



Pressemappe Saison 2019

Vorwort

Ein erfolgreiches Jahr 2019 liegt hinter uns und die Leichtathletiksparte kann mit Stolz auf die Leistungen und Aktionen des Jahres 2019 zurückschauen. Um das zurückliegende Jahr zusammenzufassen, freue ich mich, hier eine Zusammenfassung unserer Berichte für das Jahr 2019 präsentieren zu können.

Nicht nur der Ehrgeiz, die Disziplin und der Spaß der Athleten haben zu einem schönen und erfolgreichen Jahr 2019 beigetragen, sondern auch die Unterstützung und der Einsatz der Trainer, Eltern und sonstigen Helfern trugen dazu bei. Daher möchte ich mich bei allen für den Einsatz recht herzlich bedanken und hoffe, dass ich auch in Zukunft auf diese Unterstützung zählen kann.

Ich wünsche euch ein erfolgreiches und gesundes neues Jahr 2020 und freue mich, schon bald wieder von Aktionen und Wettkämpfen rund um die Leichtathletik des VfB Fallersleben lesen oder berichten zu können.

S. Jäckel

Sven Jäckel

(Spartenleiter)



Februar

Bericht Spartenversammlung

Am Mittwoch, den 13. Februar, fand im Restaurant CasaMia in Fallersleben die Spartenversammlung der Leichtathleten statt. 20 Spartenmitglieder, darunter vom Vorstand Martin Kallenberg-Faila, nahmen an der Versammlung teil.



Zu Beginn der Verleihung wurden die Ehrungen vorgenommen. Von den vier eingeladenen Mitgliedern waren zwei anwesend. Für ihre 10jährige Mitgliedschaft wurden im Rahmen der Versammlung Nele Pult und Michel Badziong vom Spartenleiter Sven Jäckel geehrt.

Nach einem Bericht vom Vorstand, wo besonders die Notwendigkeit eines neuen Geräteraumes stark diskutiert wurde, da es noch immer keine Lösung gibt,

gab es die Berichte aus den Bereichen. Spartenleiter Sven Jäckel berichtete über die guten Finanzen der Sparte, dem Mitgliederzuwachs und die Veranstaltungen. Gero Redeker berichtete von den Aktionen der Jugend wie Kanutour, Trainingslager und den Erfolgen bei Wettkämpfen. Rainer Thienel und Rudi Schmidt berichteten aus dem Laufbereich, wo auch an diversen Wettkämpfen teilgenommen wurde, drei Läufe in Fallersleben organisiert wurden und gemeinsam auf den Brocken gewandert wurde.

Dann standen die Wahlen an. Der Spartenleiter (bisher Sven Jäckel) und der Jugendwart (bisher Gero Redeker) mussten gewählt werden. Die bisherigen Amtsinhaber waren bereit, wieder gewählt zu werden. Dies geschah einstimmig. Auch die beiden Verantwortlichen für die Pressearbeit, Rudi Schmidt und Philipp Ebel, sowie Benno Wiggers fürs Meldewesen, waren bereit, ihre Tätigkeit fortzuführen. Somit hat die Sparte weiterhin seinen bewährten Vorstand mit Spartenleiter Sven Jäckel, Stellvertreter Jens Thies, Laufwart Rainer Thienel und Jugendwart Gero Redeker.

Danach gab es noch einen Ausblick auf die Änderungen, einen Ausblick auf das Jahr 2019 und eine Vorstellung der neuen Spartenkollektion.

Der Abend wurde dann noch gemütlich mit einem Essen beendet.

Drei Podiumsplätze bei Bezirksmeisterschaften im Crosslauf in Velpke



Bei den Bezirksmeisterschaften im Crosslauf gingen bei bestem Wetter, am 23. Februar in Velpke, 12 unserer Läufer auf die sehr anspruchsvolle (sehr hügelige) Strecke ins Rennen.

Eine Superleistung lieferten Nele Pult, Ludwig von Kietzell und Jean Hellmuth ab, denn alle drei haben jeweils den 2. Platz in ihren Altersklassen belegt.

Als Mannschaft hat unser Nachwuchs um Ludwig von Kietzell, Tomm Krosch und Elia Schmidt überzeugt und den 2. Platz in der U12 Mannschaftswertung belegt.



Hier sind alle Ergebnisse im Einzelnen:

- Janice Blischke | W09 | Platz 5 | 6:28min auf ca. 1120 m
- Milo Eichhorn | M09 | Platz 6 | 5:56min auf ca. 1120 m
- Ludwig von Kietzell | M10 | Platz 2 | 5:23min auf ca. 1170 m
- Tomm Krosch | M11 | Platz 6 | 5:37min auf ca. 1170 m
- Elia Schmidt | M11 | Platz 10 | 6:34min auf ca. 1170 m
- Leif Lenz | M12 | Platz 4 | 8:04min auf ca. 1580 m
- Nikita Reich | M12 | Platz 5 | 8:05min auf ca. 1580 m
- Lucie Lenz | W15 | Platz 4 | 11:43min auf ca. 2290 m
- Nele Pult | WJ U18 | Platz 2 | 17:25min auf ca. 3110 m
- Felix Kühne | M | Platz 9 | 25:50min auf ca. 4640 m
- Rudi Schmidt | M40 | Platz 5 | 23:21min auf ca. 4640 m
- Jean Hellmuth | M45 | Platz 2 | 20:50min auf ca. 4640 m

- Mannschaft U12 (Kietzell, Krosch, Schmidt): 2. Platz



VfB Fallersleben gratuliert für die guten Leistungen.

Die Bestleistungen fliegen!



Am Sonntag, den 24. Februar, waren fünf Leichtathleten der VfB Jugend beim Hallensportfest in Hannover.

Bei der W10 lief Ema Nanasiova die 50m in einer Zeit von 9,81s und Jule Riedel erreichte mit einer Zeit von 8,64s im Endlauf den 19. Platz. Im Weitsprung schaffte Ema eine Weite von 2,84m und wurde somit 42. und Jule Riedel mit einer Weite von 3,41m 13. Bei dem 800m Lauf erreicht Ema mit einer Zeit von 3:23,02min Platz 23 und Jule mit einer Zeit von 3:37,30min Platz 29.

In jeder einzelnen Disziplin erzielten Ema und Jule neue persönliche Bestleistungen (PB).

Bei der M10 ging Jonathan Becker an den Start und wurde beim 50m Lauf mit einer Zeit von 8,18s im Finale Fünfter und beim 800m Lauf mit einer Zeit von 2:57,17min Vierter. Beide Zeiten sind neue persönliche Bestleistungen. Im Weitsprung wurde er mit einer Weite von 3,36m Vierzehnter.

In der W11 gingen Carlotta Düsing und Lia Riedel an den Start. Lia wurde beim 50m Lauf mit einer Zeit von 8,71s Einundvierzigste. Und Carlotta wurde mit einer Zeit von 8,38s im C Finallauf Achtzehnte, schaffte aber im Vorlauf mit einer Zeit von 8,25s eine neue PB und Lia stellte ebenfalls eine neue PB auf.

Im Weitsprung schaffte Lia eine Weite von 3,24m und belegte somit Platz 35.

Beim 800m Lauf stellte Lia ebenfalls eine neue PB auf und erreichte den 28. Platz in einer Zeit von 3:22,91min. In der WKU12 liefen Jule, Ema, Lia und Carlotta eine 4x50m Staffel und wurden mit einer Zeit von 33,76s Zwölfte und stellten ebenfalls eine neue PB auf.

Insgesamt war es ein sehr spannender Wettkampf für unsere jungen Athleten – und sie freuen sich schon auf die kommende Saison!

März

Jean Hellmuth wird Dritter beim Celler Wasa-Lauf über 15 km

Über 9.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begaben sich in diesem Jahr auf den 5km langen Rundkurs beim Celler Wasa-Lauf am 10. März und einer davon war unser Läufer Jean Hellmuth.

Der Regen schreckte Jean nicht ab und so hat er über die 15km Distanz den 3. Platz in der AK40 belegt. VfB Fallersleben gratuliert für das sehr gute Ergebnis.

Ein guter Abschluss der Hallensaison!

Am 10. März fanden die Kreismeisterschaften Halle im Leistungszentrum des VfL Wolfsburg statt. Mittendrin waren viele unserer jungen Athleten. Viele persönliche Bestleistungen (PB) wurden erzielt sowie vier Vereinsrekorde (VR) verbessert oder neu aufgestellt.

In der männlichen Jugend U18 gab es auch schon die ersten Titel, Jacob Reichelt konnte über 60m in 7,94s (PB) und im Weitsprung mit 5,10m die ersten beiden Kreismeistertitel einfahren. Genauso erfolgreich war Jan Becker in der U18 mit zwei persönlichen Bestleistungen. Über 60m in 7,81s und im Weitsprung mit 5,41m wurde er Kreismeister.

In der M12 ging Nikita Reich an den Start und wurde über 60m in 10,20s (PB) und im Weitsprung mit 3,61m (PB) jeweils Zweiter.



Bei den Mädchen startete Sarah Röhl in der W15, sie wurde sowohl über 60m in 9,56s (PB) als auch im Weitsprung mit 3,89m Dritte. Lisa Tiedje startete zum ersten Mal bei Kreismeisterschaften und schaffte in der W14 über 60m mit 9,22s (PB, VR) und im Weitsprung mit 4,12m (PB) jeweils den zweiten Platz.

Zuvor waren schon die Jüngeren am Start und nicht weniger erfolgreich.

Unsere jüngsten männlichen Starter, Paul Graubner und Milo Eichhorn, die in der M09 starteten, holten weitere Podestplätze. Über 50m siegte Paul in 8,47s (PB, VR) und Milo wurde in 8,80s (PB) Zweiter. Im Weitsprung war es dann umgekehrt. Milo siegte mit 3,10m und Paul wurde mit 2,92m Zweiter.

In der M10 war Ludwig von Kietzell am Start und wurde über 50m in 8,65s (PB) Vierter und im Weitsprung mit 3,65m (PB) Dritter. Tomm Krosch startete in der M11 und wurde über 50m Zweiter in 8,51s (PB, VR). Im Weitsprung belegte er mit 3,38m Platz vier.

Bei den jüngeren Mädchen in der W11 waren gleich zwei Athletinnen am Start. Lia Riedel wurde über 50m in 8,71s Sechste und im Weitsprung mit 3,35m auch. Carlotta Düsing belegte über 50m in 8,19s (PB, VR) Platz drei, genauso wie im Weitsprung, mit 3,60m (PB).

In der W10 startete Jule Riedel und wurde dort im Weitsprung mit 3,42m (PB) Kreismeisterin. Die 50m absolvierte sie in 8,99s und wurde damit Zweite.

VfB-Läufer eröffnen erfolgreich die Laufsaison 2019 in Vorsfelde

Trotz des nassen Wetters gingen beim 21. Vorsfelder Stadtlauf am Sonntag, den 17. März, 18 VfB Läufer an den Start.

Mit Begeisterung wurden 10 Podiumsplätze in unterschiedlichsten Altersklassen erlaufen.



Für vier erste Plätze sorgten Jean Hellmuth in der AK M45 in 38:01min und Rainer Morgenthal in der AK M55 in 41:13min auf der 10km Strecke, sowie Ludwig von Kietzell in der MJ U14 in 10:20min und Carlotta Düsing in der WK11 in 12:36min.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

- **10km männlich**
 - Jean Hellmuth mit 38:01min gesamt 11. und in AK M45 Platz 1
 - Vincent Hellmuth mit 40:49min gesamt 25. und in AK M Platz 8
 - Rainer Morgenthal mit 41:13min gesamt 29. und in AK M55 Platz 1
 - Rudi Schmidt mit 42:05min gesamt 37. und in AK M40 Platz 7
 - Felix Kühne mit 45:58min gesamt 77. und in AK M Platz 14
 - Matthias Harder mit 52:00min gesamt 138. und in AK M60 Platz 9
 - Jens Thies mit 62:18min gesamt 207. und in AK M55 Platz 24
- **10km weiblich**
 - Karin Becker mit 46:37min gesamt 8. und in AK W55 Platz 2
 - Gaby Wieja mit 46:41min gesamt 9. und in AK W50 Platz 2
 - Marion Rusch-Thienel mit 49:28min gesamt 14. und in AK W55 Platz 3
 - Bettina Daft mit 58:57min gesamt 46. und in AK W40 Platz 6
- **5.000m männlich**
 - Peter Wagner mit 26:15min gesamt 12. und in AK M Platz 9
- **2.500m männlich**
 - Leif Lenz mit 10:20min gesamt 3. und in AK MJ U14 Platz 2
 - Ludwig von Kietzell mit 10:43min gesamt 4. und in AK MK10 Platz 1
- **2.500m weiblich**
 - Carlotta Düsing mit 12:36min gesamt 2. und in AK WK11 Platz 1
 - Ema Nanasiova mit 12:37min gesamt 3. und in AK W10 Platz 2
 - Lia Riedel mit 12:58min gesamt 4. und in AK W11 Platz 2



VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen.

150. Waldlauf in Rümer!



Am Samstag, den 30. März, fand der 150. Waldlauf des LAV Rümmer statt. Von der VfB Fallersleben Jugend waren sechs motivierte Athleten am Start. In diesem Jahr herrschte gefühlt zum ersten Mal bestes Laufwetter, wodurch die Athleten viel Spaß und einen kleinen Temposchub hatten.

In der (U14) starteten über 850m Leif Lenz und Nikita Reich und belegten die Plätze 2 und 3. Siegreich war Lucie Lenz in der (U16) über 850m. Über die 4200m landeten Jasper Hundertmark (U18), Jan Becker (U20) und Felix Kühne (Männer)

ebenfalls auf Platz 1. Für die Plätze 1-3 gab es sogar eine Medaille, sodass alle stolz und zufrieden nach Hause gehen konnten.

Louis Hellmuth wird gesamt Dritter beim Knesebecker Einhornlauf

Der zweite Lauf der Laufcup Serie Wolfsburg Gifhorn fand am 31. März in Knesebeck statt. Im Vergleich zum Lauf in Vorsfelde waren diesmal perfekte Laufbedingungen, denn es war sehr sonnig und windstill. Gestartet wurde pünktlich um 10:10 Uhr an der Grundschule, wo die Läufer einen Wendepunkt-Kurs bewältigen mussten, die Strecke ging 5 km in eine und dann 5 km in die entgegengesetzte Richtung zurück.

Für unsere Läufer lief es in Knesebeck sehr erfreulich, denn erst hat Louis Hellmuth einen überragenden dritten Gesamtplatz belegt, es folgten für Jean Hellmuth, Rainer Morgenthal, Gaby Wieja, Karin Becker, Marion Rusch-Thienel sowie Lucie Lenz Podiumsplätze in ihren Altersklassen.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

- **10km weiblich**
 - Gaby Wieja = 46:19min gesamt 8. und in AK W50 Platz 2
 - Karin Becker = 46:48min gesamt 11. und in AK W55 Platz 2
 - Marion Rusch-Thienel = 48:24min gesamt 16. und in AK W55 Platz 3
 - Lucie Lenz = 51:45min gesamt 23. und in WJ U16 Platz 1
 - Sandra Lenz = 58:13min gesamt 49. und in AK W40 Platz 10
- **10km männlich**
 - Louis Hellmuth = 34:46min gesamt 3. und in AK M Platz 2
 - Jean Hellmuth = 37:52min gesamt 9. und in AK M Platz 1
 - Vincent Hellmuth = 38:51min gesamt 13. und in AK M Platz 6
 - Rainer Morgenthal = 41:01min gesamt 26. und in AK M55 Platz 1
 - Nicolas Heidtke = 47:33min gesamt 93. und in AK M35 Platz 12
 - Martin Fricke = 48:25min gesamt 101. und in AK M45 Platz 12
 - Matthias Harder = 51:31min gesamt 134. und in AK M60 Platz 12
 - Jörn Manske = 53:19min gesamt 151. und in AK M50 Platz 31
 - Jens Thies = 59:00min gesamt 187. und in AK M55 Platz 25



VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen.

April

Hannover Marathon 2019 – wir haben einen Landesmeister!



Es herrschten so gut wie ideale Bedingungen beim Hannover Marathon. Rekordbeteiligung, super Stimmung und tolles Wetter, aber leider wurde es während der Veranstaltung etwas zu warm für die langen Strecken. Nur dem Vorjahressieger Seboka Negussa aus Äthiopien war es zu kalt, der stieg nach 35 Kilometern aus. Herausragend war die Leistung von Jean Hellmuth, der mit einer Laufleistung von deutlich unter 3 Stunden neuer Landesmeister in seiner Altersklasse und damit 8. in der Gesamtwertung AK M45 wurde. Für jeder Teilnehmer war die Veranstaltung ein toller Rahmen und wieder eine schöne Herausforderung.

Vom VfB Fallersleben haben folgende Teilnehmer an der Veranstaltung teilgenommen:

- **Marathon**

- Jean Hellmuth = 2:56:58min gesamt 68. und in AK W45 Platz 8
- Christoph Jachlinski = 4:41:21min gesamt 1534. und in AK W55 Platz 142

- **Halbmarathon**

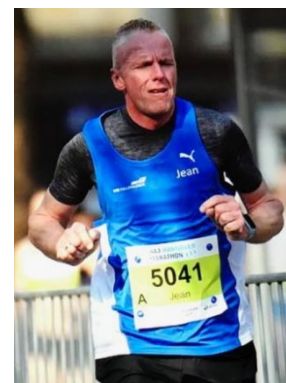
- Gaby Wieja = 2:03:35min gesamt 1029. und in AK W50 Platz 98
- Bettina Daft = 2:11:22min gesamt 1538. und in AK W40 Platz 197
- Kerstin Jachlinski = 2:23:47min gesamt 2314. und in AK W50 Platz 248
- Oscar Gutierrez = 1:50:24min gesamt 2027. und in AK W40 Platz 264

- **10km**

- Prof. Dr. Nicolas Heidtke = 48:26min gesamt 269. und in AK W35 Platz 46
- Jörn Niestroj = 1:15:04min gesamt 1972. und in AK W40 Platz 209

- **Staffel**

- Einfacher hatten es unsere Läufer vom Lauftreff, die sich mit sechs Läufern die Marathon-Strecke teilen durften. Dabei waren aus Fallersleben Martin Kallenberg-Failla, Claus Ludwig, Jörn Maske und Rainer Thienel.



Der VfB Fallersleben bedankt sich bei allen Läufern für die Teilnahme und gratuliert zu den guten Leistungen.

21 Athleten stählen sich im Trainingslager 2019



Am 5. April trafen wir Teilnehmer uns um 16:00 Uhr auf dem Parkplatz des VfB FITs. Nachdem die Taschen und die Geräte in die Bullis geladen waren, starteten die drei Pkws in Richtung Lüneburg. Nach der Ankunft beim MTV Treubund Lüneburg wurde zunächst der Hunger der Athleten gestillt. Dies geschah in dem Restaurant „Vitalissimo“, einem Vereinsrestaurant. Dort empfingen wir zunächst die Schlüssel für die Zimmer. Danach ging es auf diese, um die Betten zu beziehen und die Taschen loszuwerden. Ein Gruppenraum stand an diesem Abend noch nicht zur Verfügung, da das Wetter es jedoch erlaubte, konnten wir uns auf der Tartanbahn einigen Minispielen hingeben. Diese mussten wir jedoch mit einsetzender Dunkelheit und der fortgeschrittenen Uhrzeit von 21:00 Uhr aufhören.

Am nächsten Morgen ging es um 07:45 Uhr wieder los. Gemeinsam lief unsere Gruppe durch den Kurpark, was einer Strecke von etwa 2,5 km entsprach. Danach gab es Frühstück im Restaurant.



Nach dem Frühstück erhielten wir die Schlüssel für Halle, Sportgeräteaum und Gruppenraum. Dieser wurde durch uns bezogen. Daraufhin machten wir uns um 10 Uhr auf den Weg zum ersten Techniktraining. Neben dem gemeinsamen Einlaufen und Lauf-ABC, gab es im Hauptteil für die Athleten Sprinttraining. Die Größeren trainierten hierbei separat von den Kindern Sprint. Bereits bei den ersten Übungen, kam es zu einem Unfall, bei dem sich Jacob eine Hautschürfung an der rechten Seite des Rückens zuzog.

Doch es gab auch erfreuliches. Denn es wurde eine neue Sprintstaffel geschaffen. Leif, Nikita, Elia und Tomm entschieden, dass sie sich für die Bezirksmeisterschaften zu einem Staffelteam zusammen tun werden. Damit sie als solches agieren können, mussten sie zunächst die Grundlagen lernen, die Sven ihnen beibrachte.

Nach dem Training konnten sich die Athleten noch fertig machen, bevor es um 13 Uhr Mittagessen gab. Danach durften die Handys aus dem Handyhotel geholt und benutzt werden. Als die Handyzeit beendet war, gab es etwas Theorie für die Teilnehmer zum Thema Wettkampf und Verhalten im Sport. Währenddessen fuhren Jacob und Benno zum Einkaufen los. Nach der Theorie ging es zum ersten Krafttraining des Lagers. Zunächst jedoch gab es Spiele und aufgrund der warmen Temperaturen Kakus-Eis für alle Teilnehmer.

Vor dem Abendbrot gab es dann Zeit zum Duschen. Frisch geduscht kamen alle Teilnehmer um 18:00 Uhr zum Abendbrot. Nach Brötchen, Brot und Aufschnitt ging es zum abendlichen Programm, an dem sich die Teilnehmer an mehreren Mini-Spielen erfreuen konnten, bis es um 21 Uhr wieder ins Bett ging.

Auch der Sonntag startete mit dem allmorgendlichen Laufen durch den Kurpark und dem darauffolgenden Frühstück. Das Laufen startete allerdings wegen müder Trainer eine viertel Stunde später.

Nach dem Frühstück kam eine kleine Theorie-Einheit, in der die Jüngeren Grundlegendes der Leichtathletik in einer Präsentation von Sven vermittelt bekamen.

Danach ging es zum Techniktraining. Nach gemeinsamem Aufwärmen und Lauf-ABC, bot Sven den Kindern dieses Mal Weitsprung an, Jakob forderte sie im Werfen und Benno kümmerte sich um das Sprint- und Staffelttraining.



Nach dem ergiebigen Training durften sich die Athleten und Trainer kurz ausruhen oder frisch machen und danach ging es um 13 Uhr zum Mittagessen, bei dem die Athleten ergiebig zuschlugen.

Nach dieser Stärkung gab es eine kleine Pause für alle Beteiligten, in der die Teilnehmer an ihre Handys durften, um Zuhause Bescheid zu geben, was nicht alle in Anspruch nahmen. Einige spielten stattdessen draußen, oder sahen sich weitere Videos zum Thema Sport an.

Nach dieser kurzen Atempause ging es in die Halle, wo es zunächst einige Spiele gab. Sven, der in der Pause einkaufen war, brachte der Gruppe Eis mit, das die Gruppe genießerisch verschlang.

Danach gab es einige Spiele und dann ging es zum Dehntraining, was schließlich in ein Entspannungstraining mündete, in dem sich die Athleten bei Entspannungsmusik gegenseitig massierten. Leider hatten wir keine Igelbälle dabei, weswegen die Athleten mit puren Händen massieren mussten. Die entspannende Wirkung für Muskel und Geist blieb dennoch nicht aus.

Nach diesem Training duschten alle Teilnehmer des Lagers und fanden sich dann zum Abendbrot ein, wonach das Abendprogramm startete. Zunächst konnten sich die Teilnehmer bei einigen Schattenspielen versuchen und danach gab es eine von Benno geschriebene Gute-Nacht-Geschichte. Dies beendete den Abend und brachte die Teilnehmer in Bett.

Am Montag ging es ebenfalls mit Laufen und Frühstück los. Und darauf startete eine kleine Theorie-Einheit, auf die eine weitere Technik-Trainingseinheit folgte. Die Angebote waren dieselben wie am Sonntag, was von den Athleten in ähnlicher Konstellation angenommen wurde. Jacob lag den Vormittag zunächst mit einer Magenverstimmung im Bett, die sich nach dem Frühstück einstellte und erst nach dem Mittagessen abflachen sollte. Das Training am Vormittag verpasste er dadurch. Dieses Training führte bei einigen Athleten zu geschwollener Brust, da bereits im Training neue Bestleistungen aufgestellt wurden, die einen freudigen Blick auf die kommenden Wettkämpfe schafften.

Nach dem Training gab es Mittagessen. An dieses schloss eine kleine Mittagspause an, die einige Teilnehmer für einen Exkurs in die Geschichte von Donald Duck während des zweiten Weltkrieges nutzten. Der Rest spielte wie gewohnt in ihren Zimmern und auf dem Platz, oder rief Zuhause an.

Nach der kurzen Pause ging es zu einem Krafttraining. Heute sollte es einen Kraftzirkel geben, den einige Teilnehmer zunächst nur schlampig absolvierten. Ein Hinweis auf eine Extrarunde des Zirkels und dem Ausfallen von Abschlussspielen sorgte jedoch für eine saubere Ausführung bei allen Beteiligten. Die Halle mussten wir uns diesmal kurzfristig mit dem Reha-Sport des MTV Treubund teilen, was

aber unproblematisch und schnell geregelt war, sodass wir am Ende noch ein kleines Abschlussspiel spielen und danach die Halle aufräumen konnten. Hierbei zeigte Paul außergewöhnlich viel Einsatz, indem er, als alle anderen Teilnehmer bereits in die Umkleiden verschwunden waren, noch weiter die Matten aufräumte und sich allein mit den Matten abmühte. Dies wurde durch die Trainer damit belohnt, dass Paul sich beim Abendbrot, wo wieder alle Teilnehmer frisch geduscht erschienen, als erstes sein Essen nehmen durfte, während alle anderen zunächst nur zuschauen durften.

Da das Restaurant am Montag Ruhetag hatte, aßen wir heute in einem extra Saal. Das Essen fiel jedoch nur sparsam aus, sodass wir den letzten Hunger mit Obst stillen mussten.

Am Abend danach gab es ein kleines Lottospiel für die Teilnehmer, bei dem sich die Teilnehmer gegenseitig herausforderten und aufeinander wetteten, um so Punkte auf ihrem Wetzettel zu bekommen. Nach einem freudigen Abend ging es danach ins Bett, wobei zunächst noch organisatorische Informationen ausgetauscht wurden.

Am Dienstag startete der letzte Tag zunächst wie jeder andere Tag auch. Nur dass es aufgrund einiger Verstöße heute zu angehäuften Strafübungen kam, die noch vor der Laufrunde durch die Athleten absolviert wurden. Es wurden somit durch die Athleten knapp 150 Kniebeugen gemacht, bevor es auf die 2,5km lange Laufstrecke ging.

Nach dem drauffolgenden Frühstück wurden die Zimmer geräumt. Danach gab es eine kurze Versammlung im Gemeinschaftsraum, wonach es ein letztes Mal in die Halle ging. Zunächst gab es Spiele und



im Anschluss gab es ein weiteres Entspannungstraining. Mit diesem konnten die Athleten ihren Muskeln die wohlverdiente Regeneration einleiten. Nach den Massagen ging es in die Umkleiden zum Duschen, damit die Heimfahrt wohlriechend angetreten werden konnte.

Dann ging es zum Mittag, das

keinem schmeckte, da das Essen kaum Geschmack hatte. Im Anschluss an diesen Reinfall traf sich die gesamte Gruppe ein letztes Mal im Gemeinschaftsraum. Wo der Raum hergerichtet, die Bullis beladen und das weitere Vorgehen wegen des schlecht ausgefallenen Mittagessens besprochen wurde.

Auf dem Rückweg wurde noch einmal beim EDEKA gehalten und ein Snack gekauft, sodass die hungrigen Mäuler noch gestopft werden konnten. Auf dem nächsten Rastplatz wurden die Brötchen mit Bouletten und Würstchen genossen.

Am frühen Abend kamen wir dann in Fallersleben an. Dank einiger Widrigkeiten in der Kommunikation, ging es hier etwas durcheinander. Jedoch wurden die Bullis entladen und sauber gemacht. Im Anschluss fuhren Sven, Jakub und Benno die Bullis noch durch die Waschstraße, sodass diese ordentlich abgegeben werden konnten.

Damit endete das Trainingslager 2019 und die kommende Wettkampfsaison wird zeigen, dass die Athleten gut vorbereitet sind, um ihre Leistungen aus dem Vorjahr zu sprengen.

Gut besuchter Osterlauf für jedermann



Am Montag, den 22. April, fand zum zweiten Mal der VfB Fallersleben Osterlauf für jedermann statt, der mit fast 50 Teilnehmern sehr gut angenommen wurde.

Zur Auswahl standen eine 10km Laufstrecke, die von Rudi Schmidt angeführt wurde, dann eine 6km Laufstrecke, für die Rainer Thienel zuständig war und eine 6km Nordic Walking Strecke, für die Bettina Daft verantwortlich war.

Pünktlich um 10 Uhr waren die Teilnehmer am Startbereich, direkt vor dem VfB-Fit. Nach einer kurzen Begrüßung durch das Orga-Team und paar Erinnerungsfotos, gingen alle in den Bewegungsmodus rüber, um ihre jeweilige Strecke gemütlich bei lockeren Gesprächen zu bewältigen.

Beim strahlenden Sonnenschein kamen die ersten Teilnehmer nach ca. 50 Minuten am Windmühlenbergstadion an, wo jeder Teilnehmer von den Daft Zwillingen und Thomas Daft eine Schokohasen Medaille überreicht bekommen



hat. Nach ca. 60 Minuten war auch der letzte Teilnehmer am Stadion angekommen, so dass die nächste Überraschung im Windmühlenbergstadion auf der Terrasse an der Mum&Me Halle folgte.

Erst haben alle gemeinsam, wie es sich zu Ostern gehört, mit einem leckeren Eierlikör aufs Osterfest und den bewältigten Lauf angestoßen, gleich danach wurden für alle, die eine Nummer auf der Rückseite der Schokohasen-Medaille hatten, kleine Preise überreicht.

Bei netten Gesprächen und kleineren Leckereien wurde der Osterlauf erfolgreich abgeschlossen.

Das Orga-Team freut sich schon auf den Osterlauf für jedermann 2020.

10 km, Halbmarathon und Marathon mit guten Ergebnissen



Erst belegte Jean Hellmuth am 27. April in Helmstedt bei den 10km Bezirksmeisterschaften im Straßenlauf mit 38:18min einen hervorragenden zweiten Platz in der AK M45. Weiter ging es am Sonntag, den 28. April, wo Gaby Wieja den HASPA Hamburg Halbmarathon mit 1:49:03h und Rudi Schmidt den Düsseldorf Marathon mit 3:37:33h erfolgreich absolviert haben.

VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Ergebnisse.

Neuer Vereinsrekord bei den Wettkämpfen der letzten Woche!

Am 27. April fand wieder das Dieter-Möhring Sportfest beim VfL Wolfsburg statt. Dieses war mit vielen Teilnehmern aus unserer Jugend gut und erfolgreich bei sonnigem Wetter besucht.

Unsere Jugend trat in der U12 und U10 im Dreikampf an und in der U14 und U16 in der Disziplin des Vierkampfs. Für einige Athleten brachte das Sportfest große Erfolge und neue Rekorde. Sarah Röhl erreichte beim Hochsprung eine Höhe von 1,39 Metern und somit ihre neue Bestleistung. Auch für Charlotte Michitsch war es ein guter Tag, denn sie erreichte beim Weitsprung eine Weite von 3,78 Metern, womit sie einen neuen Vereinsrekord erzielte.



Hier sind die weiteren Ergebnisse im Einzelnen:

- Weibliche Kinder W09:
 - Charlotte Michitsch, 2. Platz, 958 Pkt (8,47s 50m, 3,78m Weit, 15,5m Wurf)
- Weibliche Kinder W10:
 - Jule Riedel, 2. Platz, 961 Pkt (8,94s 50m, 3,61m Weit, 20m Wurf)
 - Ema Nanasiova, 5. Platz, 721 Pkt (10,04s 50m, 2,97m Weit, 15,5m Wurf)
- Weibliche Kinder W11:
 - Düsing Carlotta, 11. Platz, 1048 Pkt (8,41s 50m, 3,72m Weit, 21,5m Wurf)
 - Lia Riedel, 14. Platz, 933 Pkt (8,7s 50m, 3,74m Weit, 15m Wurf)
- Weibliche Jugend W15:
 - Sarah Röhl, 7. Platz, 1462 Pkt (16,01s 100m, 3,59m Weit, 6,09 Kugel, 1,39m Hoch)
- Männliche Kinder M09:
 - Paul Graubner, 4. Platz, 762 Pkt (8,96s 50m, 3,12m Weit, 27,5m Wurf)
 - Milo Eichhorn, 5. Platz, 751 Pkt (8,84s 50m, 3,27m Weit, 23m Wurf)
- Männliche Kinder M10:
 - Ludwig von Kietzell, 3. Platz, 831 Pkt (8,95s 50m, 3,27m Weit, 33,50m Wurf)

- Männliche Kinder M11:
 - Tomm Krosch, 5. Platz, 847 Pkt (8,73s 50m, 3,4m Weit, 31m Wurf)
- männliche Jugend M12:
 - Nikita Reich, 6. Platz, 1074 Pkt (12,6s 75m, 3,71m Weit, 16,5m Wurf)



Am 1. Mai waren unsere Athleten Jacob Reichelt und Jasper Hundertmark in Garbsen bei der Bahneröffnung dabei und erzielten super Zeiten. Sie starteten in den Disziplinen 100m und 200m bei starker Konkurrenz. Über 200m landete Jacob sogar auf Platz 8.

Jacob Reichelt lief: 100m in 12,46s; 200m in 25,61s

Jasper Hundertmark lief: 100m in 13,02s; 200m in 26,44s

Es war insgesamt ein gut gelungener Wettkampf.

Mai

25. Allerlauf mit Jörn Manskes persönlicher Bestzeit und sechs ersten AK Plätzen

Am 1. Mai haben viele unser Läufer den Feiertag sinnvoll genutzt und sind beim 25. Allerlauf den 3km und 10km Wettkampf gelaufen.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

- **10km**
 - Jean Hellmuth = 37:14min AK M45 = Platz 1
 - Vincent Hellmuth = 38:44min PB
 - Rainer Morgenthal = 40:14min AK M55 = Platz 1
 - Karin Becker = 46:12min AK W55 = Platz 1
 - Gaby Wieja = 46:40min AK W50 = Platz 3
 - Martin Fricke = 47:34min
 - Nele Pult = 48:51min AK WU18 = Platz 1
 - Lucie Lenz = 48:51min AK WU16 = Platz 1
 - Marion Rusch-Thienel = 49:31min AK W55 = Platz 2
 - Jörn Manske 51:11 PB
 - Klaus Jädicke 53:50
 - Sandra Lenz = 57:48min
 - Jens Thies = 57:51min
- **3km**
 - Leif Lenz = 12:11min AK MU16 = Platz 3
 - Ludwig von Kietzell = 13:01min
 - Nikita Reich = 13:07min
 - Daniel Babor = 13:24min AK M40 = Platz 1



VfB gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen.

13 Jahre alter Vereinsrekord gebrochen!



Am Samstag, den 4. Mai, fanden in Braunschweig die offenen Kreismeisterschaften des Kreises Braunschweig statt. Vom VfB Fallersleben waren elf Athleten dabei und konnten mit ihren Leistungen überzeugen und im Ranking die Braunschweiger teilweise hinter sich lassen. Leider spielte das Wetter nicht ganz so gut mit, sodass einige ihre Bestleistung nicht erzielen konnten. Es gab immer mal wieder einen kleinen Regen- oder Schneeschauer und es war insgesamt zu kühl.

Zum ersten Mal nahm Philipp Leis an einem Wettkampf teil und wurde über 50m in der M08 mit 9,95s Siebter und im Weitsprung, wo er bei der M10 startete, mit 2,67m auch Siebter. Herausragend war auch Jonathan Becker, der zwei Siege erzielte mit persönlicher Bestleistung in der M10: Im Weitsprung mit 3,68m und über 50m in 8,14s. Über 800m stellte Jonathan einen neuen Vereinsrekord in 3:02,17min auf. Auch Carlotta Düsing überzeugte, denn sie lief zum ersten Mal die 50m unter 8s, auch eine starke Leistung bei dem Wetter. Weiterhin stellte die beiden Staffeln der Kinder U12 über 4x50m jeweils einen neuen Vereinsrekord auf. Der von den Jungs war 13 Jahre alt, der von den Mädchen 9 Jahre.

Hier die weiteren Ergebnisse im Einzelnen (PB=Bestleistung):

- Philipp Leis (M08): 50m, 7., 9,95s (PB); Weit M10, 7., 2,67s (PB)
- Milo Eichhorn (M09): 50m, 2., 8,57s (PB); 80g Ball, 3., 22,50m
- Paul Graubner (M09): 50m, 2., 8,57s; 80g Ball, 2., 26,50m
- Jonathan Becker (M10): 50m, 1., 8,14s (PB); Weit, 1., 3,68m (PB); 800m, 4., 3:02,17min (PB)
- Ludwig von Kietzell (M10): 50m, 5., 9,13s; Weit, 4., 3,36m; 800m, 5., 3:02,44min
- Leif Lenz (M12): 75m, 5., 11,71s (PB); 2000m, 5., 8:12,04min
- Nikita Reich (M12): 75m, 7., 11,86s (PB); 2000m, 6., 8:26,48min
- Ema Nanasiova (W10): 50m, 14., 9,34s (PB); Weit, 11., 2,98m (PB); 800m, 5., 3:20,52min (PB)
- Jule Riedel (W10): 50m, 9., 8,75s; Weit, 5., 3,37m
- Lia Riedel (W11): 50m, 5., 8,30s (PB); Weit, 7., 3,37m
- Carlotta Düsing (W11): 50m, 2., 7,99s (PB); Weit, 3., 3,50m; 800m, 2., 3:08,69min (PB)
- Staffel WK U12 (Riedel, Riedel, Düsing, Nanasiova): 4x50m, 3., 32,93s
- Staffel MK U12 (Eichhorn, Graubner, Kietzell, Becker): 4x50m, 1., 32,27s



Vereinsrekord bei den KM Langstrecke!

Am Dienstag, den 7. Mai, fanden die Kreismeisterschaften Langstrecken im Stadion am Eichholz in Vorfelde statt. Für den VfB Fallersleben waren einige Kinder, Jugendliche, Männer und die Seniorinnen und Senioren bei einem sonnigen Wetter am Start. Für viele Teilnehmer war es ein sehr erfolgreicher Tag, der viele Bestleistungen brachte.

Zum ersten Mal war Philipp Leis am Start, der 800m in 3:30min absolvierte. Ihre persönliche Bestleistung auf 800m steigerte Carlotta Düsing auf 3:00min, Ema Nanasiova auf 3:20min, Jonathan Becker auf 2:57min (Vereinsrekord) und Milo Eichhorn auf 3:06min. Auch Felix Kühne hat seine persönliche Bestleistung über 5000m mit 20:32min verbessert und von den Senioren hat Jean Hellmuth seine Bestleistung auf 17:59min gesetzt.

- Weibliche Kinder W10:
 - Ema Nanasiova, 2. Platz (800m 3:20min)
- Weibliche Kinder W11:
 - Carlotta Düsing, 1. Platz (800m 3:00min)
- Weibliche Jugend W15:
 - Lucie Lenz, 1. Platz (2000m 8:26min)
- Seniorinnen W50:
 - Gaby Wieja, 2. Platz (5000m 23:38min)
- Männliche Kinder M08:
 - Philipp Leis, 3. Platz (800m 3:30min)



- Männliche Kinder M09:
 - Milo Eichhorn, 2. Platz (800m 3:06min)
- Männliche Kinder M10:
 - Jonathan Becker, 1. Platz (800m 2:57min)
 - Ludwig von Kietzell, 2. Platz (800m 3:01min)
- Männliche Kinder M11:
 - Elia Schmidt, 2. Platz (800m 3:09min)
- Männliche Jugend M12:
 - Leif Lenz, 1. Platz (2000m 7:59min)
 - Nikita Reich, 2. Platz (2000m 8:13min)
- Männer:
 - Felix Kühne, 4. Platz (5000m 20:32min)
- Senioren M45:
 - Jean Hellmuth, 1. Platz (5000m 17:59min)

8. Moorlauf in Neudorf-Platendorf mit Vincents persönlicher Bestzeit



Am Samstag, den 11. Mai, fand in Neudorf-Platendorf der 8. Moorlauf statt. Bei kühlen Temperaturen um die 10 Grad und leichtem Regen hat Vincent Hellmuth sensationell mit 38:36 Minuten eine persönliche Bestzeit aufgestellt, die zugleich den Sieg in der AK MU23 bedeutet.

Auch alle anderen Ergebnisse unserer VfB Läufer konnten sich sehen lassen.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

- **10km** weiblich
 - Gaby Wieja = 46:53min, AK W50 = 2.
 - Lucie Lenz = 49:23min, AK weibliche Jugend U16 = 1.
- **10km** männlich
 - Vincent Hellmuth = 38:36min PB, AK MU23 = 1.
 - Nicolas Heidtke 46:04min
 - Matthias Harder = 51:07min
 - Klaus Jädike = 54:18min

VfB gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen.

Die ersten Bezirksmeisterschaften in Fallersleben!

Am Sonntag, den 12. Mai, fanden in Fallersleben zum ersten Mal die Bezirksmeisterschaften der U16 und U14 statt. Rund 180 Teilnehmer aus 27 Vereinen waren am Start. Rund 30 Helfer, vor allem vom VfB Fallersleben, VfL Wolfsburg sowie Bezirk sorgten für einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung. Auch das Wetter stand auf der Seite der Veranstalter und lies die Sonne den ganzen Tag scheinen.

Zu Beginn der Veranstaltung begrüßten Vorstandsmitglied Martin Kallenberg-Failla und Oberbürgermeister Klaus Mohrs die Teilnehmer, deren Trainer, Betreuer und Eltern. Anschließend schickte Spartenleiter und Organisator Sven Jäckel die Teilnehmer zu den Stationen, damit die Wettkämpfe beginnen konnten.



Unterstützt wurde die Veranstaltung durch REWE-Markt Berliner Str. und Cadera, die die Verpflegung für die Kampfrichter stellten und der Gartengestaltung Lieven GmbH, die für die Siegerehrung Pflanzen als optischen Hintergrund auslieh. Auch gab es von den Eltern zahlreiche Kuchenspenden. Das Organisationsteam dankt dafür.

Bei der Veranstaltung waren natürlich auch Sportler vom VfB Fallersleben mit „Heimvorteil“ am Start. Vier Jungen und ein Mädchen absolvierten in Fallersleben ihre ersten Bezirksmeisterschaften und konnten vermehrt mit guten Leistungen und Endkampf-Teilnahmen glänzen. Leif Lenz schaffte es über 75 sogar mit aufs Podest und stellte über

800m einen neuen Vereinsrekord auf. Auch die 4x75m-Staffel der Jungs schaffte es mit aufs Podest.

Hier die Ergebnisse im Einzelnen (PB=persönliche Bestleistung):

- Carlotta Düsing (W12): 75m, VL, 12,05s (PB); Weitsprung, 25., 3,12m; 800m, 5., 3:08,26min
- Nikita Reich (M12): 75m, VL, 11,97s; Weitsprung, 4., 3,69m; 800m, 7., 2:53,05min (PB)
- Elia Schmidt (M12): 75m, VL, 12,52s (PB); Weitsprung, 9., 2,93m; 800m, 10., 3:16,02min
- Leif Lenz (M12): 75m, 3., 11,34s (PB); 800m, 6., 2:52,47min (VR)
- Tomm Krosch (M12): 75m, VL, 12,15s (PB); Weitsprung, 8., 3,37m; 800m, 8., 2:59,71min (PB)
- Staffel U12 (Schmidt, Lenz, Reich, Nikita): 4x75m, 3., 46,83s

Viele gute Leistungen der Jugend!

Am Wochenende, den 18./19. Mai, nahmen die Athleten des VfB Fallersleben an diversen Wettkämpfen der Region teil und konnte doch sehr beachtliche Erfolge erzielen.

Am Samstag, den 18.05., fanden in Harlingerode die Bezirksmeisterschaften der Altersklassen ab U18 statt. Krankheitsbedingt konnten nur zwei Athleten von uns teilnehmen. Wie schon oft war in dem Stadion am Harz der Wind nicht berechenbar, da er dauernd die Richtung wechselte und unterschiedlich stark war. So waren Bestleistungen schwer zu erzielen.

In der männlichen Jugend U18 startete Jacob Reichelt in drei Disziplinen. Im Weitsprung wurde er mit 5,23m Vierter, wobei er bis zum letzten Durchgang sogar noch auf dem Podest war. Über 100m erzielte er im Vorlauf gute 12,57s. und über 200m belegte er in 25,84s den fünften Platz.

Sein Vereinskamerad Gero Redeker startete bei den Männern in zwei Disziplinen. Über 200m wurde er in 25,54s Siebter und über 400m in 57,24s ebenfalls.



Zeitgleich fanden auch die Offenen Mitteldeutsche Meisterschaften in der Para Leichtathletik in Wittenberg statt. Unser Para-Sportler Felix Kühne nahm in der Klasse T/G28 der Männer daran teil und konnte drei Siege erzielen. Über 100m siegte er in 13,64s, über 400m in 64,91s und im Weitsprung mit 4,61m. Leider wurden die Leistungen bei Winden über +2,0m/s erzielt, sodass sie für die offizielle Bestenlisten nicht gewertet werden konnten.

Ergebnisübersicht:

- Bezirksmeisterschaften ab U18:
 - Jacob Reichelt (U18): 100m, VL, 12,57s; 200m, 5., 25,84s; Weit, 4., 5,23m
 - Gero Redeker (M): 200m, 7., 25,54s; 400m, 7., 57,24s
- Offene Mitteldeutsche Meisterschaften in der Para Leichtathletik:
 - Felix Kühne (M): 100m, 1., 13,64s; 400m, 1., 64,91s; Weit, 1., 4,61m

Kinder- und Jugendsportfest Schöningen

Am Sonntag, den 19. Mai, fand das Kinder- und Jugendsportfest in Schöningen statt. Vom VfB Fallersleben nahmen acht Athleten/Athletinnen teil. Alle Kinder nahmen an einem normalen Dreikampf sowie an einer 8 x 50 Meter Staffel teil. In Schöningen war hervorragendes Wetter, was auch zu guten Leistungen führte. Charlotte Michitsch konnte sich den ersten Platz der Altersgruppe U10 – W9 erkämpfen, bei den Jungs im selben Alter erzielte Paul Graubner den vierten Platz und Milo Eichhorn den sechsten. In der Kategorie U12 – W10 traten Jule Riedel und Ema Nanasiova an, sie erreichten den sechsten und den elften Platz. Bei den U12 – M10 Kindern bahnte Ludwig von Kietzell sich seinen Weg auf den ersten Platz. Abschließend erzielte Carlotta Düsing den zweiten Platz der Altersgruppe U12 – W11 und Lia Riedel den sechsten.



Die 8x50 Meter Staffel des VfB Fallersleben schaffte es, sich gegen sechs weitere Staffeln durchzusetzen und erlief sich den ersten Platz.

Ebenfalls den ersten Platz sicherten sich Carlotta Düsing, Ema Nanasiova und Lia Riedel sowie Milo Eichhorn, Paul Graubner und Ludwig von Kietzell in der 3 x 800 Meter Staffel der weiblichen U12 und der männlichen U12.

Ergebnisübersicht:

- Charlotte Michitsch (W09): 3-Kampf, 1. Platz, 854 Pkt (8,3 sek – 3,58 m – 16,00)
- Jule Riedel (W10): 3-Kampf, 6. Platz, 854 Pkt (8,7 sek – 3,37 m – 14,50)
- Ema Nanasiova (W10): 3-Kampf, 11. Platz, 725 Pkt (8,4 sek – 3,09 m – 12,50 m)
- Düsing Carlotta (W11): 3-Kampf, 2. Platz, 1029 Pkt (8,0 sek – 3,58 m – 20,00 m)
- Lia Riedel (W11): 3-Kampf, 6. Platz, 893 Pkt (8,6 sek – 3,37 m – 16,50 m)
- Paul Graubner (M09): 3-Kampf, 4. Platz, 816 Pkt (8,3 sek – 3,37 m – 25,50 m)
- Milo Eichhorn (M09): 3-Kampf, 6. Platz, 735 Pkt (8,6 sek – 3,22 m – 22,00 m)
- Ludwig von Kietzell (M10): 3-Kampf, 1. Platz, 965 Pkt (8,6 sek – 3,46 m – 33,50 m)
- Männliche Kinder U12 (Eichhorn, Graubner, Kietzell): 3x800m, 1., 9:14,6 min
- Weibliche Kinder U12 (Düsing, Nanasiova, Riedel L): 3x800m, 1., 10:02,5 min
- Kinder U12: 8x50m, 1., 1:03,3 min

Leif Lenz wird Erster beim 2 km und Louis Hellmuth Zweiter beim 10 km Wettkampf in Meinersen

Am Freitag, den 24. Mai, hat der 33. Abendlauf in Meinersen vielen Läufern ein tolles Lauffest geboten, an dem unsere Läufer mit acht Podiumsplätzen sehr stark abgeschnitten haben.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

- **2km**
 - Leif Lenz = 7:30min, Gesamt = 1. und AK männliche Jugend U14 = 1.
- **10km männlich**
 - Louis Hellmuth = 34:13min, Gesamt = 2. und AK Männer = 2.
 - Jean Hellmuth = 38:04min, AK M45 = 1.
 - Rainer Morgenthal = 42.40min, AK M55 = 2.
 - Rudi Schmidt = 43:19min
 - Martin Fricke = 51:11 Min
 - Jörn Manske 51:25min
- **10km weiblich**
 - Karin Becker = 47:00min, AK W55 = 2.
 - Lucie Lenz = 48:43min, AK weibliche Jugend U16 = 1.
 - Gaby Wieja = 48:20min
 - Nele Pult = 49:02min, AK weibliche Jugend U18 = 1.
 - Marion Rusch-Thienel = 49:46min, AK W55 = 3.
 - Sandra Lenz = 55:47min



10. Abendsportfest des VfB's !

Am Mittwoch, den 29. Mai, fand das Abendsportfest vom VfB Fallersleben bereits zum zehnten Mal statt. Wie jedes Jahr wurden fast alle Sprint Disziplinen angeboten: 75m, 100m, 200m, 400m sowie 800m.

Mit 50 Teilnehmern aus der Region, sowie sehr guten Wetterverhältnissen und wenig Wind war die Veranstaltung ein voller Erfolg.



Bei den jüngeren Teilnehmern siegte Julian Karsten (VfL Wolfsburg, M12) über die 75m in 11,21s sowie Leif Lenz (VfB Fallersleben, M12) über 800m in 2:53,23min. Jule Jaworski (VfL Wolfsburg, W12) schaffte es ebenfalls aufs Podest über 75m in einer Zeit von 11,59s.



Eine Altersklasse höher siegte Sophia Stark (VfL Wolfsburg, W13) über 75m in 10,67s.

Florian Gogel-Barth (LAV Rümmer, M14) erreichte den ersten Platz über die 100m in einer Zeit von 13,00s sowie Tim Heumann (MTV Gifhorn, M14)

über 800m in 3:38,89min.

In der M15 siegte Louis Quarata (VfL Wolfsburg, M15) über 100m sowie über 300m in einer Zeit von 11,89s und 37,82s.

Parallel dazu siegte Nele Jaworski (VfL Wolfsburg, W15) über 100m und 300m in der W15 in 12,72s sowie 42,62s.

Die Braunschweiger Athletin Annika Tolle (LG Braunschweig, WJ U18) siegte über 100m sowie 200m in 13,08s und 26,81s.

Vom SV Ettenbüttel gewann Jeron Serbin (SV Ettenbüttel, MJ U18) das Rennen über 100m sowie 200m in einer Zeit von 11,64 und 23,33s. Jasper Johannes Hundertmark (VfB Fallersleben, MJ U18) konnte sich jedoch den Sieg über 400m in 57,65s sichern.

Jan Lennart Becker (VfB Fallersleben, MJ U20) konnte sich den ersten Platz über 100m in 12,47s sichern.

Wiebke Wagner (LG Braunschweig, WJ U20) gewann über 400m sowie 800m in 69,35s und 2:43,36min.



Bei den Männern ersprintete sich Magnus Bunar (VfL Wolfsburg, Männer) sich den ersten Platz über 100m sowie 200m in 11,09s und 22,45s. Sein Kollege aus Braunschweig, Darko Bonka (LG Braunschweig, Männer), siegte über 400m sowie 800m in 53,46s und 2:07,42min.

Bei den Frauen konnte Lina Bunar (VfL Wolfsburg, Frauen) das Duo perfekt machen und siegte über 100m sowie 200m in 12,94s sowie 26,53s.

Katja Radmilovic (LG Braunschweig, Frauen) siegte über 400m sowie 800m in einer Zeit von 65,27s und 2:33,03min.

Bei den Senioren M30 siegte Benjamin Wegner (LG Braunschweig, M30) über 400m in 55,82s.

Peter Wagner (VfB Fallersleben, M35) siegte über 800m in 3:48,17m.

In der Altersklasse der Seniorinnen W45 siegte Solveig Siede (Nordi. Ski-Verein Wernigerode, W45) über 100m sowie 800m in 14,65s und 2:38,18min.

Ebenfalls aus Wernigerode konnte Andreas Günnel (Nordi. Ski-Verein Wernigerode, M55) über 100m sowie 200m in 13,47 und 27,58s die Konkurrenz hinter sich lassen. Dirk Heumann (VfR Wilsche/Neubokel, M55) siegte über 800m in 3:32,26.

Siegfried Winkler (LG Braunschweig, M65) siegte in der Altersklasse der Senioren M65 über 100m in 19,40s.



Insgesamt war es ein toller Wettkampf für Athleten sowie Veranstalter, somit wird das Abendsportfest auch nächstes Jahr wieder ausgerichtet!

Juni

Nikita Reich gewinnt den 2km Schülerlauf beim 2. Ackermann-Lauf in Hoitlingen



Am Samstag, den 1. Juni, fand die zweite Auflage des Ackermann-Laufs in Hoitlingen statt.

Trotz der heißen Temperaturen waren zehn Läufer unserer Sparte bei dem Lauf dabei und das sehr erfolgreich.

Bei dem 10km Wettkampf gab es fünf Podiumsplätze in den Altersklassen und beim 2km Schülerlauf sind sogar zwei Podiumsplätze in der Gesamtwertung rausgesprungen, den dritten Platz belegte Ludwig von Kietzell und den Gesamtsieg Nikita Reich.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

- **2km**
 - Nikita Reich = 8:23min, Gesamt = 1. und AK männliche Jugend U14 = 1.
 - Ludwig von Kietzell = 8:48min, Gesamt = 3. und AK männliche Jugend U12 = 1.
- **10km männlich**
 - Jörn Manske 52:19min
 - Matthias Harder 55:20min
 - Jens Thies 62:06min
- **10km weiblich**
 - Karin Becker = 48:56min, AK W55 = 1.
 - Gaby Wieja = 49:07min, AK W50 = 2.
 - Nele Pult = 50:06min, AK weibliche Jugend U18 = 1.
 - Lucie Lenz = 52:23min, AK weibliche Jugend U16 = 1.
 - Sandra Lenz = 56:11min, AK W40 = 3.



VfB gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen.

VfB Fallersleben verabschiedet die NLV – Staffel auf den Weg nach Wilhelmshaven



Zum Tag der Niedersachsen verbindet der NLV „laufend“ die Ausrichterstadt der vergangenen Veranstaltung mit dem aktuellen Ausrichter. In 2017 in Wolfsburg angekommen, muss der Staf-

felstab nun pünktlich zur Eröffnung der Veranstaltung in Wilhelmshaven von der NLV- Staffel am kommenden Samstag überbracht werden.

Punkt genau um 18.00 Uhr verabschiedete daher unser OB Klaus Mohr vor dem Wolfsburger Rathaus die Staffel verbunden mit den besten Wünschen und einer Grußbotschaft auf ihren Weg. Der VfB Fallersleben übernahm es, mit 16 Läufern die NLV-Staffel bis an die Ortsgrenze von Wolfsburg zum Landkreis Gifhorn zu begleiten. Am VW Logistikzentrum in Fallersleben/Sülfeld angekommen, wurde die Staffel auf ihren 350km langen Weg nach Wilhelmshaven verabschiedet. Dort zog bereits das erste

Gewitter auf. Starkregen und Hagel waren bereits zu Beginn des Laufes eine besondere Herausforderung.

Wir wünschen den Teilnehmern, dass alle gesund in Wilhelmshaven ankommen und viel Spaß bei dem Lauf haben.

Übrigens: Die Leichtathletik wurde von dem Team um Raphael Wehnert, das aktuell bei der Aktion „WAZ bewegt“ mitmacht, stark unterstützt. Am letzten Tag der Aktion lief das Team aus Fallersleben zum Rathaus nach Wolfsburg und wieder zurück. Damit wurden bestimmt nochmal ganz viele Schritte gesammelt. Die Leichtathletik drückt die Daumen, dass es zum Sieg reicht.

Der VfB Fallersleben bedankt sich bei allen Läuferinnen und Läufern für die tolle Unterstützung.

Zu der NLV-Aktion:

Gemeinsam mit seinen Partnern AOK Niedersachsen, Novo Nordisk, Vilsa, Behinderten-Sportverband Niedersachsen und Bremer Leichtathletik-Verband wird der NLV fast 48 Stunden „laufend“ für den Breitensport werben und dabei Tag und Nacht in Form einer Staffel unterwegs sein. Dieses Jahr findet das Event erneut unter dem Motto „Lauf dem Diabetes davon“ statt.

Ein Athlet – Drei Titel und zwei Vereinsrekorde aufgestellt!

Am 13. Juni fuhr der VfB Athlet Benno Wiggers zu einer Meisterschaft in Verden. Bei guten 25° und wenig Wind herrschten für den Sprint ideale Bedingungen.

Den Vorlauf über 100m gewann Benno überraschend mit einer Zeit von 11,74 Sekunden und ging somit als vierter in den Finallauf. In diesem konnte er sich gegen starke Konkurrenz mit einer hundertstel Sekunde Vorsprung durchsetzen und holte sich den ersten Platz mit einer Zeit von 11,60 Sekunden. Damit stellte er außerdem einen neuen Vereinsrekord der Männer auf.

Über 200m startete Benno ebenfalls. Hier konnte er sich deutlich von der Konkurrenz absetzen und gewann mit mehr als 0,2 Sekunden Abstand zum Zweiten die Zeitläufe mit einer Zeit von 23,80 Sekunden. Auch hier schaffte er es damit auf die Vereinsrekordliste der Männer.

Eine Staffel aus Nienburg fragte aufgrund einer Verletzung an, ob Benno in ihrer Staffel mitlaufen würde, da sie sonst nicht starten könnten. An Position drei eingesetzt, hob Benno hier zunächst den falschen Arm und sorgte damit für einen holprigen zweiten Wechsel. Letztlich brachte die Staffel den Stab aber ins Ziel und belegte somit den ersten Platz mit einer Zeit von 46,41 Sekunden.



18. Windmühlenberglauf

Am Sonntag, den 16. Juni, fand bei besten Laufwetter, bei Temperaturen um 20 Grad mit Unterstützung vieler freiwilliger Helfer unser 18. Windmühlenberglauf statt.



Insgesamt gingen gut 330 Läufer an drei verschiedenen Wettbewerben (10 km, 2,5 km und 900 m) ins Rennen und stellten ihr läuferisches Können unter Beweis.

Auf der 10 km Strecke hat Valentin Harwardt vom VfL Wolfsburg souverän das Rennen in 33:23min gewonnen. Auf Platz 2 folgte Valentins Vereinskollege Steffen Hannich mit 34:52min und Platz 3 ging an Georg Paulmann vom USK Gifhorn Sommerbiathlon, für die er 37:03min benötigte. Für Jörn Manske vom VfB Fallersleben war es ein besonderer Wettkampf, denn mit 48:54 Min hat Jörn eine persönliche Bestzeit aufgestellt und das erste Mal in seinem Leben die 50 Minuten Marke geknackt.



Schnellste Frau war Lara Kleinschnittger (Team Waggumer Holz) mit 41:11min, gefolgt von Helena Rejzkova (Eintracht BS) mit 42:57min und Kristin Arnecke (VfL Wolfsburg) mit 43:17min.

Anschließend ging es für Schüler und Jugendliche bei den 2,5 km und 900 m weiter.



Bei den 2,5 km gewann mit 9:13min Daniel Iguacel, TV Jahn Wolfsburg, und Lucie Lenz mit 10:22min vom VfB Fallersleben.

Die weiteren Plätze belegten Ludwig von Kietzell mit 9:50min und Leif Lenz mit 9:57min, beide vom VfB Fallersleben sowie Nicola Bröger mit 10:45min und Marlene Wenzel mit 11:37min, beide vom VfL Lehre.

Beim 900 m Kids-Lauf, bei dem viele Schüler der Grundschule Fallersleben teilnahmen, gewann bei den Jungs Jakob Ninnemann mit 3:34min, auf Platz 2 folgte Marion Bisanz mit 3:42min und Platz 3 ging an zwei Jungs, einmal an Philipp Neumann und einmal an Emanuel Bräs, die dafür 3:56min benötigten. Alle männlichen Läufer auf den ersten 3 Plätzen sind von der Grundschule Fallersleben.

Bei den Mädels sahen die ersten 3 Plätze wie folgt aus, Katia Gomez Cheza (Vereinslos) in 4:10min, Sofia Gutierrez (Grundschule Fallersleben) in 4:15min und Viktoria Chiara Litzius (Grundschule Fallersleben) in 4:33min

VfB Fallersleben bedankt sich bei allen Helfern für die vielen leckeren Kuchenspenden und REWE für die Zielverpflegung.

Viele Podestplätze für den VfB!

Am Samstag, den 22. Juni, fand das Drömlingsportfest in Vorsfelde sowie die Landesmeisterschaft BSN 2019 in Göttingen statt. Bei bestem Wetter konnten sich die VfB Athleten von Ihrer besten Seite zeigen und einige Medaillen sichern.



Bei bestem Leichtathletik-Wetter war die Jugend des VfB Fällersleben am Samstag, 22. Juni, beim Drömlingsportfest in Vorsfelde am Start. Im Dreikampf und über 800m zeigten die neun Athleten starke Leistungen.

Unsere jüngste Teilnehmerin Emily Becker belegte im Dreikampf der W08 mit 815 Punkten den dritten Platz. Jule Riedel belegte in der W10 auch Platz 3 mit 915 Punkten. In der W11 starteten Lia Riedel und Carlotta Düsing. Lia wurde mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 965 Punkte Siebte, Carlotta wurde mit Vereinsrekord Vierte mit 1064 Punkten.

In der männlichen Klasse erzielte Ludwig von Kietzell in der M10 mit 811 Punkten den vierten Platz. Auch gab es zwei Podestplätze: Zweite Plätze gab es für Jonathan Becker in der M10 mit 894 Punkten und Vereinsrekord sowie für Paul Graubner in der M09 mit 882 Punkten. Über 50m erzielte Paul sogar einen neuen Vereinsrekord.

Als einziger Jugendlicher war Jacob Reichelt in der U18 am Start und siegte jeweils über 100m und im Weitsprung. Außer Wertung starteten Benno Wiggers und Josef Reichelt über 100m. Benno erzielte dabei mit 11,51s eine neue persönliche Bestleistung. Durch zu viel Rückenwind ist es leider kein neuer Vereinsrekord.

Alle Kinder bekamen eine Urkunde – diejenigen, die unter die ersten drei kamen in ihrer Altersklasse durften sich sogar über eine Medaille freuen.

Im Anschluss an die Dreikämpfe fanden noch 800 m-Läufe statt. Hier siegte Jonathan Becker in der M10 in 2:59,18min. Ludwig von Kietzell wurde in der M10 mit einer Zeit von 3:03,53min Dritter. Paul Graubner wurde in der M09 Vierter in 3:03,52min, Emily Becker in der W08 Zweite in 3:24,64min und Ema Nanasiova in der W10 Zweite mit 3:09,54min.

Bei den Landesmeisterschaften 2019 des Behindertensportverband Niedersachsen war Felix Kühne am Start. Er startete in drei Disziplinen und konnte in seiner Handicap-Klasse jeweils den Landestitel erzielen. Er war siegreich über 100m in 13,87s, 200m in 28,30s und 400m in 63,79s. Dies schaffte er jetzt bereits zum vierten Mal hintereinander.



Gesamt/ weitere Ergebnisse:

- Emily Becker (W08): 3-Kampf, 3. Platz, 815 Pkt; 800m, 2., 3:24,64min
- Jule Riedel (W10): 3-Kampf, 3. Platz, 915 Pkt
- Ema Nanasiova (W10): 800m, 2., 3:09,54min
- Düsing Carlotta (W11): 3-Kampf, 4. Platz, 1064 Pkt
- Lia Riedel (W11): 3-Kampf, 7. Platz, 965 Pkt
- Paul Graubner (M09): 3-Kampf, 2. Platz, 882 Pkt; 800m, 4., 3:03,52min
- Jonathan Becker (M10): 3-Kampf, 2. Platz, 894 Pkt; 800m, 1., 2:59,18min
- Ludwig von Kietzell (M10): 3-Kampf, 4. Platz, 811 Pkt; 800m, 3., 3:03,53min

Doppelsieg für Jule Riedel in Meinersen!

Am letzten Samstag vor den Sommerferien, den 29. Juni, nahmen fünf Athleten des VfB Fallersleben



am 10. Kinder- und Jugendsportfest des SV Ettenbüttel in Meinersen teil und trotzten mit guten Leistungen der Hitze mit Temperaturen über 30 Grad.

Für Jule Riedel sprang dabei ein Sieg in der Altersklasse W10 im Dreikampf heraus. Mit 887 Punkten blieb sie zwar hinter ihrer Bestleistung, das tat der Freude über den Sieg aber keinen Abbruch. Den Grundstein dafür legte sie

bereits mit 3,41 m im Weitsprung. Im Anschluss erreichte sie beim Schlagball 17m und lief die 50m in 9,04 Sekunden.

Ihre Vereinskameradin Ema Nanasiova startete in der gleichen Altersklasse und erreichte einen tollen sechsten Platz. Dabei schaffte sie erneut einen Weitsprung über 3m (3,05m), was am heutigen Tag die zweitbeste Leistung war. Den Schlagball warf sie auf 15m, die 50m absolvierte sie in 9,62 Sekunden. Mit insgesamt 758 Punkten erreichte sie eine neue persönliche Bestleistung.

Carlotta Düsing und Lia Riedel traten in der Altersklasse W11 an und konnten hinter einer starken Riege aus Ettenbüttel die Plätze sechs und sieben ergattern. Carlotta errang dabei erneut mehr als 1.000 Punkte (1.029 Punkte), resultierend aus 3,60m im Weitsprung, 21m im Schlagball und 8,38 Sekunden über 50m. Lia sprang 3,46m weit, warf den Schlagball 18 m und lief über 50m 8,72 Sekunden. Das reichte für 937 Punkte.

Bei der männlichen Jugend war als einziger Starter unseres Vereins Ludwig von Kietzell in der M10 vertreten. Mit einem soliden Wettkampf konnte er sich Platz zwei sichern. Dabei sprang er 3,25m weit, warf den Schlagball 30m weit und absolvierte die 50m in 9,02 Sekunden. In Summe bekam er für den Dreikampf 794 Punkte.

Zum Abschluss traten alle fünf Athleten zum 800m-Lauf an. Für Fallersleben reichte es hier für zwei Siege durch Jule Riedel und Ludwig von Kietzell, jeweils in der Altersklasse U12. In der WK U12 gingen alle drei vorderen Plätze an den VfB Fallersleben.

Carlotta lief im ersten Lauf souverän von vorne weg und hielt ihre Konkurrentin geschickt in Schach. 3:21 Minuten reichten für sie, um sich den dritten Platz zu sichern.

Im zweiten Lauf traten dann Lia, Jule und Ema an. Während Lia und Ema anfangs vorne wegliefen, rollte Jule das Feld von hinten auf. War sie kurz nach dem Start noch auf dem vorletzten Platz, konnte sie nach und nach die Lücke nach vorne schließen und überholte zuerst ihre Schwester Lia Riedel, um anschließend mit einer Temposteigerung ab 500 m auch an Ema vorbeizuziehen und in neuer persönlicher Bestleistung von 3:17 Minuten vor Ema in der Altersklasse W10 zu gewinnen. Aber auch Ema hatte einen guten Lauf und kam in 3:19 Minuten ins Ziel. Das reichte in der Gesamtwertung für den zweiten Platz. Lia Riedel kam in diesem Lauf zwar nur als Fünfte ins Ziel (3:36 Minuten) – dies reichte dennoch für einen tollen sechsten Platz.

Zum Abschluss war dann Ludwig von Kietzell in der MK U12 am Start. Er lief bereits eine gute erste Runde, konnte sein Tempo in der zweiten Runde aber noch deutlich steigern und erreichte mit einem beachtlichen Schlusssprint auf den letzten 100m das Ziel in 2:59 Minuten. Damit blieb er (endlich) das erste Mal unter drei Minuten und erreicht so sein selbst gestecktes Ziel und eine neue persönliche Bestleistung.

Für alle fünf Starter war es bei viel Sonne und Hitze ein toller Abschluss vor den Sommerferien. Jetzt kann erstmal regeneriert und im Urlaub Kraft getankt werden, bevor im August alle wieder in den nächsten Wettkampf einsteigen.

Juli

VfB Athleten in Königslutter erfolgreich – Zwei Rekorde für Wiggers!

Am Sonntag, den 7. Juli, fand in Königslutter das 3. Feriensportfest zum 100-jährigen Bestehen des TSV Lelm statt.



Hier gingen in der Altersklasse der Männer unsere Athleten Felix Kühne, Benno Wiggers und Gero Redeker an den Start und konnten sich in ihren jeweiligen Disziplinen Podiumsplätze sichern.

Felix Kühne belegte im Weitsprung mit einer Weite von 4,54m den dritten Platz. Über 100m kam er ebenfalls auf den dritten Platz mit einer Leistung

von 13,36s. In dieser Disziplin konnte Gero sich mit einer Leistung von 12,81s den zweiten Platz sichern. Benno schaffte es mit einer Zeit von 11,46s über die 100 Meter auf den ersten Platz und stellte eine neue persönliche Bestleistung und einen neuen Vereinsrekord auf.

Dem schlossen sich die 200m-Läufe an, die in gemischten Zeitläufen durchgeführt wurden.

Auch hier erreichte Felix Kühne den 3. Platz mit einer Zeit von 27,80s. Gero teilte sich in seinem Zeitlauf über diese Strecke den ersten Platz mit einer Athletin aus Hannover mit einer Zeit von 25,49s. In der Altersklassenwertung belegte Gero damit den zweiten Platz.

Benno konnte sich in seinem Zeitlauf deutlich von seinen Konkurrenten absetzen und erreichte mit einer Zeit von 23,40s den ersten Platz und stellte somit auch über 200m erneut einen Vereinsrekord und einen neuen persönlichen Rekord auf.



Für Felix war dies die perfekte Vorbereitung für die Internationale Deutsche Meisterschaft Para Leichtathletik am 13./14.07.2019 in Singen, wo er über 100m, 200m, 400m und Weitsprung am Start sein wird.

Die VfB Athleten können somit mit einem guten Gefühl in die wohlverdiente Sommerpause gehen.

August

Teilnehmerrekord bei der Sommerfreizeit

Wie es inzwischen zur Tradition geworden ist, fuhr unsere Jugend in den Sommerferien wieder zur



Ferienfreizeit nach Dänemark. Da in diesem Jahr die Ferien so spät waren, fand die Fahrt erst zum Ende der Ferien statt. Für eine Woche ging es nach Vrist.

In diesem Jahr wurde ein neuer Teilnehmerrekord erzielt: Es waren 25 Teilnehmer im Alter von 10 bis 27 Jahren, davon fünf Mädchen. Auch wa-

ren wieder zwei Teilnehmer mit Handicap dabei. Geplant wurde die Fahrt in diesem Jahr wieder von Sven Jäckel und Jan-Henrik Post.

Leider spielte das Wetter nicht so mit. Es gab viele Wolken und Regen und Temperaturen von rund 20 Grad. Trotzdem gab es genug Sonnenstunden, um die Wellen zum Baden in der Nordsee und den Strand zum Spielen zu nutzen.

Die Teilnehmer wurden zum Kochen in vier Gruppen eingeteilt, die dann für das Frühstück und das Abendessen sorgen mussten. Es gab viele selbst zubereitete Essen, manche Kochgruppen standen zwei bis drei Stunden in der Küche, um die frischen Produkte zu verarbeiten.

Neben den Ausflügen nach Legoland, zum Seekriegsmuseum in Thyborøn und in die Sporthalle von Harboøre, standen viele Gesellschaftsspiele im Haus, Baden in der Nordsee und im Hauspool auf dem Programm. Es sollte auch in ein OpenAir Flugzeugmuseum mit Flugshow gehen, aber dieser Programmpunkt fiel durch starken Regen leider aus. Auch das obligatorische Werwölfe stand natürlich auf dem Programm. Und wie es Tradition ist, wurden die neuen Teilnehmer im Pool getauft.



Nach einer Woche fuhren die Teilnehmer müde, aber froh über die schöne Fahrt wieder nach Hause. Viele haben schon Lust auf die nächste Fahrt im Jahr 2020.

Klarer Sieg mit Vereinsrekord in Edemissen



Beim Sommersportfest in Edemissen am Samstag, den 24. August, nahmen vier junge Leichtathleten des VfB Fallersleben teil. Dabei wurden vier Vereinsrekorde aufgestellt.

Überragend war Ludwig von Kietzell über 800m der M10. Er siegte mit über zehn Sekunden Vorsprung in 2:52,46min und verbesserte damit den alten Vereinsrekord um fünf Sekunden. Weiterhin belegte er im Dreikampf der M10 mit 878 Punkten den zweiten Platz. Dies bedeutete neue Bestleistung für ihn, die er auch über 50m und im Weitsprung aufstellte.

Paul Graubner wurde im Dreikampf der M09 bei starker Konkurrenz mit 853 Punkten ebenfalls Zweiter. Platz drei lag nur neun Punkte dahinter.

Die beiden weiblichen Starter absolvierten ihren ersten Vierkampf. Dabei wurde Lia Riedel Neunte in der W11 mit 1141 Punkten und Jule Riedel mit 1071 Punkten Sechste in der W10. Beide stellten damit einen Vereinsrekord auf und jeweils eine persönliche Bestleistung im Hochsprung.

Als nächstes steht für die Athleten dann das heimische Sportfest am 7. September auf dem Programm.



Hier die Ergebnisse in der Übersicht:

- Ludwig von Kietzell (M10): Dreikampf, 2., 878 Pkt (8,81 – 3,58 – 33,00); 800m, 1., 2:52,46min
- Paul Graubner (M09): Dreikampf, 2., 853 Pkt (8,43 – 3,41 – 28,00)
- Lia Riedel (W11): Vierkampf, 9., 1141 Pkt (8,80 – 3,62 – 1,08 – 15,00)
- Jule Riedel (W10): Vierkampf, 6. 1071 Pkt (8,68 – 3,55 – 0,96 – 16,00)

September

Mehrere Podiumsplätze beim 28. Volkslauf in Meine

Am Sonntag, den 1. September, gingen einige VfB Läuferinnen und Läufer in Meine auf die 10km sowie



3,5km Strecke ins Rennen und es hagelte Podiumsplätze.

Auf der 10km Strecke hat Lucie Lenz mit 50:59min die AK MJU16 gewonnen, zweite Plätze in ihren AKs gab es für Gaby Wieja in der AK W50 in 47:14min, Karin Becker in der AK W55 in 47:43min, Jean Hellmuth in der AK M45 in 39:11min sowie Rainer Morgenthal in

der AK M55 in 43:43min.

Marion Rusch-Thienel holte sich den dritten Platz in der AK W55 in 49:24min

Dann ging es mit den 3,5km weiter, wo unser Leif Lenz in 15:29min in der AK MJU14 den dritten Platz belegte.

Hier sind die Ergebnisse im Einzelnen:

- **3,5km**
 - Leif Lenz = 15:29min, AK MJU14 = 3.
- **10km männlich**
 - Jean Hellmuth = 39:11min, AK M45 = 2.
 - Rainer Morgenthal = 43:43min, AK M55 = 2.
 - Jörn Manske 50:43min
 - Matthias Harder 56:19min
 - Rainer Thienel 56:25min
 - Jens Thies 58:46min
- **10km weiblich**
 - Gaby Wieja = 47:14min, AK W50 = 2.
 - Karin Becker = 47:43min, AK W55 = 2.
 - Marion Rusch-Thienel = 49:24min, AK W55 = 3.
 - Lucie Lenz = 50:59min, AK weibliche Jugend U16 = 1.
 - Sandra Lenz = 55:34min

VfB gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen

Teilnehmerrekord beim 23. HvF-Sportfest

Am 7. September fand unser 23. Hoffmann-von-Fallersleben Sportfest statt. Trotz des späteren Ter-



mins in diesem Jahr war es ein voller Erfolg. Von den 171 vorangemeldeten Sportlern nahmen 147 Starter aus 17 Vereinen an der Veranstaltung teil. Dies bedeutete einen neuen Teilnehmerrekord.

Kurz vor der Veranstaltung hatte es noch leicht genieselt. Aber pünktlich zu Beginn hörte es auf und es wurde mit dem Wetter immer besser. Dies förderte auch die Motivation und die Leistungen der Wettkämpfer. Zur Stärkung stand wie immer Kuchen, Waffeln (dank an die Eltern für die Spende) und Bratwürste bereit.

Zum Schluss gab es die große Siegerehrung, wo jeder Teilnehmer eine Urkunde bekam, Platz zwei und drei eine Medaille und der Sieger eines Mehrkampfes sogar einen Pokal in Form eines Laufschuhs.

Weiterhin gab es zum ersten Mal einen Weitsprung-Wettbewerb für die älteren Altersklassen, an dem leider nur zwei Athleten teilnahmen.

Einen großen Dank an alle Helfer, die zur erfolgreichen Veranstaltung beigetragen haben.



Hier die Sieger der einzelnen Wettbewerbe:

- 4-Kampf
 - Männliche Jugend U16 M15: Luis Heinrich (Wesendorfer SC) 1.688 Pkt.
 - Männliche Jugend U16 M14: Tristan Kuska (LG Braunschweig) 1.615 Pkt.
 - Weibliche Jugend U16 W15: Nele Jaworski (VfL Wolfsburg) 1.856 Pkt.
 - Weibliche Jugend U16 W14: Mercedes Boas (VfL Lehre) 1.516 Pkt.
- 3-Kampf
 - Männliche Jugend U14 M13: Nikola Hruskar (VfL Wolfsburg) 1.089 Pkt.
 - Männliche Jugend U14 M12: Julian Karsten (VfL Wolfsburg) 1.201 Pkt.
 - Männliche Kinder U12 M11: Max Greger (VfL Lehre) 988 Pkt.
 - Männliche Kinder U12 M10: Kai Rudolph (VfL Wolfsburg) 961 Pkt.
 - Männliche Kinder U10 M09: Alexander Borngräber (VfL Lehre) 881 Pkt.
 - Männliche Kinder U10 M08: Jonas Schöntag (VfL Wolfsburg) 925 Pkt.
 - Männliche Kinder U10 M07: Finn Weidel (Wesendorfer SC) 475 Pkt.
 - Männliche Kinder U10 M06: Silas Scholz (MTV Vorsfelde) 207 Pkt.
 - Weibliche Jugend U14 W13: Emma Carstensen (VfL Wolfsburg) 1.417 Pkt.
 - Weibliche Jugend U14 W12: Martha Liebrich (VfL Wolfsburg) 1.354 Pkt.
 - Weibliche Kinder U12 W11: Jule Jaworski (VfL Wolfsburg) 1.257 Pkt.
 - Weibliche Kinder U12 W10: Jule Riedel (VfB Fallersleben) 944 Pkt.
 - Weibliche Kinder U10 W09: Charlotte Michitsch (VfB Fallersleben) 1.061 Pkt.
 - Weibliche Kinder U10 W08: Nora Schrader (VfL Lehre) 963 Pkt.
 - Weibliche Kinder U10 W07: Pia Maruhn (Wesendorfer SC) 675 Pkt.
 - Weibliche Kinder U10 W05: Valentina Graubner (VfB Fallersleben) 230 Pkt.
- Staffeln:
 - Männliche Jugend U14
4 x 75 m Staffel: VfB Fallersleben (E. Schmidt-N. Reich-J. Becker-T. Krosch) 47,70 sec
 - Männliche Kinder U12
4 x 50 m Staffel: VfB Fallersleben (P. Graubner-L. von Kietzell-M. Eichhorn-F. Hötte) 33,18 sec.
 - Männliche Kinder U10
4 x 50 m Staffel: VfL Lehre (A. Borngräber-J. Dunkel-J. Ide-M. Schuster) 33,42 sec.

- Weibliche Jugend U16
4 x 100 m Staffel: VfB Fallersleben (M. Weiss-L. Feller-L. Tiedje-S. Röhl) 1:01,65min.
- Weibliche Jugend U14
4 x 75 m Staffel: VfL Wolfsburg (S. Stark-E. Janßen-E. Carstensen-M. Liebrich) 41,36 sec.
- Weibliche Kinder U12
4 x 50 m Staffel: SV Ettenbüttel (S. Berger-H. Petzolt-M. Haase-L. Lange) 30,08 sec
- Weibliche Kinder U10
4 x 50 m Staffel: TSV Germania Helmstedt I (A. Sydow-S. Raabe-S. Halwas-S. Marzo) 34,49 sec

Auch für unsere eigenen Athleten war es ein recht erfolgreicher Tag. Neben den zwei Einzel-Siegen und drei Staffel-Siegen gab es viele persönliche Bestleistungen und fünf neue Vereinsrekorde.



Jugend Zeltlager 2019

Vom 7. bis zum 8. September fand im Anschluss an das Hoffmann von Fallersleben Sportfest das Zeltlager der Leichtathletik Jugend vom VfB Fallersleben statt. Ganzen 18 Athleten zwischen acht und 23 Jahren zelteten dabei in der Nähe des Sportplatzes.



Eingeleitet wurde das Zeltlager mit einem gemeinsamen Grillen, nachdem die Zelte aufgebaut waren. Als sich alle satt gegessen hatten, fand auf dem Sportplatz eine Spiel-Olympiade statt. Leicht erschöpft wurde dann Stockbrot

am Lagerfeuer gemacht und die ersten verzogen sich bereits in die Zelte. Die Älteren unterhielten sich noch gemütlich und machten sich am Lagerfeuer Marshmallows warm.

Nach einer sehr ruhigen, aber kalten Nacht begannen zum Abschluss noch die Aufräumarbeiten und es wurde gefrühstückt bis es dann um 10:00 Uhr für alle vorbei war.

16. motivierte Leichtathleten beim 14. Wolfsburg Marathon

Der Wolfsburg Marathon ging am Sonntag, den 8. September, in seine 14. Runde und das haben 16



unserer Leichtathleten erfolgreich genutzt, um sich auf vier unterschiedlichen Distanzen (Marathon, Halbmarathon, 10km und 5km) zu messen.

Insgesamt gab es für unsere Läufer, bei idealen Bedingungen acht Podiumsplätze und einen hervorragen

den ersten Platz in der Frauen Teamwertung beim Halbmarathon.

Beim Halbmarathon hat Nele Pult mit 1:52:20h eine persönliche Bestzeit erzielt und die AK U18 gewonnen, Karin Becker hat mit 1:41:37h den zweiten Platz in der AK W55 belegt, für Marion Rusch-Thienel gab es mit 1:49:25h den dritten Platz in der AK W55 und Gaby Wieja belegte mit 1:47:05h den zweiten Platz in der AK W50.

Unser Frauenteam um Karin Becker, Gaby Wieja und Marion Rusch Thienel haben sensationell die Teamwertung mit 5:18:07h gewonnen

Sehr erfreulich verlief der HM auch für Jörn Manske, denn mit 1:58:39h, war es der schnellste HM seines Lebens.

Auf der 10km Strecke hat Hartmut Leitner überzeugt, er hat mit 55:51min die AK M70 für sich entschieden.

Auf dem 5km Kurs gab es drei Podiumsplätze, Jean Hellmuth belegte mit 18:10min den zweiten Platz in der AK M45, Tamm Krosch hat sogar mit 23:59min die AK U12 gewonnen und Lennart Röhl hat mit 24:10min in der AK U14 den zweiten Platz belegt.

Hier sind alle Ergebnisse im Einzelnen:

- **Halbmarathon**

- Rudi Schmidt 1:37:30h
- Karin Becker 1:41:37h
- Gaby Wieja 1:47:05h
- Marion Rusch Thienel 1:49:25h
- Nele Pult 1:52:20h PB
- Christoph Jachlinski 1:57:49h
- Jörn Manske 1:58:39h PB
- Matthias Harder 2:10:43h
- Claus Ludwig 2:02:27h
- Kerstin Jachlinski 2:16:59h

- **10km**

- Felix Kühne 47:44min
- Hartmut Leitner 55:51min

- **5km**

- Jean Hellmuth 18:10min

- Tomm Krosch 23:59min
- Lennart Röhl 24:10min
- Sarah Röhl 31:29min

VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Leistungen.

2 persönliche Bestzeiten beim 15. FUN RUN in Wilsche

Der Name ist Programm, denn beim 15. Fun Run am Sonntag, 15. September, in Wilsche sollte der Spaß im Vordergrund stehen und das haben neun LäuferInnen wortwörtlich genommen.

Von den neun Startern gab es vier Altersklassen Treppchen Plätze und zwei persönliche Bestzeiten, einmal für Nele Pult und einmal für Vincent Hellmuth.

Das sind die Ergebnisse:

- **10km männlich**
 - Jean Hellmuth 38:00min AK M45 = 2
 - Vincent Hellmuth 38:28min PB
 - Rainer Morgenthal 41:39min AK M55 = 1
 - Nicolas Heidtke 47:19min
 - Matthias Harder 54:40min
 - Rainer Thienel 54:40min
- **10km weiblich**
 - Nele Pult 46:11min AK WU18 = 1 und PB
 - Gaby Wieja 48:09min
 - Marion Rusch-Thienel 48:18min AK-W55 = 2



VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Ergebnisse.

Vorsfelder Eberlauf

An einem sonnigen, aber windigen Sonntag, den 15. September, haben acht junge VfB Athleten beim Eberlauf in Vorsfelde am Eichholz teilgenommen.

Auch dieses Jahr gab es große Erfolge. Nach den gemischten und hektischen Starts der weiblichen und männlichen Kinder über 1,4 km, haben Nikita Reich mit 5:37min und Ludwig von Kietzell mit 5:18min den ersten Platz in der jeweiligen Altersklassen erreicht. Für weitere Erfolge sorgte Sofie Leis und Carlotta Düsing, die jeweils als Zweite ins Ziel gelaufen sind. Weiterhin haben Milo Eichhorn den dritten Platz, Ema Nanasiova den vierten Platz und Philipp Leis den neunten Platz erreicht.



Nach einem ruhigen 2,8 km Start hat Leif Lenz schnell seine Position gefunden und ist in 11:53min als Erster seiner Altersklasse ins Ziel gelaufen.

- Einzelergebnisse auf 1,4 Km:
 - Sofie Leis 2.Platz, W10, 6:12
 - Carlotta Düsing 2.Platz, W11, 5:50
 - Ema Nanasiova 4.Platz, W10, 6:32
 - Nikita Reich 1.Platz, M12, 5:37
 - Ludwig von Kietzell 1.Platz, M10: 5:18
 - Milo Eichhorn 3. Platz, M09, 5:35
 - Philipp Leis 9.Platz, M08, 10:13
- Einzelergebnisse auf 2,8 Km:
 - Leif Lenz 1.Platz, M12. 11:53

Bahnabschluss beim Lok Blankenburg



Am 28. September haben unsere Leichtathleten des VfB am 53.-alljährigem Sportfest des Lok Blankenburg/Harz erfolgreich teilgenommen. Trotz des Regens gegen Ende der Veranstaltung kamen auch zwei Sprinter auf einen Podiumsplatz des gut besuchten Festes. Zu Beginn des Bahnabschlusses starteten alle Sportler in den 100m Sprints: Jacob Reichelt (U18 | 12,71s), Jasper Hundertmark (U18 | 12,87s), Gero Redeker mit

12,99s, womit er auf den zweiten Platz in der Männer-Altersklasse kam. Auch sprinteten Felix Kühne (Männer | 13,70s), der hier auf den dritten Platz der Siegertreppe stieg, sowie Timo Feller mit einer Bestleistung von 13,36s in der U16/M14 zu seinem erst zweiten Wettkampf in der Disziplin. Damit belegte er den zweiten Platz in seiner Altersklasse.

Auch wurden die 200m von Reichelt (26,41s), Redeker (26,69s), der auch hier Zweiter in seiner Klasse wurde, und Kühne (28,99s | 3. Platz) bestritten. Hier wurden leider keine neuen Bestleistungen der einzelnen Athleten erzielt.

Zum Ende liefen zudem Kühne (1:05,43min) und Hundertmark, der auf den ersten Platz in seiner Altersklasse U18 mit 57,88s kam, die 400m. Dies wurde zusätzlich dadurch erschwert, als es kurz vor Start anfang, stark zu regnen und die Bahn daher nass wurde.

Hier die Ergebnisübersicht:

- Timo Feller (M14): 100m, 2., 13,36s
- Jacob Reichelt (mJ U18): 100m, 4., 12,71s; 200m, 4., 26,41s
- Jasper Hundertmark (mJ U18): 100m, 5., 12,83s; 400m, 1., 57,88s
- Gero Redeker (Männer): 100m, 2., 12,99s; 200m, 2., 26,69s
- Felix Kühne (Männer): 100m, 3., 13,70s; 200m, 3., 28,99s; 400m, 1., 65,43s



Fest der Tausend Zwerge im Jahnstadion Hamburg



Am Morgen des 29. September trafen sich fünf Athletinnen und ein Athlet um 8 Uhr zum 41. Fest der 1000 Zwerge in Hamburg. Obwohl nur zwei von uns direkt um neun starteten, war die Gruppe pünktlich zum Aufwärmen zusammen am Start. Bereits kurz nach 9 Uhr begann ein sich durch den gesamten Wettkampf ziehender Regen anzukündigen.

Bereits um 10:30 brach Emily Becker (W10) einen persönlichen Rekord über 800m mit einer neuen Bestleistung von 3:10,12min. Kurze Zeit

danach stellte auch ihr Bruder Jonathan Becker (M10) einen persönlichen Rekord über 800m mit 2:53,45min auf. Auch Charlotte Michitsch (W10) erreichte eine neue persönliche Bestleistung und hält einen neuen Vereinsrekord für ihre Altersklasse mit 8,08s, allerdings in einem 50m Sprint. Mit dieser Leistung erreichte sie auch den Endlauf und wurde elfte in ihrer Alterskategorie mit 8,17s. Eine weitere gute Leistung wurde heute von Ema Nanasiova (W10) aufgestellt, indem sie eine Höhe von 1,09m beim Hochsprung übersprang und Platz sechs erzielte.

Am Ende des Wettkampfes lief noch eine 4x50m Staffel der U12, bestehend aus Lia Riedel, Jule Riedel, Charlotte Michitsch und Ema Nanasiova.

Leider konnten aufgrund des schlechten Wetters keine weiteren Rekorde aufgestellt werden.

Hier die Ergebnisübersicht

- Jonathan Becker (M10): 50m, VL, 8,60 s; 800m, 12., 2:53,45 min; Weitsprung, 23., 3,40 min
- Emily Becker (W10): 50m, VL, 9,25 s; 800m, 20., 3:10,12 min; Weitsprung, 56., 2,95 min
- Charlotte Michitsch (W10): 50m, 11., 8,17 s; Weitsprung, 18., 3,52 m
- Ema Nanasiova (W10): 50m, VL, 9,45 s; 800m, 22., 3:12,90 min; Weitsprung, 43., 3,19m, Hochsprung, 6., 1,09 m; Ballwurf, 24., 16,00 m
- Jule Riedel (W10): 50m, VL, 8,64 s; Weitsprung, 36., 3,29 m
- Lia Riedel (W11): 50m, VL, 8,81 s; Weitsprung, 38., 3,35 m
- 4x50m Staffel U12 (Lia Riedel, Jule Riedel, Charlotte Michitsch & Ema Nanasiova): 7., 33,30 s

9. Jembker Bahrs-Lauf und Berlin-Marathon

Am Sonntag, den 29. September, ging es im Rahmen des Wolfsburg Gifhorner Laufcups um die Kartoffel und in Berlin fand der größte Marathon Deutschlands statt.

In Jembke holte sich Nele Pult im Regen und bei windigen Bedingungen in 47:40 Minuten den WJ U18 Altersklassen Sieg und damit auch einen Sack Kartoffeln.

Bei den Männern belegte Jean Hellmuth mit 39:01 Minuten den dritten Platz in der AK M45.



Hier sind die Platzierungen unserer Athleten:

- **10km weiblich**
 - Nele Pult AK WJ U18 1. Platz in 47:40min
 - Gaby Wieja AK W 50 4. Platz in 47:43min
- **10km männlich**
 - Vincent Hellmuth AK M 5. Platz in 38:34min
 - Jean Hellmuth AK M45 3. Platz in 39:01min

Berlin-Marathon

Beim größten Marathon Deutschlands, an dem mehr Menschen als je zuvor teilnahmen, hat auch Rudi Schmidt sich bei Regen durch die Stadt gequält.

Rudi hat den Marathon in 3:31:10 Stunden erfolgreich über die Ziellinie gebracht.

Wir gratulieren allen Teilnehmern zu einem erfolgreichen Läufersonntag

Oktober

9. Köhlbrandbrückenlauf mit Sieg in der Frauenwertung

Am Tag der Deutschen Einheit ging der Köhlbrandbrückenlauf in seine neunte Ausgabe.



Zwölf unserer Leichtathleten gingen um 15 Uhr an den Start und finishten die einmalige 12,3km Strecke mit Panoramablick über den Hafen Hamburgs.

An einem frischen, schönen Herbsttag sorgten unsere Frauen in der Teamwertung für eine riesige Überraschung, denn

bei den 15 Uhr Startern belegten unsere Frauen um Karin Becker, Nele Pult und Swea Siesespeck mit 2:57:20h den ersten Platz in der Frauen Teamwertung.

Für Top Platzierungen sorgten Karin Becker mit dem zweiten Platz mit 57:28min in der AK W55 und Nele Pult mit dem dritten Platz in 59:22min in der AK WJU18 Wertung.

Alle zwölf VfB Läufer waren mit der besonderen Laufveranstaltung sowie der Organisation um Rainer Thienel sehr zufrieden und wünschen sich eine Wiederholung der Teilnahme in 2020.

Das sind die Ergebnisse unserer Athleten:

- **12,3km männlich**
 - Rudi Schmidt 55:44min
 - Jörn Manske 1:02:07h
 - Claus Ludwig 1:04:47h
 - Martin Riedel 1:14:44h
 - Rainer Thienel 1:14:44h
 - Christoph Jachlinski 1:18:48h
- **12,3km weiblich**
 - Karin Becker 57:28min AK W55 = 2
 - Nele Pult 59:22min AK WJU18 = 3
 - Swea Siesespeck 1:00:30h
 - Gaby Wieja 1:01:24h
 - Marion Rusch-Thienel 1:01:38h
 - Kerstin Jachlinski 1:18:48h



VfB Fallersleben gratuliert allen Läufern für die guten Ergebnisse.

11. Neuhäuser Burglauf



Bei perfekten Bedingungen ging es gestern, den 20. Oktober, beim Burglauf zum 10km Abschlussrennen der zum Wolfzburg-Gifhorn zählenden Laufcupserie und das ziemlich erfolgreich für unsere Läufer.

In der Gesamt-Jahreswertung für 2019 haben Jean Hellmuth die AK M45, Rainer Morgenthal die AK M55, Lucie Lenz die AK WU16 und Nele Pult die AK WU18 für sich entschieden.

Den zweiten Platz gab es für Gaby Wieja in der AK W50 und Karin Becker in der AK W55.

Für Marion Rusch-Thienel gab es einen erfreulichen dritten Platz in der AK W55.

In der Mannschaftswertung gab es gleich zwei Podiumsplätze, die Frauen haben einen zweiten und die Männer den dritten Platz belegt.

Das 1,4km Rennen hat Nikita Reich mit 5:26 Minuten gewonnen.

Unsere Platzierungen wie folgt:

- **10km weiblich**
 - Karin Becker = 46:23min
 - Gaby Wieja = 47:27min
 - Nele Pult = 48:08min
 - Marion Rusch-Thienel = 49:04min
 - Karin Manzeck = 54:14min
 - Kerstin Jachlinski = 1:01:37min
- **10km männlich**
 - Jean Hellmuth = 38:45min
 - Vincent Hellmuth = 39:11min
 - Rainer Morgenthal = 41:19min
 - Dr. Nicolas Heidtke = 48:38min
 - Christoph Jachlinski = 53:29min
 - Rainer Thienel = 53:48min
 - Matthias Harder = 54:12min
 - Daniel Babor = 1:00:21min
- **1,4km Kinderlauf**
 - Nikita Reich = 5:26min

VfB Fallersleben gratulieren allen Teilnehmern zu einem erfolgreichen Läufersonntag.

Dezember

Zwei Treppchen Plätze beim 7. Elm-Advents-Halbmarathon

Am Sonntag, den 8. Dezember, ging es für Swea Siesespeck beim 7. Elm-Advents-Halbmarathon durch die sogenannte Hölle.

Das ist ein sehr steiler Streckenabschnitt auf der Halbmarathon Strecke. Swea belegte in 1:59:20h den dritten Platz in der AK W50.

Jean Hellmuth ging bei der gleichen Veranstaltung beim 5km Wettkampf ins Rennen und hat in 18:01min einen überragenden zweiten Gesamtplatz und ersten Platz in der AK M45 belegt.

VfB gratuliert Beiden für die guten Leistungen.

Flott in die Weihnachtszeit!

Beim Hallensportfest in Hannover am 8. Dezember nahmen zwei Athleten vom VfB Fallersleben teil.



In der M14 startete Timo Feller zum ersten Mal in der Halle über 60m und sprintete direkt mit einer Zeit von 8,44s ins Finale. Dort belegte er mit 8,48s den sechsten Platz. Im Weitsprung wurde er mit 4,64m Fünfter.

Unser Para-Sportler Felix Kühne startete bei den Männern. Im Weitsprung belegte er mit 4,50m Platz fünf, über 60m erzielte er im Vorlauf eine Zeit von 8,53s und über 200m 28,01s.

Beide Athleten waren mit ihren Leistungen sehr zufrieden.

Für die VfB Fallersleben Jugend war dies der letzte Wettkampf im Jahr 2019.

8. Wilscher Advents Crosslauf

Am Samstag, den 14. Dezember, ging es bei viel Matsch und viel Spaß beim 8. Wilscher Advents Crosslauf über eine preußische Meile (7,532 km).

Das Besondere an dem Lauf ist, dass die Siegerehrung nach einer alters- und geschlechtsbereinigten Leistungsberechnung erfolgt.

Und so haben unsere Läufer abgeschnitten:

Jean Hellmuth erzielte in der Zeit von 25:57min (gewertet) und 29:15min (gelaufen) den vierten Platz und Rainer Morgenthal in der Zeit von 26:57min (gewertet) und 31:17min (gelaufen) den sechsten Platz.

VfB Fallersleben gratuliert Jean und Rainer für die guten Ergebnisse.



Läufer und Walker lassen das Jahr 2019 sportlich ausklingen

Zum fünften Mal in Folge trafen sich unsere Läufer zusammen mit der Walking Gruppe um Bettina Daft am 31. Dezember zum gemütlichen Jahresabschlusslauf im VfB FIT mit einer erfreulichen Rekordbeteiligung.

Um 10 Uhr ging es nach einem Gruppenfoto direkt vor dem VfB-FIT auf die bekannte Windmühlenbergstraße, die Walker haben ca. 6km und die Läufer ca. 10km absolviert.



Gleich nach der sportlichen Betätigung haben sich alle im VfB FIT zu einem leckeren Glühwein Umtrunk und kleinem Buffet versammelt und bei netten Gesprächen das Läuferjahr 2019 ausklingen lassen.

