurf), Florian Hötte (M14; Speerwurf), Charlotte Michitsch (W12; Hochsprung) und die 4x100m-Staffel der männlichen Jugend U16 (Lennart Klee, Elia Schmidt, Leif Lenz, Tomm Krosch).

Auf einen zweiten Platz kamen Christopher Gutierrez (M13; Hochsprung), Ludwig von Kietzell (M13; 800m), Tomm Krosch (300m), Florian Hötte (Kugelstoßen und Diskuswurf), Leif Lenz (M15; 800m), Charlotte Michitsch (Kugelstoßen), Victoria Böhm (W12; Hochsprung) und die beiden Staffeln der U14 (männlich: Marlon Vogt, Paul Graubner, Christopher Gutierrez, Ludwig von Kietzell/weiblich: Charlotte Michitsch, Jule Riedel, Sofie Leis, Elena Chichosz).

Einen dritten Platz belegten Paul Graubner (M12; Weitsprung), Christopher Gutierrez (75m und 800m),



Ludwig von Kietzell (Weitsprung), Tomm Krosch (100m), Lennart Klee (M15; Weitsprung), Charlotte Michitsch (75m), Jule Riedel (W13; 60m Hürden und Hochsprung) und Diana Krüger (W13; Weitsprung).

Die neuen Vereinsrekorde erzielten Charlotte Michitsch im Zwischenlauf über 75m, Jule Riedel über 60m Hürden und die 4x75m-Staffel der weiblichen U14.

Gratulation an alle Athleten zur erfolgreichen Teilnahme und ein großer Dank noch einmal an alle Helfer, die zum reibungslosen Ablauf der Veranstaltung beigetragen haben.

Die kompletten Ergebnisse gibt es unter <https://ergebnisse.leichtathletik.de/Competitions/Details/7032>. Ausgewählte Fotos gibt es in unserem Fotoalbum.



Juni

Landesoffenes Sportfest Edemissen

Am Sonntag, den 05.06.2022, sind 7 Athleten und Athletinnen des VfB Fallersleben zusammen mit Familienmitgliedern und zwei Trainern nach Edemissen gefahren, um an dem Landesoffenen Sportfest mit über 400 Teilnehmern teilzunehmen. Wir hatten von Beginn der Ersten Disziplin bis zum Ende der Letzten wunderbares Wetter, sodass man den Wettkampf auch in vollen Zügen genießen konnte. Es konnten sogar einige persönliche Bestleistungen erzielt werden und an Platzierungen mangelte es den fallerslebener Athleten und Athletinnen auch nicht. Folgende Leistungen wurden erzielt:



Diana Krüger: 75m – 11,67 sek – 11. Platz; Hochsprung – 1,20m – 7. Platz; Weitsprung – 4,00m – 4. Platz; 800m – 2:56,76 min – 10. Platz

Jule Riedel: 75m – 11,31 sek – 7. Platz; Hochsprung – 1,36m – 4. Platz; Weitsprung – 3,96m – 7. Platz

Elena Bozena Cichosz: 75m – 12,07 sek – 8. Platz; Hochsprung – 1,20m – 2. Platz; Weitsprung – 3,72m – 7. Platz; 800m – 3:24,16 min – 21. Platz

Victoria Böhm: 75m – 11,84 sek – 7. Platz; Hochsprung – 1,04m – 4. Platz; Weitsprung – 3,15m – 13. Platz; 800m – 3:06,89 min – 16. Platz

Michelle Evers: 100m – 13,69 sek – 6. Platz; 200m – 28,68 sek – 6. Platz; 400m – 61,03 sek – 10. Platz

Charlotte Michitsch: 75m – 10,72 sek – 1. Platz; Hochsprung – 1,32m – 1. Platz; Weitsprung – 3,92m – 4. Platz; Kugelstoßen – 5,77m – 4. Platz

Felix Kühne: 100m – 13,89 sek – 4. Platz; 200m – 28,32 sek – 10. Platz; 400m – 66,55 sek – 9. Platz

Insgesamt war es also ein sehr erfreulicher Tag, mit vielen tollen Leistungen und einer Menge Spaß in der Gruppe.



4 Podiumsplätze beim Ackermann Lauf in Hotlingen

Der SV Hotlingen war am Pfingstmontag, den 06.06.2022, Ausrichter eines 10 km Wertungslaufs im Rahmen des Laufcup Wolfsburg-Gifhorn.



Insgesamt konnten unsere Läufer 3 Altersklassensiege, Melvin Evers mit 41:30 Min in der MJ AK, Rainer Morgenthal mit 43:05 Min. in der M55 AK sowie Ines Roeßler mit 45:52 Min. in der W50 AK und einem 2. Platz, Lucie Lenz mit 48:38 Min. in der WJ AK erzielen. Hier sind die Ergebnisse unserer Läufer aus Hotlingen:

Frauen:

Ines Roeßler – 45:52 Min. – Gesamt 6. – AK W50 = 1.

Lucie Lenz – 48:38 Min. – Gesamt 12. – AK WJ = 2.

Sandra Lenz – 56:36 Min. – Gesamt 25. – AK W40 = 5.

Männer

Melvin Evers – 41:33 Min. – Gesamt 17. – AK MJ U20 = 1.

Rainer Morgenthal – 43:05 Min. – Gesamt 25. – AK M55 = 1.

Jörg Pauls – 47:18 Min. – Gesamt 51. – AK M35 = 8.

Rudolf Wächter – 48:22 Min. – Gesamt 54. – AK M55 = 5.

Jens-Uwe Beier – 54:54 Min. – Gesamt 87. – AK M55 = 12.

Martin Riedel – 1:02:16 Std. – Gesamt 109. – AK M50 = 15.

VfB Fallersleben gratuliert den Läufern für die guten Ergebnisse.

60 Teilnehmer trotzen der Hitze

Am 18. Juni fand die 25. Auflage unseres Hoffmann-von-Fallersleben Sportfestes statt. Über 60 junge



Athleten im Alter von 6 bis 14 Jahren nahmen bei bestem Sommerwetter, mit Temperaturen über 30 Grad, daran teil. Gut, dass für genug Wassereis gesorgt wurde. Als Wettbewerbe standen Drei- und Vierkampf, sowie diverse Staffeln auf dem Programm. Von den zwölf startenden Vereinen, die vor allem aus dem Umkreis Wolfsburg stammten, waren wir als Ausrichter

mit den meisten Teilnehmern aufgestellt. Die weiteste Anreise hatten wir von Athleten aus der Umgebung von Hamburg, was uns persönlich sehr freut.

Nach der Begrüßung durch Spartenleiter Sven Jäckel gingen die Athleten an die einzelnen Disziplinen. Trotz der hohen Temperaturen wurden viele neue persönliche Bestleistungen aufgestellt und stark von den jeweiligen Fangemeinschaften angefeuert. Wir danken allen für diesen leidenschaftlichen und fairen Wettkampf.

Der Abschluss wurde mit der Siegerehrung gekrönt. Jeder Teilnehmer bekam eine Urkunde, sowie eine Süßigkeit von unserem FOXI. Für die Plätze 3 und 2 gab es Medaillen und für die Sieger einen Pokal. Die Urkunden, Medaillen und Pokale wurden in diesem Jahr von Schmidt Immobilien gesponsert. Inhaber Robert Schmidt ließ es sich nicht nehmen, bei der Siegerehrung persönlich die Medaillen und Pokale zu übergeben.



Ein großer Dank gilt wie immer allen freiwilligen Helfern, ohne die diese Veranstaltung nicht so erfolgreich verlaufen wäre.

Hier die Sieger in den Altersklassen:

Vierkampf (100m – Weitsprung – Kugel – Hochsprung)

M14: Tomm Krosch, VfB Fallersleben, 1.723 Punkte (Vereinsrekord)

W14: Sophia Berger, SV Ettenbüttel, 1.800 Punkte

Dreikampf (75m – Weitsprung – Ballwurf)

M13: Philipp Povel, LG Braunschweig, 1.251 Punkte

M12: Johann Fichtner, SC Rönna 74, 1.166 Punkte

W13: Laura Winkler, MTV Hondelage, 1.248 Punkte

W12: Sina Münster, SC Rönna 74, 1.375 Punkte



Dreikampf (50m – Weitsprung – Schlagball)

M11: Jonas Schöntag, VfL Wolfsburg, 1.074 Punkte

M10: Adrian Ludwig, TSV Eintracht Hittfeld, 990 Punkte

W11: Lena Arendt, Stendaler Leichtathletikverein `92, 1.238 Punkte

W10: Lotte Schulze, LG Neumünster, 1.236 Punkte

M09: Fero Kobylka, MTV Vorsfelde, 688 Punkte

M08: Jonathan Cauers, MTV Vorsfelde, 425 Punkte

W09: Emma Strehlau, MTV Vorsfelde, 810 Punkte

W08: Carina Ludwig, TSV Eintracht Hittfeld, 862 Punkte

Staffel:

4x75m, Weibliche Jugend U14, VfB Fallersleben, 42,36s (Vereinsrekord)

4x50m, Weibliche Kinder U12, VfL Lehre, 34,34s

Und die weiteren Erfolge unserer Athleten:

Ludwig von Kietzell (M13), 2., 1.093 Punkte

Paul Graubner (M12), 5., 994 Punkte (Vereinsrekord)

Jule Riedel (W13), 2., 1.184 Punkte

Diana Krüger (W13), 3., 1.143 Punkte

Sofie Leis (W13), 4., 1.136 Punkte

Charlotte Michitsch (W12), 2., 1.240 Punkte

Victoria Böhm (W12), 4., 1.106 Punkte

Marlon Voigt (M11), 2., 943 Punkte

Yannik Frey (M11), 5., 793 Punkte

Henry Schurwanz (M10), 2., 668 Punkte

Adam Mehdi (M10), 3., 642 Punkte

Hannes Krosch (M09), 3., 635 Punkte

Moritz Krull (M08), 2., 390 Punkte

Luisa Grüber (W09), 2., 743 Punkte

Klara Wilkens (W08), 3., 662 Punkte



Alle Ergebnisse gibt es auf LADV und die Fotos auf unserer Fotoseite.

[Aurelias erster Wettkampf beim Bärenlauf in Hamburg](#)

Aurelia beschreibt, wie es von der Planung bis zum Überqueren der Ziellinie des 800 m Bärenlaufs in Hamburg war:



Am 18.02.2022 hat mein Papa Martin Kallenberg-Failla mich zu dem Lauf angemeldet. Eigentlich wollte ich bei meinem ersten Lauf gemeinsam mit meiner Freundin Laura an den Start gehen, denn Laura und Ihr Papa waren schon vor mir bei dem Hella HM und dem Bärenlauf angemeldet. Naja, Pläne ändern sich halt manchmal auch.

Am 24.06.2022 haben mich Mama und Papa von einer Geburtstagsfeier abgeholt und wir sind dann direkt nach Hamburg gefahren, Mensch war ich aufgeregt.

Es ist Samstag, der 25.06.2022, endlich ist es so weit, wir sind früh aufgestanden haben ordentlich gefrühstückt und sind erstmal noch auf Entdeckungstour durch Hamburg gegangen, dabei wollte ich schon heute Morgen meine Laufsachen anziehen.

Es ist so weit, wir haben 15:30 Uhr, Laufsachen sind an und es geht ab zur Ausgabe der Startunterlagen. Wow, hier ist ja schon richtig was los, der Start- und Zielbereich sind zu sehen. Es werden Durchsagen gemacht und ich darf dabei sein, es ist sehr aufregend für mich.

16:30 Uhr: die Startunterlagen sind abgeholt, den Chip habe ich am Schuh befestigt, meine Startnummer 71 ist am Shirt befestigt, jetzt kann es losgehen.

16:50 Uhr: Juhuuu, es ist so weit, ich stehe mit Mama im Startbereich, es sind nur noch wenige Minuten.

16:59 Uhr: Jetzt ist es so weit, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 los. Wow, so viele Leute rechts und links an der Strecke, das macht Spaß, alle klatschen und feuern an.

4:47 Minuten später: ich laufe über die Ziellinie und es stimmt, Papa hat recht, es ist ein tolles Gefühl, ich habe es geschafft.

Eine Medaille und Urkunde als Erinnerung gibt es auch, toll, ich freue mich auf den nächsten Lauf

Aurelia

Das hast Du super gemacht Aurelia, der VfB Fallersleben gratuliert Dir und ist super Stolz auf Dich.

Juli

Ein rundum gelungener Windmühlenberglauf 2022

Genau vor 3 Jahren fand der letzte Windmühlenberglauf bei uns beim VfB Fallersleben statt, weil die Corona-Pandemie einiges durcheinandergebracht hat. Umso schöner war der heutige 19. Windmühlenberglauf (10.07.2022), den wir das erste Mal in Verbindung mit unserem Sport- und Familienfest ausgetragen haben, was eine absolute Win Win Situation für beide Veranstaltungen war.

Diesmal haben wir einige Änderungen im Vergleich zum letzten Windmühlenberglauf vorgenommen, z.B. haben wir den Start und Zieleinlauf Bereich umdisponiert, weil an einer



Stelle der damaligen Streckenführung jetzt eine Halle für den Mum&Me Bereich steht, dadurch musste auch der Zielverpflegungsbereich an einen neuen Standort umziehen.

Dann haben wir auf das bewährte Zeitmesssystem in der Laufbranche RaceResult, inkl. eines kompletten Anmeldeprozesses umgestellt.

Jetzt hatten wir Sonntag, den 10 Juli 2022, alle Helferpositionen von der Startnummern Ausgabe über Streckenposten bis zum Fahrrad Begleiter des Schussläufers, waren vergeben und um 8 Uhr trafen wir Helfer uns um bis 9:30 Uhr alles aufzubauen. Das Wetter war diesmal ungewöhnlich kühl für unseren Lauf, normalerweise ist unser Lauf für heiße Temperaturen und die knackige Strecke bekannt. Diesmal waren es sehr angenehme 16 Grad Celsius beim Start, was ein perfektes Laufwetter ist.

Es ist kurz vor 9:30 Uhr, alle Läufer für den 10 km Wettbewerb, der auch ein Teil des Laufcup Wolfsburg Gifhorn ist, haben sich zum Startbereich am südlichen Fußballtor versammelt. Erst begrüßte der VfB gesamt Vorsitzende Nicolas Heidtke die Läufer, danach kamen paar motivierende Worte vom Bürgermeister André-Georg Schlichting und dann die letzten Worte vor dem Start vom Spartenleiter Sven Jäckel – und dann hat unser Vorstandsmitglied Martin Kallenberg-Failla den Lauf freigegeben.

Die 10 km Läufer waren mittlerweile 10 Minuten auf der Strecke, da standen schon die Läufer für den 2,5 km Lauf im Startbereich, der Lauf ist für unsere jugendlichen U20 und Kinder gedacht. Auch dieser Lauf wurde freigegeben, so dass jetzt alle Läufer beider Wettbewerbe auf der Strecke waren und gegen die Uhr kämpften.

Im Stadion kurz vor dem Zieleinlauf haben die Cheerleader mit ihren Pompons die Läufer auf ihren letzten Metern ordentlich angefeuert, so dass der Zieleinlauf sicherlich für viele in toller Erinnerung bleibt.

So langsam fühlte sich auch durch das Sport- und Familienfest das Stadion, was insgesamt für eine sehr positive und schöne Atmosphäre sorgte und da kamen auch die ersten Läufer des 2,5 km Laufs ins Stadion und das waren die 3 schnellsten Jungs:

Hans Kobmann – MTV Jahn Schladen = 9:46 Min.,

Martino Rossi – Wilhelm-Gymnasium BS = 10:26 Min.,

Ludwig von Kietzel – VfB Fallersleben LAj = 10:27 Min.

und das sind die 3 schnellsten Mädchen:



Nicola Bröger – VfL Lehre – 11:24 Min.,
Finja Bröger – VfL Lehre – 11:24 Min.,
Carlotta Ziebler – Braunschweiger Laufclub – 12:07 Min.

Das sind die Plätze unserer Athleten:

Jule Riedel – 12:46 Min. – Platz 1 – weibliche Jugend U14;
Riekje Hortmeyer – 13:31 Min. – Platz 2 – Kinder (weiblich) U12;
Ryan Gronow – 10:40 Min. – Platz 2 – männliche Jugend U16;
Tomm Krosch – 10:58 Min. – Platz 3 – männliche Jugend U16;
Hannes Krosch – 12:37 Min. – Platz 2 – Kinder (männlich) U10;
Livio Zier – 12:44 Min. – Platz 3 – männliche Jugend U14;
Yannick Frey – 12:56 Min. Platz 3 – Kinder (männlich) U12;
Henry Schurwanz – 13:52 Min. Platz 4 – Kinder (männlich) U12;



Nachdem die Siegerehrung des 2,5 km Laufs rum war und die Sieger ihre Medaillen in Empfang genommen haben, war es jetzt an der Zeit, dass die ersten Läufer des 10 km Wettbewerbs ins Stadion kamen und auch die wurden lautstark von den Zuschauern, den vielen Besuchern des Sport- und Familienfestes sowie den Cheerleader angefeuert.

Hier sind die 3 schnellsten Männer:

Valentin Harwardt – VfL Wolfsburg = 33:19 Min.,
Björn Timmermann – VfL Wolfsburg = 35:07 Min.,
Christian Boohs – Braunschweiger Laufclub = 35:18 Min.

und das sind die 3 schnellsten Frauen:

Katharina Stark – VfL Wolfsburg – 40:27 Min.,
Malin Zierenberg – Reitverein Knesebeck – 41:10 Min.,
Peggy Götting – MTV Müden/Örtze – 42:15 Min.

Das sind die Podestplätze unserer Athleten:

Lucie Lenz – 48:18 Min. – Platz 1 – weibliche Jugend U20;
Melvin Evers – 36:50 Min. – Platz 1 – männliche Jugend U20;
Jean Hellmuth – 41:06 Min. – Platz 2 – Senioren M50;
Rainer Morgenthal – 45:29 Min. – Platz 1 – Senioren M55;



Hier findet Ihr alle Ergebnisse des 19. Windmühlenberglaufes:

<https://my.raceresult.com/203570/results>

Im Zielbereich hat jeder Läufer erst eine DM Überraschungstüte bekommen und dann nach getaner Arbeit haben sich fast alle Läufer bei der Zielverpflegung mit lecker Zitronenteen, Wasser, Wassermelonen, Äpfel und Bananen erfrischt.

Von vielen Läufern kam ein sehr positives Feedback zurück, besonders die Anfeuerung der Cheerleader, die Zielverpflegung und die tolle Stimmung im Stadion kamen sehr gut an.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei unseren Sponsoren:

Schmidt Immobilien – (Urkunden und Medaillen)
REWE Tim-Marlo Kaiser – (Zielverpflegung)
DM – (Überraschungspaket)

Danke an alle Helfer und Glückwunsch an alle Läufer, dann bis zum nächsten Jahr.



Sommerfreizeit 2022

In diesem Jahr ging die Sommerfreizeit mit insgesamt 15 Teilnehmer im Alter von 12 bis 45 Jahren ganz hoch hinaus in Dänemark. Und zwar vom 16. bis 23. Juli nach Blokhus.



Geplant wurde die Fahrt in diesem Jahr Benno Wiggers, unterstützt von Sven Jäckel. Ein großer Dank geht an den VfB Fallersleben und die VW Sportkommunikation für die Bereitstellung der Fahrzeuge, ohne die der Transport des Gepäcks, Essen, Getränke, Spiele und der Teilnehmer nicht möglich gewesen wäre.

Zum Kochen und Tagebuch wurde die Gruppe wieder in vier Teams eingeteilt:

Wie gewohnt haben die Teilnehmer ein Tagebuch verfasst, in dem ihr nachlesen könnt, wie es den Teilnehmern ergangen ist und was erlebt wurde.

August

9 VfB Läufer beim 20. Knesebecker Einhornlauf am Start

Am Freitag, den 19.08.2022, startete um 19 Uhr der Wolfsburg Gifhorner Laufcup beim Knesebecker Einhornlauf in die zweite Saisonhälfte.

5 Podiumsplätze gab es für unsere Läufer in den Altersklassenwertungen zu feiern.

Hier sind die Ergebnisse aus Knesebeck:

Frauen:

Ines Roeßler – 46:31 Min. – Gesamt 8. – AK W50 = 2.

Michelle Evers – 51:03 Min. – Gesamt 11. – AK Frauen = 2.

Ulrike Schneibner – 1:00:08 Min. – Gesamt 15. – AK W50 = 3.

Männer

Melvin Evers – 38:30 Min. – Gesamt 7. – AK MJ U20 = 1.

Jean Hellmuth – 40:09 Min. – Gesamt 10. – AK M50 = 1.

Olaf Fink – 44:25 Min. – Gesamt 20. – AK M50 = 4.

Jörn Manske – 49:29 Min. – Gesamt 40. – AK M55 = 8.

Klau Jädike – 56:58 Min. – Gesamt 60. – AK M60 = 6.

Heino Wengelnik – 1:01:39 Std. – Gesamt 64. – AK M55 = 12.

VfB Fallersleben gratuliert den Läufern für die guten Ergebnisse.



September

Dieter- Möhring- Sportfest Wolfsburg

Am 03.09.2022 fand das 40.te Dieter- Möhring- Sportfest in Wolfsburg statt, vom VfB Fallersleben nahmen insgesamt 13 Athleten erfolgreich teil.



Unsere jüngste Teilnehmerin Henrieka Weber belegte beim 3 Kampf der W8 mit 752 Punkten den ersten Platz.

Auch Marlon Voigt gewann den 3 Kampf der M11 in 901 Punkten.

Die zweitjüngste Teilnehmerin vom VfB, Luisa Grüber, belegte beim 3 Kampf der W9 mit 686 Punkten den 6ten Platz.

Beim 4 Kampf der W12 gab es gleich zwei Podiumsplätze für den VfB. Charlotte Michitsch wurde 2te mit 1.598 Punkten und Elena Bozena Cichosz wurde 3te mit 1.455 Punkten. Victoria Böhm musste leider nach der dritten Disziplin verletzungsbedingt aufhören.

Noch weitere 4 Athleten vom VfB nahmen am 4 Kampf teil und konnten gute Plätze erzielen.

Jule Riedel wurde mit 1.547 Punkten 4te der W13.

Bei der M13 wurde Ludwig von Kietzell 4ter mit 1.405 Punkten und Christopher Gutierrez Eilenfeld belegte den 6ten Platz mit 1.309 Punkten.

Elia Schmidt wurde 2ter der M14 mit 1.283 Punkten.

Melvin Evers, der eigentlich nur Langstrecken läuft, versuchte sich an der 100m Sprint Strecke. Er gewann seine Altersklasse MJU 20 in 12,81 Sekunden.

Später lief er noch die 800m und konnte seine Altersklasse in 2:08 Minuten gewinnen.

Felix Kühne startete über 100m und 400m in der Männer Klasse.



Bei den 100m wurde er in einer Zeit von 13,81 Sekunden 4ter, bei den 400m erzielte er mit 70,27 Sekunden den 2. Platz.

Lia Riedel, die in die W15 hochgemeldet wurde, konnte beim Weitsprung mit 3,97m den 5ten Platz erzielen.

Es war ein erfolgreiches Sportfest für den VfB.



Die Leichtathletik Familie war beim ISTAF in Berlin

In unserer Leichtathletik Sparte ist es langsam schon Tradition geworden, dass wir zu den ISTAF Ver-



anstaltungen nach Berlin, ob im Winter oder Sommer, fahren. Aber so viel wie dieses Mal, 34 Teilnehmer, hatten wir noch nie. Das liegt wahrscheinlich daran, dass die EM in München erst kürzlich sehr erfolgreich für die deutschen Athleten verlaufen ist und viele von den Stars in Berlin am Start oder Anwesend waren. Sicherlich ist auch ein Grund, dass nach der langen Corona Pause viele einfach nur hungrig waren ein Top Event, inkl. super Athleten und toller Stimmung, live zu sehen.

Am Sonntag, den 04.09.2022, haben wir uns alle (Jugendliche, Eltern, Erwachsene) um 9:30 Uhr vor dem Wolfsburger Hauptbahnhof getroffen. Alle 34 Teilnehmer waren ziemlich pünktlich da, so dass unser Spartenleiter Sven allen die Zugtickets überreichen konnte. Pünktlich um 9:54 Uhr ging es dann mit IC245 im Wagen 6 nach Berlin-Spandau. Von Spandau ging es auch sofort mit der S-Bahn zum Berliner Olympiastadion. Bei bestem Wetter, so um die 24 Grad, haben wir vor dem berühmten Marathontor mit den Olympischen Ringen ein Gruppenfoto gemacht. Tumm unser Social Media Verantwortlicher hat unsere Facebook und Instagram Kanäle mit aktuellen Fotos versorgt.



Gegen 12 Uhr ging es ins Olympiastadion rein, manche sind linksrum und manche rechtsrum zu un-



serem Block gegangen. Für alle die rechtsrum gegangen sind, hat Sven eine private Sonderführung gemacht, weil er schon des Öfteren in diesem Stadion als Helfer bei größeren Leichtathletik Veranstaltungen im Einsatz war. Besonders interessant zu hören war, dass es untermirdisch noch mehrere Etagen und sogar ein kleines Stadion sowie ein Gefängnis gibt.

Um 12:30 Uhr hat das Vorprogramm mit dem Schools Cup begonnen, was für die Kids sicherlich vor der Kulisse ein sehr besonderes und unvergessliches Erlebnis sein

sollte.

Gegen 13:40 Uhr wurde offiziell die Veranstaltung eröffnet und so haben wir gemeinsam bei bester Stimmung, inkl. 37.000 anderer Zuschauer, die Wettkämpfe verfolgt.

Als internationale Highlights sorgten die Olympiasieger Karsten Warholm, Valarie Allman und Malaika Mihambo für gute Stimmung.

Emotional war auch der Abschied von der Diskuswerferin Nadine Müller, die sich an diesem Tag aus dem Leichtathletik Profibereich verabschiedet hat.

Leider konnte Lisa Lückenkemper aufgrund einer Verletzung nicht starten und trotzdem hat sich Lisa es nicht nehmen lassen und war persönlich vor Ort im Stadion und hat fleißig Autogrammkarten signiert. Einige unserer jüngeren Athleten haben natürlich die Gunst der Stunde genutzt und haben sich von Lisa, aber auch von anderen Athleten, Autogramme geben lassen.

So schnell konnten wir gar nicht gucken und schon war ISTAF 2022 Geschichte. Gestärkt in Spandau ging es mit kurzer Verspätung kurz vor 19 Uhr in die Heimat nach Wolfsburg.

Weil es ein rundum gelungener Ausflug war und er allen sehr gut gefallen hat, beginnt jetzt schon die Planung für den Winter ISTAF. Diesmal wahrscheinlich mit Übernachtung Ende Januar 2023 in Düsseldorf.



Tomm und Ryan bei ihren ersten Landesmeisterschaften



erzielte er 8,38m und im Hochsprung schaffte im Schersprung 1,40m. Herausragend waren die 5,16m im Weitsprung von ihm.

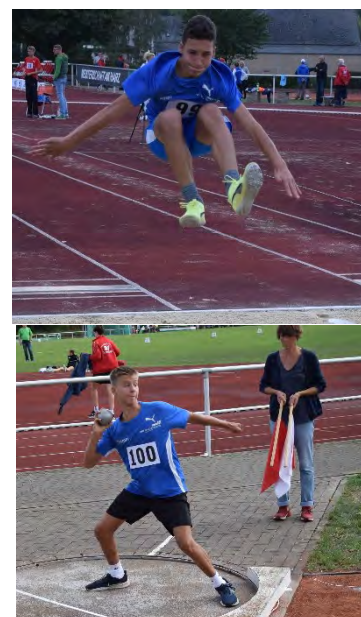
Tomm konnte aufgrund einer Knierverletzung, die ihn in den letzten beiden Wochen am Training hinderte, nicht sein volles Potential ausschöpfen und belegte am Ende Platz 14 mit 1677 Punkten. Trotzdem konnte er im Kugelstoßen mit 8,54m und im Weitsprung mit 4,51m zwei neue persönliche Bestleistungen aufstellen. Über 100m lief er 13,88s. Im Hochsprung kam er mit dem feuchten und schmierigen Anlauf nicht klar, so dass er nur 1,36m hoch sprang.

Obwohl die Athleten nicht mit all ihren Leistungen zufrieden waren, war es für ihre erste Landesmeisterschaft unter den Umständen ein gutes Abschneiden.

Dazu herzlichen Glückwunsch.

Am 10. September fanden in Harlingerode bei Bad Harzburg die Landesmeisterschaften Mehrkampf der U16 statt. Von uns waren Tomm Krosch und Ryan Gronow im Vierkampf der M14 am Start. Bei wechselhaftem Wetter mit viel Sonne und zwei heftigen Schauern konnten beide überwiegend gute Leistungen erzielen.

Ryan belegte bei seinem erstem Vierkampf mit 1804 Punkten Platz 9 und somit nur knapp an einer Urkunde vorbei. Über 100m lief er 13,32s, im Kugelstoßen



Viele erfolgreiche VfB Läufer beim 15. Wolfsburg-Marathon

Nach zwei Jahren Coronapause gingen viele unserer Läufer, am 11.09.2022, bei der 15. Auflage des Wolfsburg Marathon über die verschiedenen Distanzen an den Start.



Meistens ist der Wolfsburg Marathon dafür bekannt, dass es an dem Tag etwas wärmer ist als es üblich ist für einen September Tag. Doch diesmal war perfektes Laufwetter angesagt, es waren

kühle knappe unter 20 Grad Celcius.

Offiziell haben wir uns für ein Gruppenfoto um 9:45 Uhr vor dem Rathaus Haupteingang getroffen, warum, weil die meisten VfBler einen Halbmarathon gelaufen sind.

Es war deutlich zu spüren, dass die meisten nach längerer Zeit ohne Wettkampf sich sehr auf den Tag und die Wettkämpfe gefreut haben und so ging es nach dem Foto zu der Startlinie.

Ganze 20 VfB Läufer sind beim Halbmarathon angetreten und haben sehr gute Ergebnisse erzielt, hier die einzelnen Ergebnisse:

Marion Rusch-Thienel wurde mit 1:51:26 h Siegerin der AK W55,
Karin Manzeck hat in der AK W60 den 2 Platz in 1:53:23 h und
Frank Balzer hat in der AK M50 den 3. Platz in 1:27:46 h belegt,
Jens-Uwe Beier durfte sich über eine persönliche Bestzeit in 1:54:51 h freuen,

Bettina Daft ist die gesamte Strecke gewalkt und das in einer tollen 2:39:16 h Zeit,

Für Lucie Lenz war es sogar der allererste Halbmarathon und den hat sie mit einer schnellen 1:52:36 h Zeit gemeistert.

Olaf Fink – 1:35:06 h,
Oscar Gutierrez Vargas – 1:50:54 h,
Prof. Dr. Nicolas Heidtke- 2:13:26 h,
Jean Hellmuth – 1:29:02 h,
Christoph Jachlinski – 2:01:40 h,
Kerstin Jachlinski – 2:31:11 h,
Klaus Jädicke – 2:06:17 h,
Sandra Lenz – 1:58:40 h,
Jörn Manske – 1:55:43 h,
Rainer Morgenthal – 1:38:12 h,
Erwin Plumeier – 1:43:54 h,
Rudi Schmidt – 1:42:00 h,
Stefan Weinert – 2:02:53 h,
Frank Weisgerber – 1:34:09 h

In der Teamwertung haben unsere Frauen um Lucie, Karin und Marion den 2. Platz belegt, benötigt haben die Damen dafür 5:37:25 h.

Beim 10 km Wettbewerb gingen 5 VfB Läufer erfolgreich ins Rennen mit folgenden Ergebnissen:



Für Victoria Böhm war es der aller erste 10 km Wettkampf, den sie sogar in der AK U14 mit einer Zeit von 1:12:14 h gewinnen konnte.

Auch Hanna Traxel konnte einen Sieg in ihrer AK W35 einfahren, in genau 47:57 Minuten.

Nadine Böhm – 1:12:15 h,

Nina Kremer – 59:41 Min.,

Felix Kühne – 46:57 Min.,

Einen 3. Platz in der Teamwertung, haben Victoria, Nina und Hanna in kumulierten 2:59:52 h errungen.

Und auch die 5 km Strecke haben einige VfB Läufer erfolgreich absolviert.

Ludwig von Kietzell hat mit 21:30 Min. die AK U15 Wertung gewonnen. Ebenfalls in der AK U14 Wertung hat sich Christopher Gutierrez Eilenfeld mit 24:24 Min. ein Treppchenplatz geholt.

Jörn Niestroj – 42:05 Min.

Als Mannschaft haben die 5 km Starter die Teamwertung für sich entscheiden können, mit 1:27:59 h waren Ludwig, Christopher und Jörn die strahlenden Sieger.

VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen!

VfB Leichtathleten mit 4 Altersklassen Siegen und einer persönlichen Bestzeit beim 17. Fun Run in Wilsche

Am Sonntag, den 18.09.2022, gingen insgesamt 10 VfB Leichtathleten beim 17 Fun Run in Wilsche an den Start und das sehr erfolgreich.

Insgesamt gab es 4 Altersklassensiege zu feiern.

Ines Roeßler holte sich in der AK W50, in 46:00 Minuten den Sieg,

Melvin Evers in der AK m. Jugend A, in 36:57 Minuten,

Jean Hellmuth in der AK M50, in 39:46 Minuten und

Rainer Morgenthal in der AK M55, in 44:10 Minuten.

Auch Frank Balzer hat es aufs Treppchen geschafft, er wurde in 40:00 Minuten, in der AK M50 zweiter.

Über eine neue persönliche Bestzeit durfte sich Jens Uwe Beier freuen. Angetrieben von seinem Trainer Jörn Manske ist Jens die schnellsten 10 km seines Lebens gelaufen, das in 51:25 Minuten, das war eine Verbesserung um satte 60 Sekunden.

Hier sind alle weiteren Ergebnisse:

Sandra Lenz – 55:57 Minuten,

Jörn Manske – 50:39 Minuten,

Rudi Wächter – 48:13 Minuten,

Heino Wengelnic – 57:09 Minuten.

VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen!



Fest der 1000 Zwerge Hamburg



Am 23.09 ging es zum Abschluss der Sommersaison wieder zum Fest der 1000 Zwerge nach Hamburg. Schon am Freitag trafen sich die 12 Athleten und Betreuer, um nach Hamburg zu fahren, da der Wettkampf am Samstag früh losging.

Nach dem Abendessen in der Jugendherberge teilte sich die Gruppe auf, um einerseits den Film Avatar im Kino und andererseits einen Spaziergang in der Nähe der Herberge zu machen. Während im Kino in der Hälfte des Films auf einmal die Beleuchtung aufgrund technischer Schwierigkeiten an und ausging, verlor ein Mitglied der anderen Gruppe sein Handy auf einem Spielplatz. Nachdem das Licht wieder aus war, stolperte Ryan über die von Tomm auf dem Boden abgestellten Nachos und verteilte die restliche Soße auf Tomms weißen Schuhen. In der Zwischenzeit war die andere Gruppe wieder in der Jugendherberge angekommen und traf sich in der Mensa, um ein paar gemeinschaftsspiele zu spielen, bevor sie auf die Zimmer gingen, um sich für den nächsten Tag auszuruhen. Gegen 23:30 Uhr kam auch die Truppe aus dem Kino zurück und machte sich gleich auf in die Betten.

Die beiden Wettkampftage verliefen Größtenteils sehr zufriedenstellend, auch wenn das hamburger Regenwetter uns Wolfsburgern leicht zu schaffen machte. Besonders die Hochspringer hatten die beiden Tage zu kämpfen. Nichtsdestotrotz ließen die Athleten und Athletinnen sich nicht davon abhalten neue persönliche Rekorde und erfreuliche Platzierungen zu erzielen. Hier ein kleiner Ausschnitt der Ergebnisse, alle Ergebnisse gibt es hier:



<https://ladv.de/veranstaltungen/detail/24226>.

- Marlon Voigt: 50m: 8,16 Sek, 6. Platz; Weitsprung: 3,57 m, 7. Platz
- Ryan Gronow: Weitsprung 4,97 m 4. Platz; 100m-Finale leider Fehlstart
- Tomm Krosch 100m: 13,88 Sek, 7. Platz; Kugelstoßen: 8,52 m 4. Platz; Diskus: 21,16 m 4. Platz; Speerwurf: 23,89 m, 5. Platz
- Nikita Reich: Kugelstoßen: 6,95 m, 3. Platz
- Elia Schmidt: Kugelstoßen: 6,87 m, 5. Platz
- Christopher Gutierrez: 15,88 m, 7. Platz; Hochsprung: 1,39 m, 6. Platz
- Charlotte Michitsch: 75m: 10,57 Sek, 4. Platz; Kugelstoßen: 5,38 m, 8. Platz
- Jule Riedel: Weitsprung: 4,30 m, 7. Platz
- Lia Riedel: Weitsprung: 3,64 m
- Victoria Böhm: 75m: 11,18 Sek, 4. Platz
- Elena Cichosz: Kugelstoßen: 6,11 m, 6. Platz
- Diana Krüger: 800m: 2:50,89 Min
- Elia Schmidt, Nikita Reich, Tomm Krosch, Ryan Gronow: 4x100m Staffel: 53,74 Sek, 2. Platz

Samstagabend ging es wie jedes Jahr bei dem Fest der 1000 Zwerge in das Restaurant "Schweinske" um sich für die Leistungen am Tag zu Belohnen. In einem Raum nur für sich ließen sich die Athleten



und Begleiter tolles Essen servieren und verbrachten so den Abend mit unterhaltsamen Gesprächen beim Essen

Sonntag kehrten alle gemeinsam nach dem letzten Wettkampf zurück. Nach dem langen Wochenende waren alle geschafft und freuten sich auf eine warme Dusche und eine Nacht in ihrem eigenen Bett.

Ein erfolgreicher 10. Bahrs Kartoffellauf

Der 10. Bahrs Kartoffellauf, am 25.09.2022, war auf der 10 km, 5,5 km sowie der 800 m Strecke mit zahlreichen VfB Leichtathleten sehr erfolgreich vertreten.

Hier sind alle einzelnen Ergebnisse:

10 km

Männer:

- Melvin Evers – 36:30 Minuten (Persönliche Bestzeit),
- Jean Hellmuth – 38:06 Minuten (2. Platz AK M50),
- Frank Balzer – 39:06 Minuten (3. Platz AK M50),
- Erwin Plumeier – 46:56 Minuten,
- Jörn Manske – 51:20 Minuten,
- Stefan Weinert – 53:16 Minuten,
- Jens Uwe Beier – 53:23 Minuten,
- Heino Wengelnic – 56:56 Minuten.

Frauen:

- Karin Manzeck – 51:06 Minuten (2. Platz AK W60),
- Sandra Lenz – 53:35 Minuten (3. Platz AK W40),
- Ulrike Scheibner – 54:55 Minuten,
- Haike Grolla – 54:56 Minuten (3. Platz AK W55),
- Heino Wengelnic – 57:09 Minuten.

5 km

Männer:

- Melvin Evers – 20:43 Minuten (2. Platz Gesamt und 1. Platz AK U20),
- Benno Wiggers – 22:49 Minuten (1. Platz AK Männer),
- Jakob Neumann – 25:15 Minuten (1. Platz AK U14),
- Steffen Neumann – 28:26 Minuten (1. Platz AK M50),

Frauen:

- Michelle Evers – 26:35 Minuten (1. Platz AK U23),
- Silke Neumann – 28:44 Minuten (1. Platz AK W50),

800 m Schülerlauf

- Philipp Neumann – 2:45 Minuten,



VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen!

Oktober

VfBer beim 12. Köhlbrandbrückenlauf am Tag der Deutschen Einheit in Hamburg

Bei buchstäblich typischem Herbstwetter – heiter bis wolkig, böig, selten regnerisch – ging es für den Lauftreff vom VfB Fallersleben nach 2 Jahren Unterbrechung wieder über Europas zweitlängste Straßenbrücke. Verteilt auf drei Läufe waren lt. Veranstalter insgesamt knapp 6.000 TeilnehmerInnen am Start. Verstärkt durch einige GastläuferInnen, konnten wir mit insgesamt 13 TeilnehmerInnen ein großes Team stellen, das selbst dem Stadionansager beim Zieleinlauf auffiel. Leider verortete er Fallersleben nach Sachsen-Anhalt, was wir aber über die Siegerin des Wolfsburger Marathons, Martina Dannheimer, Mitglied im Hamburger Organisationsteam, gerne aufklärten.



Auf der 12,3 Kilometer langen Strecke durch den Hamburger Hafen und über das Hamburger Wahrzeichen hinweg, haben wir dem Wind und Wetter getrotzt und den unvergleichlichen Blick auf den Hamburger Hafen genießen können. Trotzdem kamen die sportlichen Leistungen definitiv nicht zu kurz.

Erlaufen werden konnten 4 Top Ten Platzierungen in den Altersklassen und Platz drei in der Teamwertung der Frauen gegen deutlich jüngere Konkurrenz.

Hier sind alle unsere Ergebnisse:

- 3. Platz Teamwertung der Frauen; Teamzeit: 3:02:45 h (Kathrin Nickel, Marion Rusch-Thienel, Karin Manzeck)

Einzelwertungen:

- 2. Platz AK 65 Claus Ludwig 01:03:22 h;
- 2. Platz AK 60 Karin Manzeck 01:04:39 h;
- 2. Platz AK 55 Marion Rusch-Thienel 01:02:15 h;
- 2. Platz AK 45 Kathrin Nickel 00:55:51 h

Weiter waren für den VfB unterwegs:

- Ulrike Scheibner – 01:11:36 h;
- Jörn Manske – 01:02:40 h;
- Nils Hildebrandt – 01:02:51 h;
- Kai Oltmanns – 01:03:20 h;
- Holger Hänisch – 01:04:39 h;
- Jens-Uwe Beier – 01:08:33 h;
- Klaus Jädike – 01:09:11 h;
- Rainer Thienel – 01:14:02 h;
- Martin Riedel – 01:17:21 h

Wir bedanken uns bei allen GastläuferInnen und den VfBler für die tollen Leistungen.

E-Kadersichtung des NLV



Am 9. Oktober fand in Hannover die Sichtung zum E-Kader des NLV statt. Von uns waren 8 Athleten dabei, die in verschiedenen Tests ihr Leistungsvermögen unter Beweis stellten. Jetzt wird auf das Ergebnis gewartet. Alle sind gespannt, ob und wer es in den Kader geschafft hat.

4 VfB Leichtathleten mit klarem Ziel beim Amsterdam Halbmarathon

Nachdem Jörn Manske mit Jens-Uwe Beier schon im letzten Jahr in Amsterdam waren, haben diesmal am Freitag, den 14.10.2022, die sich zu viert auf den Weg gemacht, mit dabei waren diesmal on top Klaus Jädicke und Stefan Weinert.

Der Start in Amsterdam stand in diesem Jahr allerdings unter keinem guten Stern. Stefan hat seit dem Wolfsburg Marathon mit einer Verletzung zu kämpfen gehabt und dadurch einen enormen Trainingsrückstand mit auf den Weg genommen. Klaus machte in der Vorbereitung lange Zeit sein Knie Probleme.

Der Antritt der Reise stand allerdings niemals im Zweifel. Die Frage war nur, ob tatsächlich alle an den Start gehen würden?? Ein letzter Test am Samstag beim 6,5 Km Morning Run durch Amsterdam brachte dann die endgültige Entscheidung, JA ALLE gehen an den Start.

Und das besondere, die 4 haben beschlossen, diesmal als Team zu starten und den Lauf gemeinsam zu absolvieren und das war die absolut richtige Entscheidung. Auch wenn Stefan sich nach 10 km entschieden hat sein Tempo zu drosseln, haben Jörn mit Jens den Klaus weiterhin zu einem sehr besonderen Ziel begleitet.

Das Publikum am Straßenrand feuerte unser VfB Team immer wieder an. Klaus kämpfte bis zum Schluss und am Ende konnten Jörn, Jens und Klaus Hand in Hand zu dritt die Ziellinie überqueren.

Damit konnte Klaus seine persönliche Bestzeit deutlich verbessern. 2 Stunden 4 Minuten und 34 Sekunden hat Klaus jetzt als Bestzeit für einen Halbmarathon in den Geschichtsbüchern stehen 👍👍.

Nachdem die 3 begeistert ihre Medaillen empfangen haben, warteten die sehr glücklich im Ziel auf Stefan. Mit einem Lächeln im Gesicht kam er dann auch nur 15 Minuten später über die Ziellinie. Die Atmosphäre dieses Jahr bei über 46.000 Läufern war unbeschreiblich. Schon am Morgen um 9



Uhr als die 18.000 Marathonis im Olympia Stadion an den Start gingen, sorgte das für eine richtige Gänsehaut.

Am Sonntagabend ging es dann wieder zurück nach Fallersleben.

Im nächsten Jahr ist laut Jörn sicherlich eine Wiederholung geplant.. und wer weiss..vielleicht mit einem noch größeren Team.

VfB Fallersleben gratuliert für das sehr besondere Erlebnis.



11 VfB Leichtathleten beim Neuhäuser Burglauf

Mit dem 10 Kilometer Neuhäuser Burglauf endete am Sonntag die Wolfsburg-Gifhorner Laufcup-Serie mit dem 9. Rennen der Saison. Bei spätsommerlichen Temperaturen war es auf der durchaus anspruchsvollen Laufstrecke wieder eine schöne Laufveranstaltung, an der von uns folgende Sportlerinnen und Sportler teilnahmen:

Weiblich

Platz – Name – Laufzeit

7. – Ines Roeßler – 46:46 Minuten

17. – Sandra Lenz – 51:33 Minuten

26. – Lucie Lenz – 58:16 Minuten

28. – Ulrike Scheibner – 58:43 Minuten

37. – Kerstin Jachlinski – 1:06:26 Stunden

Männlich

7. – Melvin Evers – 38:18 Minuten

10. – Jean Hellmuth – 39:13 Minuten

30. – Rainer Morgenthal – 43:50 Minuten

60. – Erwin Plumeier – 48:39 Minuten

83. – Christoph Jachlinski – 55:22 Minuten

89. – Rainer Thienel – 57:13 Minuten

Wir bedanken uns bei allen Athletinnen und Athleten für die Teilnahme an der Laufveranstaltung und die schönen sportlichen Leistungen.

Eine Sportpartnerschaft über zwei Kontinente – Synchronlauf in Fallersleben und Ghana



Der VfB-Fallersleben startete ein neues sportliches Format mit der Joyful Learning School aus Ghana, Afrika: „Synchronlauf“ über 50 Meter Sprint. Dieses Event fand am Sonntag, den 23. Oktober 2022 statt und war

wahrscheinlich einer der ersten parallelen Partnerschaftsläufe auf zwei Kontinenten zugleich!

Für dieses interkontinentale Event gingen jeweils 10 Läufer und Läuferinnen, im Alter von 8-11 Jahren, in Fallersleben und Sunyani zeitgleich an den Start des Sprints. Der Startschuss erfolgte synchron um 13:00 in Fallersleben und 11:00 auf dem Sportplatz in Sunyani, Ghana. Beide Seiten konnten den Lauf live über Skype und Youtube verfolgen, sodass auch die sportliche Leistung und die Emotionen des jeweils anderen Kontinents übertragen wurden.



So ein interkontinentales Ereignis bringt einige

Besonderheiten mit, beispielsweise mussten sich die Sportler in Ghana bei 30 Grad und knallender Äquatorsonne kaum warm machen, während die Sportler in Fallersleben bei 17 Grad sich durchaus aufwärmen mussten.



Nach den 4 Läufen zeigte sich, dass Team aus Ghana mit durchschnittlich 8,4 Sekunden über 50 Meter Sprint deutlich schneller war als das Team aus Fallersleben mit durchschnittlich 9,5 Sekunden. Die Freude war natürlich sehr groß, jedoch wurde auch stets nicht vergessen, dass es vor allem

darum geht, miteinander Sport zu treiben. Ebenfalls konnten die Sportler bei allen Unterschieden Gemeinsamkeiten entdecken und voneinander lernen.

Im Anschluss gab es für beide Teams selbstverständlich eine Siegerehrung mit Urkunde für Jeden. Die Läufer und Läuferinnen wussten vorher noch nicht, dass sie die gleichen Urkunden erhalten würden, sodass die Freude am Schluss umso größer war!



Der Hintergrund der Kooperation mit Ghana stammt aus dem Jahr 2005, in dem die Joyful Learning School in Ghana, West-Afrika von Wolfsburgern gegründet wurde. Sie ist zusätzlich über Wolfsburg durch die Schulpartnerschaft mit der Grundschule Ehmen-Mörse verbunden.

Manche werden in Ghana an der Joyful vertraute Gesichter erkennen. Aktuell befindet sich eine Delegation der Grundschule-Ehmen Mörse mit dem ehemaligen Schuldirektor Herrn Jan Wonszak und der Englischlehrerin Anita Schmidt und ihren Kindern Elia und Mia, sowie ihrem Ehemann Alexander Schmidt auf einem Schulpartnerbesuch vor Ort in Ghana und begleiteten das Sportereignis. Die Kooperation ist jedoch nicht nur aus sportlichem Interesse. Neben dem Partnerschaftslauf haben sich die Schüler und Lehrer kennengelernt, eine gemeinsame Schulhymne komponiert, ein Schulpartnerschaftsteam gegründet und eine Lehrerfortbildung durchgeführt. Jan Wonszak hat das sportliche Angebot gesichtet und die Laufbahn ausgemessen, welche am Sonntag bei dem Kick-off „Synchronlauf“ ebenfalls neu eingeweiht wurde.

All dies setzt ein Zeichen für internationale Partnerschaft und macht Lust auf mehr!

Einen ausführlichen Blogeintrag findet ihr unter: <https://schmidteinaufreisen.wordpress.com/2022/10/23/tag-6-kick-off-der-kooperation-mit-der-leichtathletik-sparte-des-vfb-fallersleben/>

November

VfBer erfolgreich in Stendal



Am 26. November fand in Stendal das Offenes Hallen-Altmark-Sportfest statt. Vom VfB Fallsleben waren zehn Athleten am Start. Was zu Beginn des Tages niemand ahnte, dass es ein sehr erfolgreicher Tag für den Verein werden sollten. Insgesamt konnten 14 Podestplätze und viele persönliche Bestleistungen in der Halle erzielt werden.

Auf einen ersten Platz kamen Christopher Gutierrez (M13: Hochsprung,

1,30m), Diana Krüger (W13: 800m, 3:07,77min), Jule Riedel (W13: Hochsprung, 1,35m), Charlotte Michitsch (W12: 50m, 7,43s; Hochsprung, 1,30m), sowie die Staffel der W13 (Böhm, Krüger, Michitsch).

Einen zweiten Platz belegten Ludwig von Kietzell (M13: 800m, ohne Zeit), Paul Graubner (M12: Weitsprung, 4,07m), Jule Riedel (W13: Weitsprung, 4,35m), Victoria Böhm (W12: 800m, 3:10,11min) und Elias Bensghir (M11: 800m, 2:52,81min)

Dritte Plätze belegten Paul Graubner (M12: 50m Hürden, 10,40s; Hochsprung, 1,20m), sowie die Staffel der M13 (Bensghir, von Kietzell, Gutierrez).



Weitere Platzierungen unserer Athleten:

Ludwig von Kietzell, M12: Weitsprung, 4., 4,18m

Paul Graubner, M12: 50m, 4., 8,22s

Diana Krüger, W13: 50m, 6., 8,41s; Weitsprung, 5., 4,02m

Jule Riedel, W13: 50m Hürden, 5., 12,43s

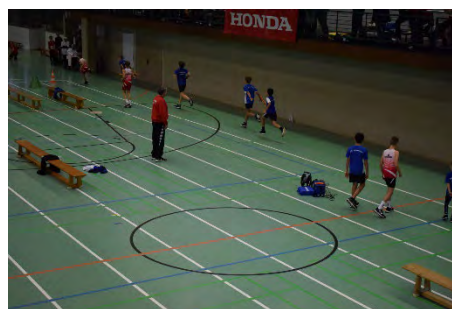
Victoria Böhm, W12: 50m, 6., 7,87s

Charlotte Michitsch, W12: Weitsprung, 5., 4,00m

Elias Bensghir, M11: 50m, 5., 8,78s; Weitsprung, 4., 3,67m

Youness Bensghir, M10: 50m, VL, 9,42; 800m, 4., 3:16,87min; Weitsprung, 11., 3,18m

Meriam Bensghir, W10: 50m, VL, 9,26; 800m, 6., 3:28,60min; Weitsprung, 12., 3,15m



Für die Geschwister Bensghir war es der erste Wettkampf und die beiden jüngeren wurden sogar in die M10 hochgemeldet. Alle drei zeigten starke Leistungen.

Dezember

Adventsfahrt der Jugend nach Schierke

In diesem Jahr ging es die Leichtathleten des VfB Fallersleben am 2. Adventswochenende zum ersten Mal für ein kurzes Wochenende nach Schierke. Nachdem die geplante Fahrt im letztem Jahr wegen Corona sehr kurzfristig ausfallen musste, hat es in diesem Jahr funktioniert.



Am Freitag, 2. Dezember machte sich 28 Athleten und Trainer mit drei Bussen der VW-Sportkommunikation und ein Privatfahrzeug auf den Weg zur Jugendherberge in Schierke. Schon die Hinfahrt war ein Erlebnis, da es ab Wernigerode immer stärker anfing zuschneien und die Straße schnell eine geschlossene Schneedecke hatte. Die letzten 10km zum Ziel ging es fast nur im Schrittempo.



Als die Jugendherberge erreicht war ging es an Beziehen der Zimmer und zum Abendessen, bevor es in die Sporthalle ging. Die spielerische Einheit hatte Elia geplant und die neuen Spiele kamen bei den Teilnehmern gut an. Vor dem Schlafengehen gab es im Seminarraum noch eine Weihnachtsgeschichte von Benno.

Am Samstag empfing die Teilnehmer bestes Winterwetter. Doch zuerst ging es wieder in die Sporthalle, wo wieder viele neue Spiele ausprobiert wurden. Am Nachmittag ging es dann endlich raus zu einer

Winterwanderung um und durch Schierke, die Tomm geplant hatte. Während der Wanderung lernten fast alle Teilnehmer das Element „Schnee“ näher kennen, wodurch die Wanderung länger dauerte als gedacht. Einige wurde im Laufe der Wanderung fast selbst zum Schneemann/-frau. Aber es hat den Teilnehmern überwiegend viel Spaß gemacht.

Nachdem sich alle wieder aufgewärmt hatten, wurden im Seminarraum noch ein paar Spiele im Stuhlkreis gespielt, bevor es zum Abendessen ging. Am Abend stand noch das Bowlen in zwei Gruppen auf dem Programm. Die jeweils andere Gruppe, die gerade nicht bowlte, spielte im Seminarraum eine Runde Cranium oder erholte sich vom harten Tag.

Am Sonntag ging es nach dem Räumen der Zimmer noch einmal für zwei Stunden in die Sporthalle.



Nach dem Mittagessen ging es dann wieder Heimwärts, wo die Teilnehmer glück und teilweise übermüdet ankamen.

Starke Leistungen zum Jahresabschluss

Am Wochenende vor Weihnachten nahmen sechs Athleten noch an zwei Wettkämpfen in Hamburg und Hannover teil.



Jule Riedel und Charlotte Michitsch starteten am 17.12. beim 9. Deutscher Talent-Mehrsprung-Cup in Hannover. Dort belegte Jule Riedel in der Altersklasse U14 im Fünfer Mehrfachsprung mit 14,81m den dritten Platz. Charlotte Michitsch wurde in der gleichen Altersklasse mit 14,73m vierte. Die Siegerehrung wurde durch den Bundestrainer Dreisprung Charles Friedek durchgeführt.



Am gleichen Tag starteten Victoria Böhm, Diana Krüger, Ryan Gronow und Tomm Krosch in Hamburg. Da der Wettkampf am Samstag relativ früh anfang, erfolgte die Anreise wieder am Freitag. Es erfolgte ein gemeinsames Abendessen im Schweinske und ein Besuch des Hamburger Weihnachtsmarktes.



Am Wettkampftag kamen alle ausgeruht in der Hamburger Leichtathletikhalle. Als erstes war Ryan Gronow in der M14 am Start.

Dort belegte er mit 5,04m einen guten 7. Platz. Im Anschluss ging es an die Vorläufe der W12 und W13. In der W12 konnte sich Victoria Böhm gegen 56 Konkurrentinnen mit 8,90s (neuen Vereinsrekord) durchsetzen und für den A-Endlauf qualifizieren und wurde dort in 8,98s sechste. Diana Krüger kam im Vorlauf auf Platz 29 von 39 Starterinnen. Im 60m-Vorlauf der M14 Tomm Krosch in 8,60s elfter und Ryan Gronow qualifizierte sich für den Endlauf, wo er in 8,44s siebter.

Im Weitsprung landete Victoria mit 3,82m auf Platz 21 (von 50) und Diana Krüger landete mit 4,10m auf Platz 12 (von 32).



Zum Abschluss starteten noch alle über 800m. Victoria kam in 3:05,00min auf Platz 10 und neuen Vereinsrekord ins Ziel (von 27), Diana in 2:59,69min und neuen Vereinsrekord auf Platz 7, Tomm Krosch in 2:39,89min auf Platz 5 und Ryan Gronow in 2:37,20min auf Platz 4.

Damit ist die Saison für 2022 beendet, und alle freuen sich auf ein paar erholsame Weihnachtstage, bevor es am 7. Januar für die ersten Athleten schon mit den Wettkämpfen wieder los geht

