

Mia Pacak und Celina Medinger im Hürdensprint überragend
Mia mit 3 neuen Bestleistungen
Gute Leistungen bei der Bahneröffnung im Coronajahr in Diez

77 Starterinnen und Starter aus 13 Vereinen starteten in 169 Disziplinen bei einem von der LG Lahn-Aar-Esterau ausgerichteten Sportfest in Diez, erstmals unter Coronabedingungen. Dabei sollte der Altersklasse U12 eine erste offene Startmöglichkeit in dieser Saison geboten werden. Die traditionell stark vertretenen Altersklassen U8 und U10 konnten jedoch leider noch nicht berücksichtigt werden. Angenehme Temperaturen ohne störenden Wind ließ einige Sportlerinnen und Sportler zur Höchstform auflaufen.

Nachdem sich Mia Pacak (LG Lahn-Aar-Esterau) und Celina Medinger (VfL Waldbreitbach) vor einer Woche ein knappes Duell über 60 m Hürden in Neuwied geliefert hatten (10,18 zu 10,24 s), kam es in Diez zur Wiederholung. Jede zeigte den Ehrgeiz zu gewinnen und so pulverisierten beide ihre Hürdenzeit. Mia entschied das Duell wieder knapp für sich vor Celina, die sich über ihre 9,86 s riesig freute, denn für beide blieb die Uhr erstmals unter der Schallmauer von 10 s stehen. Damit stehen sie in einer nicht ganz vollständigen Bestenliste ihrer Altersklasse zur Zeit auf Platz 4 und 5 in Deutschland. Die seit mehr als einem Jahr immer wieder zurückgeworfene Chayenne Hofmann (LG Lahn-Aar-Esterau) bestätigte überraschend ihre letztjährige Bestzeit in 10,84 s.



von links: Chayenne, Celina, Mia, Jill

Mit Jill Hehl (LG Westerwald, alle W13) blieb eine weitere gute Hürdenläuferin an der letzten Hürde hängen und damit war eine gute Zeit dahin. Den Sieg über 75 m sicherte sich Mia deutlich in 10,28 s, wiederum mit einer Steigerung ihrer persönlichen Bestzeit um 4 Hundertstel, mehr als fünf Zehntel Vorsprung vor der zweitplatzierten Celina in 10,83 s.

Spannend dagegen verlief der Zonen-Weitsprung. Mia siegte zum dritten Mal an diesem Tag mit 4,74 m,



einer Steigerung ihrer persönlichen Bestleistung um 1 cm, vor Celina mit 4,69 m und Jill Hehl mit 4,65 m. Auch hier überraschte Chayenne als Vierte mit 4,43 m, nur knapp unter ihrer Bestleistung. Auch Shana Denzin gelang hier eine neue persönliche Bestzeit.

Für einen weiteren sportlichen Höhepunkt sorgte im Hochsprung der Altersklasse W15 Marie Zerwes (SSC Koblenz-Larthause) mit einer persönlichen Bestleistung von 1,61 m im Hochsprung, über die sie sich riesig freute. Hier verpasste Merle Sturm nur knapp eine persönliche Bestleistung, als sie - schon



auf der Matte liegend - mit ansehen musste, wie die Latte einige Zeit wackelte und dann doch noch fiel. Über 80 m Hürden unterbot sie erstmals die 15 s-Grenze mit 14,95 s.

Ihr Talent unterstrich die 12jährige Skya Goetz (TV Eschhofen) mit ihrem Sieg in allen drei Disziplinen. Sie freute sich über ihre 60 m Hürdenzeit, über ihre Bestzeit im 75 m-Lauf und ihre Weitsprungleistung. Hinter Johanna Monschauer (SSC Koblenz-Karthause) belegte Angelina Isola (Diezer TSK Oranien) im Weitsprung Platz 3 und über 75 m hinter Skya Goetz Platz 2. Erstmals liefen Luna und Emma Wolf (beide W12) über 60 m Hürden und 75 m in einem Wettkampf. Im Zonenweitsprung verbesserten sich beide gegenüber dem Vorjahr.

In der M10 zeigte sich Aart Brünner (Bildmitte und im Weitsprung) deutlich überlegen. Über 50 m lief er 8,14 s und erzielte mit 3,69 m im Weitsprung eine neue persönliche Bestleistung, obwohl er und seine



Trainingskameraden nach 5 Monaten Corona bedingter Trainingspause erst wieder drei Wochen trainieren. Mit zwei persönlichen Bestleistungen starteten Rayk Steinbacher und Erik Zuber in die Saison, unterstützt von ihren Teamkameraden Nick Merz und Rafael Geschwind (alle LG Lahn-Aar-Esterau), die erstmals den 50 m Sprint und einen Weitsprung im Rahmen eines Wettkampfes absolvierten.



In der M11 siegte Jamie Richter in beiden Wettbewerben. Hier merkte man Ben Stenger (LG Lahn-Aar-Esterau) den Trainingsrückstand durch Corona noch deutlich an. Froh über eine Startmöglichkeit siegte die 10jährige Antonia Roßnagel (SG DJK Hattersheim) im Weitsprung und musste sich im 50m-Lauf nur Anna Claßen (TuS Katzenelnbogen-Klingelbach) geschlagen geben, die den 50 m-Sprint in tollen 7,97 s über-

legen für sich entschied. Nach zweimaligen Training erreichte Mila Wirges (LG Lahn-Aar-Esterau) ihre letztjährigen Leistungen noch nicht ganz. Neben dem weiten Weg der 11jährigen Catherine Adam, die für die LG Vul-kaneifel startet, reisten von der LG Sieg einige Spitzensprinterinnen und Sprinter an. So startete der letztjährige Rheinland-Beste der mJU18 über 200 m Lucas Moritz Schuhen über 100 m und 200 m in der mJU20. Auch wenn es für ihn keine Bestleistungen waren, so zeigte er mit 11,75 s und 23,48 s auf diesen Sprintstrecken tollen Sport. Seine Teamkameradin Laura Heinemann (wJU18) siegte ebenfalls über beide Sprintstrecken. Ebenso überzeugten die beiden Sprinter des Diezer TSK in der mJU18. Dabei setzte sich Maurice Montimurro mit Bestleistung jeweils gegen Kai Muffert durch.



Laura Gerheim (wJU18, links) in ihrem ersten 200 m-Lauf in 29,45 s.

Mit 20 Athletinnen und Athleten stellte der TV Idstein das größte Einzelkontingent vor der LG Lahn-Aar-Esterau als Veranstalter und dem Diezer TSK. In der W14 blieben die Idsteiner Athletinnen unter sich. In der M12 unterlag Max Wiechmann (LG Lahn-Aar-Esterau, Zweiter von links) mit persönlicher Bestleistung nur ganz knapp Jonathan Filbrich (TV Idstein) und im Weitsprung belegten Dario Sprengart (Diezer TSK Oranien) sowie Max Wiechmann jeweils mit persönlicher Bestleistung die Plätze 2 und 4 gegen ihre Idsteiner Konkurrenten.



Erstmals liefen Luna und Emma Wolf (beide W12) über 60 m Hürden und 75 m in einem Wett-kampf. Emma strauchelte dabei, lief aber sofort weiter. Im Zonenweitsprung verbesserten sich beide gegenüber dem Vorjahr.

Für die Einzelergebnisse – siehe Ergebnisliste

Alle Bilder von Chris Denzin und Edwin Schiebel



Luna (W12) in ihrem ersten Hürdenlauf