



Leichtathletikgemeinschaft Lahn-Aar-Esterau

LAZ Lahn-Aar-Diez

VfL Altdiez - TV Birlenbach-Fachingen – SV Diez-Freindiez

LG Esterau-Holzappel

SV Charlottenberg – TV Cramberg - TV Dörnberg - TuS Geilnau - SV Hirschberg
– VfL Holzappel - FSV Langenscheid - TuS Langenscheid - TuS Laurenburg/
Obernhof - TV Scheidt

Aart bestätigt Diskusleistung

Berufung in Landeskader Rheinland – Pfalz U16

Die letzten Freiluftveranstaltungen der Saison absolvierten die Werferinnen und Werfer bei den Werfertagen in Villmar und Hardheim.

Neben Diskuswurf und Kugelstoßen versuchten sie sich in Villmar erstmals im Schleuderballwurf gleich als erster Disziplin, starteten jedoch ohne Konkurrenten.

Mit 26,07 m schlug sich **Emma Wolf** (W15) achtbar, denn als einzige LG-Werferin musste sie mit dem 1 kg-Ball werfen. Den 800 g schweren Ball warf in der M12 **Max Holzhäuser** auf 21,18 m vor **Henry Herpel** (beide M11), der 19,74 m erzielte. **Aart Brünner** (M13) schleuderte den Ball fünfmal über 40 m mit 43,02 m als bester Leistung.

Zusammen mit Max trat Henry in seinem ersten Werfertag gegen die ein Jahr ältere Konkurrenz an. **Max** stieß die 3 kg Kugel nochmals auf 6,06 m und steigerte sich mit dem 750 g Diskus um fast 4 m auf 19,27 m, während **Henry** mit 5,04 m und 15,73 m einen guten Einstand zeigte. **Emma** beendete die Saison mit 8,47 im Kugelstoßen und der Saisonbestleistung von 19,15 m mit dem 1 kg Diskus.

Aart ging neben dem Diskuswurf erstmals auch im Kugelstoßen in der M14 an den Start. Trotz einiger Probleme mit dem 4 kg schweren Gerät siegte er mit guten 10,23 m. Mit dem 1 kg Diskus hatte er schon in Eppstein 38,38 m erzielt. Dies brachte ihm kurz vor Villmar die Berufung in den Landeskader Rheinland-Pfalz U16 ein. Mit 38,26 m konnte er diese Leistung nun nochmals bestätigen.

Beim Werfertag in Hardheim beendete **Shana Denzin** (wJU18) mit 20,47 m im Hammerwurf, mit 9,66 m im Kugelstoßen, mit 24,02 m im Speerwurf und für sie guten 27,41 m mit dem Diskus ihre Freiluftsaison.