

Training.....das Geheimnis zum Erfolg

Seit November 2008 bietet die LG Rosbach-Rodheim für wettkampforientierte Athleten/innen erstmals ein weiteres Wintertraining in der Leichtathletikhalle in Frankfurt-Kalbach an. Sieben Athleten/innen fahren mit dem Vereinsbus von Rodheim nach Frankfurt, um unter besten Trainingsbedingungen und unter Anleitung des Trainerteams Dirk Bayer, Sonja Reitz und Michael Schneider zu trainieren.

Am 14.12.2008 war es endlich soweit: Fünf Athletinnen der LG Rosbach-Rodheim konnten nun ihre Leistungen unter Wettkampfbedingungen beim 23. Schülermeeting in Kalbach, das von der LG Eintracht Frankfurt ausgerichtet wurde, unter Beweis stellen.

In der Klasse W10 absolvierte Anna Hülsmann einen hervorragenden Wettkampf und belegte sowohl im 50m Sprint (7,87s), als auch im Weitsprung (4,15m) den obersten Podestplatz und freute sich riesig über ihre persönlichen Bestleistungen. Annika Bayer verpasste nur knapp im Weitsprung mit 3,70m das Podest und belegte, ebenfalls mit neuer persönlicher Bestleistung, den 4. Platz. Im Endlauf über 50m konnte sie leider ihre Zeit vom Vorlauf (8,29s) nicht halten und belegte mit 8,47s den 7. Platz. Carolin Wagner erreichte die Ziellinie nach 8,53s und errang im Weitsprung mit 3,40m den 10. Platz von 20 Athletinnen.

In der W11 startete Franziska Lumma über 50m und erzielte eine Zeit von 8,29s.

Denise Knoop verpasste in der Klasse W 12 mit 8,85s nur knapp die Teilnahme am 60 Meter-Endlauf. Im Weitsprung dagegen erreichte sie den Endkampf und belegte mit einer Weite von 4,47 m einen hervorragenden 4. Platz von insgesamt 31 Teilnehmerinnen.

Als letzte Disziplin des Wettkampftages standen die Mittelstrecken auf dem Programm. Als schnellste LGRR-Athletin erreichte Franziska Lumma (W11) mit persönlicher Bestleistung in der Zeit von 2:59:23s das Ziel. In der Klasse W10 finishten Anna Hülsmann (3:14,16s), Carolin Wagner (3:20,36s) und Annika Bayer (3:22,41s) ebenfalls mit persönlichen Bestleistungen.

Die Athletinnen, wie auch so mancher Trainer, staunten nicht schlecht, als sie beim Kuchenverkauf von Ariane Friedrich (deutsche Hochspringerin und Olympiateilnehmerin 2008) nicht nur „Riwwelkuche“ überreicht bekamen, sondern auch auf Wunsch „frisch unterschriebene“ Autogrammkarten.

Gegen Abend traten die Athleten und das Coaching-Team Michael Schneider, Andreas Schröder, Sonja Reitz, Dirk Bayer und die mitgereisten Fans überglücklich und zufrieden die Heimreise an, insbesondere im Hinblick darauf, dass der Wettkampf allen soviel Spaß gemacht hat und sie so viele persönliche Bestleistungen „im Gepäck“ hatten.

