

Inhalt	Seite
Guter Start für beide Meistermannschaften	1
Make the earth move - Mapindus bei der Weltgymnaestrada in Helsinki	2
Die DJK beim sportlichen Kita-Tag 2015	5
Erfolgreiche Turnierwochenenden unserer G-Jugend	6
3. Sigrid Schreiner Gedächtnisturnier	8
Bernd-Ludwig-Gedächtnisturnier	10
Fußball-Freizeitturnier mit der Kolpingjugend	11
Soma-Vatertags Tour 2015 über den Mainradweg	12
Langstreckenlauf & Triathlon	13
AROHA im Freien	16

## Guter Start für beide Meistermannschaften

Die **1. Mannschaft** startete nach dem Aufstieg in die Gruppenliga mit einem 1:1 gegen Eschborn II und mit zwei 3:1 Siegen in Hadamar und in Weyer sensationell gut. \*

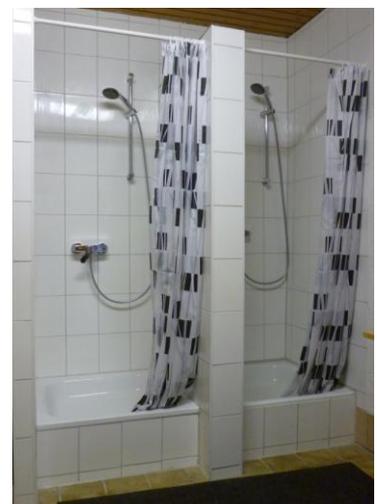
Die **2. Mannschaft** hatte zwar erst ein Spiel, aber sie hat schon vier Tore erzielt. Mit dem 4:4 in Schwanheim sicherte sie sich den ersten Punkt in der Kreisliga A. \*

Am 23.08. spielen beide Mannschaften zuhause gegen den SV Zeilsheim.

Wie der Kapitän der 1. Mannschaft, Simon Keller, u. a. im letzten NL schrieb, kommen in der Gruppenliga drei offizielle Schieds- und Linienrichter.

Damit diese sich bei uns wohl fühlen, haben fleißige Hände eine zweite Dusche in die Schiri-Kabine eingebaut.

VIELEN DANK!



## Make the earth move - Mapindus bei der Weltgymnaestrada in Helsinki

Alle vier Jahre treffen sich Turnerinnen und Turner aus der ganzen Welt, um bei der Weltgymnaestrada faszinierende turnerische Vorführungen und internationale Begegnungen zu erleben. Erstmals hat in diesem Jahr auch die Showturngruppe Mapindus daran teilgenommen. Nach der langen Vorbereitungszeit seit Frühjahr 2014 mit mehreren Spendensammelaktionen und Proben konnten sich die zehn Flörsheimerinnen dann endlich im Juli auf den Weg nach Helsinki machen.



Bereits am Flughafen trafen wir schon auf die ersten Sportgruppen aus Portugal, Mexiko und der Schweiz. Kein Wunder, denn insgesamt nehmen 21.000 Turnerinnen

und Turner aus 55 Nationen an der Weltgymnaestrada teil. Auch bei unseren Erkundungstouren durch Helsinki begegneten wir immer wieder den Teams anderer Nationen. Nach einer freudigen Begrüßung lernten wir fleißig erste Begrüßungsformeln in der Landessprache (schließlich sieht man sich noch häufig) und machten ein gemeinsames Gruppenfoto. Und klar, dass bei so vielen Turnerinnen und Turner auch akrobatische Posen und Hebefiguren nicht fehlen durften.

Neben der interkulturellen Begegnung ist die Gymnaestrada aber auch ein Treffen der verschiedenen Generationen. So geht die Spannweite der Teilnehmenden vom Säugling bis zum Seniorenturner, die gemeinsam in den Schulunterkünften auf Luftmatratzen übernachten. So lauschten wir gespannt den Berichten der Damen der TG Rüsselsheim, die uns an ihren Erfahrungen aus den vergangenen Gymnaestraden teilhaben ließen.

Sportlich reihte sich bei der Weltgymnaestrada ein Highlight an das andere. Bei über 200 Stunden Showvorführungen von den besten Showgruppen der Welt konnten wir viele tolle Ideen aus der gesamten Spannweite des Turnens sehen. Und einige Akrobatikelemente wurden auch sogleich von den Mädels nachgeturnt.

Die Mapindus-Mädchen traten bei der deutschen Großgruppenvorführung auf. Gemeinsam mit 1000 deutschen Aktiven gestalteten wir die 30-minütige Show „Enjoy Your Rhythm“. Solche Großgruppenvorführungen finden auf der Rasenfläche im Stadion statt. Das Besondere daran ist, mit so vielen Personen gemeinsam schöne Aufstellungen und Choreographien einzustudieren ... und das möglichst exakt. Als Teil des Akrobatikbildes mit dem Titel „Connecting the World“ durften wir sogar beim „Midnight-Sun-Special“ als eine der besten Großgruppenvorführungen teilnehmen.

Weitere Highlights für uns waren die Eröffnungsfeier mit dem Einlauf aller Nationen ins Olympiastadion, die vielen tollen Showabenden der verschiedenen Nationen und das alltägliche Miteinander der Sportler. So war alleine das Mittagessen in den Messehallen ein Erlebnis. Denn wenn ca. 2000 Turnerinnen und Turner gleichzeitig in der Halle sind, so sind häufig Polonaisen, nationale Gesänge oder Klatschrhythmen von den Tischen zu hören. Dort wurde auch fleißig die Delegationskleidung getauscht um einmalige Erinnerungsstücke mitzunehmen. Auch die Flörsheimerinnen konnten als Mitbringsel Shirts oder Mützen aus Großbritannien, Canada, Schweiz oder Brasilien mit nach Hause bringen. Insgesamt war es eine tolle und sehr eindrucksvolle Woche in Helsinki. Danke an alle, die uns auf dem Weg dorthin unterstützt haben! Und eins steht fest, das war sicherlich nicht unsere letzte Weltgymnaestrada.

## Fotos zu Mapindus in Helsinki



Wir tauschen unsere Fahnen mit den finnländischen Turnerinnen



Mapindus vor dem Auftritt mit dem Akrobatikbild



Spagathebung vor der Nationalbibliothek am Senatsplatz



Turnen an der Ostsee ist so viel besser als gerade im Unterricht zu sitzen



Mapindus und portugiesische Turnerinnen auf der Insel Suomenlinna



**Einmarsch ins Olympia-Stadion**



**Das Schlussbild unseres Akrobatikbildes**

*Tina Beutel*

## Die DJK beim sportlichen Kita-Tag 2015

### Schlagball-Weitwurf

Bereits zum vierten Mal fand dieses Flörsheimer Kinderfest auf dem Sportplatz an der O-pelbrücke statt. Das Amt für Jugend, Kultur und Sport in Kooperation mit den Kitas und den Sportvereinen will mit diesem Sporttag allen Flörsheimer Vorschulkindern den Beginn der Schulzeit markieren und das gegenseitige Kennenlernen unterstützen.

Darüber hinaus soll die große Bedeutung von Bewegung und Sport für Kinder als Ausgleich zum schulischen Sitzen betont werden.

Die jungen Sportler kamen aus neun der zehn Kitas.

Von der Stadt wurden alle teilnehmenden Kinder in grüne T-Shirts mit dem Druck „KITA-FIT“ und „Sport verbindet“ gekleidet und mit bunten Baseball-Kappen ausgestattet. Moderator Olaf Wagner sorgte während der ganzen Veranstaltung für Stadionstimmung.



Unser Verein baute die Station Schlagball-Weitwurf auf und besetzte diese mit fünf Helfern. Jedes Kind durfte dreimal mit dem 80 g schweren Ball werfen und der weiteste Wurf wurde auf der Laufkarte eingetragen. Manche angehenden Schulkinder setzten die von unserer Trainerassistentin Theresia Sondermann gezeigte Wurftechnik optimal um und waren selbst überrascht über ihre Ergebnisse. Auch Regina Kahlau, Beatrix Rinkart, Winfried Fleck und Karlheinz Platt sorgten mit ihrem Einsatz an dieser Station für einen reibungslosen Ablauf.

Vielen Dank an alle fünf Helferinnen und Helfer für ihre Bereitschaft, sich für den Verein und die Bewegungsförderung von kleinen Flörsheimern einzusetzen.

*Beatrix Rinkart*

---

## Erfolgreiche Turnierwochenenden unserer G-Jugend

### 14. Juni:

#### Turniersieg und Platz 7 beim DJK Turnier in Bad Homburg.

Direkt nach der Ankunft in Bad Homburg-Kirdorf gab es einen kleinen Schock. Da eine Mannschaft fehlte, wurde der Spielplan auf „Jeder gegen Jeden“ geändert. Dies bedeutete 6 x 12 Minuten Spielzeit ohne große Pausen bei hochsommerlichen Temperaturen. Teils auch Spiele direkt nacheinander.

Aber beide Mannschaften kämpften und spielten bravourös.

#### Ergebnisse der DJK Flörsheim 1:

DJK 1 - Kirdorf 1	0:0	
DJK 1 - Kirdorf 2	4:0	Tore: Julian (2), Dominik, Otis
DJK 1 - Wiesbaden 1	5:0	Tore: Dominik (2), Max (2), Adam
DJK 1 - DJK 2	6:0	Tore: Dominik (2), Otis (2), Felix, Adam
DJK 1 - Griesheim	4:0	Tore: Dominik (3), Adam
DJK 1 - Wiesbaden 2	6:0	Tore: Mattis (5), Adam

#### Ergebnisse der DJK Flörsheim 2:

DJK 2 - Griesheim	0:2	
DJK 2 - Wiesbaden 1	0:4	
DJK 2 - DJK 1	0:6	
DJK 2 - Wiesbaden 2	3:0	Tore Arda (2), Roman
DJK 2 - Kirdorf 1	0:2	
DJK 2 - Kirdorf 2	0:0	

Ein großer Dank geht an Bernd Limper der voller Engagement die 2. Mannschaft betreut hat und so den Trainer der beide Mannschaften trainiert enorm entlastet hat.

Ein Riesenkompiment für beide Mannschaften, die bei diesen Temperaturen und organisatorischen Bedingungen ein Riesenturnier spielten.

### 20. Juni:

#### Platz 5 und 6 in Hornau

Die Jungs und Mädels der **G1/2** und der **G 2/2** spielten in Hornau in zwei getrennten Turnieren und belegten die Plätze 5 und 6.

#### G1/2 Ergebnisse:

DJK - SG Bad Soden	2:1	Tore: Arda E. (2)
DJK - Hornau 2	1:0	Tor: Arda E.
DJK - SV Ruppertshain	0:1	

Spiel um Platz 5:

DJK - SV Fischbach	0:3	
--------------------	-----	--

Etwas mehr Glück im letzten Gruppenspiel und das Finale wäre möglich gewesen. Aber dennoch ein toller Erfolg der jungen Mannschaft, die mehr und mehr zusammenwächst.

Die Jungs und Mädels des Jahrgangs 2009/2010 hatte ihren ersten gemeinsamer Auftritt als **G2/2**. Obwohl einige zum ersten Mal in einem „richtigen“ Spiel dabei waren, spielten sie sehr gut miteinander und nahmen nach dem Turnier stolz ihre Minipokale in Empfang. Ein tolles Erlebnis für die Jungs, Mädels und die Eltern.

DJK - TuS Hornau 2	0:2	
DJK - SG Bad Soden	0:3	
Spiel um Platz 5:	3:1	Sieg im 7m Schießen.

## 21 Juni:

### Turniersieg in Neuenhain

Die **G 1/1** spielte in Neuenhain und wurde Turniersieger.

Allerdings waren die Spiele nichts für schwache Nerven.

Gegen Wildsachsen noch gut begonnen, quälte man sich dann durch die Gruppenphase. Insbesondere gegen Neuenhain tat sich die Mannschaft sehr schwer und hatte bei einem Innenpfostenschuss auch Glück. Im Gegenzug dann erzielten sie das erlösende 1:0. Die Gruppenphase beendete die G 1/1 ohne Gegentor auf dem 1. Platz der Gruppe.

Dann kam das dramatische Halbfinale gegen die Spvgg Hochheim.

Die DJK begann hochkonzentriert und überlegen, doch ein Tor wollte nicht fallen. Dann, gegen Mitte des Spiels, kippte das Spiel. Nach einer Serie von 3 Ecken für Hochheim fiel das 0:1.

Danach setzte ein wahrer Sturmloch ein. Zweimal Latte, Pfosten, tolle Spielzüge, aber kein Tor. Von Hochheim war offensiv nichts zu sehen, aber sie kämpften wie die Löwen. Die Zeit verrann. Dann ein nicht anerkannter Flörsheimer Treffer und schließlich der Abpfiff und Tränen. Die erste Niederlage seit Juli 2014? - Nein, der Schlusspfiff war fünf Minuten zu früh erfolgt und das Spiel wurde entsprechend verlängert.

Die DJK-Spieler waren fest entschlossen, diese Zeit zu nutzen und setzten ihren Sturmloch fort. Bereits nach einer Minute erzielte Dominik den Ausgleich, Julian schoss zum vielumjubelten 2:1 ein und Dominik schaffte sogar noch das 3:1.

Natürlich war das sehr ärgerlich für Hochheim - nach dem verfrühten Abpfiff fühlten sie sich ja bereits als Sieger -, aber nach dem Spiel gratulierte der Trainer fair unserer Mannschaft und zeigte sportliche Größe.

Das Finale wurde dann klar beherrscht. Flörsheim ging durch einen Treffer von Dominik in Führung, aber kurz vor Schluss fiel der Ausgleich.

Das folgende 7m-Schiessen wurde mit 2:1 gewonnen.

Nach der Gruppenphase steigerte sich die Mannschaft in den beiden Finalspielen, zeigte die bessere Spielanlage und gewannen das Turnier verdient.

#### Ergebnisse:

##### Gruppenspiele.

DJK - SG Wildsachsen 0:0  
DJK - Neuenhain1 1:0  
DJK - Oberliederbach 2:0  
DJK - SV 09 Hofheim 6:0

##### Halbinale:

DJK – Spvgg Hochheim 3:1

##### Finale:

DJK - EFC Kronberg 3:2 (1:1) n 7m

### 3. Sigrid Schreiner Gedächtnisturnier



Warten auf Pokale und Medaillen

Bei sommerlichen Temperaturen fanden sich am Wochenende des 18. und 19. Juli insgesamt 24 Teams auf dem Sportplatz an der Opelbrücke ein.

Bereits zum 3. Mal lud die Jugendabteilung der DJK Flörsheim G-, F- und D-Jugendmannschaften für das Sigrid Schreiner Gedächtnisturnier ein.

An diesem Wochenende hatte die Jugendleitung unter dem Organisator und stellvertretenden Jugendleiter Karsten Richter alle Hände voll zu tun. Bei perfektem Fußballwetter wurden die Spielfelder abgesteckt, Kabinen, Turnierleitung und Verkaufsstände hergerichtet bevor unsere kleinen Profis der G-Jugend um 09:30 Uhr dem runden Leder nachjagen konnten.

Die 10 **G-Jugend**-Mannschaften spielten in 2 Gruppen, in denen sich gute und spannende Spiele entwickelten. So setzten sich in Gruppe 2 die Spvgg Hochheim und der SC Hessen Dreieich knapp gegen die SG Bornheim durch. Vierter in dieser Gruppe wurde die DJK Flörsheim 2 vor der Germania aus Weilbach.

In der 1. Gruppe ging es ebenfalls knapp zu. Hier belegte Alemannia Nied vor DJK Flörsheim 1, SV Fischbach, Goldstein und Götzenhain den 1. Platz.

Im ersten Halbfinale gewann Dreieich souverän gegen Nied mit 3:1.

Im zweiten Halbfinale trafen Flörsheim 1 und Hochheim (wie bereits vier Wochen vorher in Neuenhain) aufeinander. Es entwickelte sich ein spannendes Spiel zwischen überlegenen Flörsheimern und super kämpfenden Hochheimern.

Aber selbst 100 prozentige Chancen konnten nicht genutzt werden. So ging es dann in's 7 m-Schießen in dem die Hochheimer Nerven zeigten und mit 1:4 verloren.

Das mit Spannung erwartete Finale unserer DJK-Jungs und -Mädels gegen Dreieich war dann noch einmal ein Highlight für unsere Mannschaft.

Von Beginn an überlegen zeigte man trotz müder Beine guten Fußball und gewann verdient das eigene Turnier durch ein 2:0.

#### Hier die Platzierungen:

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. DJK Flörsheim 1    | 6. SV Fischabch       |
| 2. SC Hessen Dreieich | 7. SC Goldstein       |
| 3. Spvgg Hochheim     | 8. DJK Flörsheim 2    |
| 4. Alemania Nied      | 9. JFV Götzenhain     |
| 5. SG Bornheim        | 10. Germania Weilbach |

Nachmittags spielte die **F Jugend**.

Auch hier ging es ebenfalls eng zu und das obwohl drei - der insgesamt acht - Mannschaften des jüngeren Jahrgangs mitspielten.

Unsere beiden Mannschaften schafften es beide in's Halbfinale, wobei sie direkt aufeinander trafen. Die 1. Mannschaft setzte sich knapp mit 1:0 durch und traf im Endspiel auf Alemannia Nied.

In einem spannenden Endspiel verlor man unglücklich im 9 m-Schießen.

Ein herzlicher Dank geht noch einmal an Schwalbach, für das sehr kurzfristige Einspringen.

Hier die Platzierungen:



1. Alemania Nied
2. DJK Flörsheim 1
3. DJK Flörsheim 2
4. SGN Diedenbergen
5. BSC Schwalbach
6. SV Kriftel
7. FC Raunheim
8. Spvgg Hochheim

Am Sonntag, ab 09.00 Uhr, waren die Teams der **D-Jugend** dran. Hier sah es ganz nach einem (regnerischen) Fritz Walter Wetter aus. Doch die Sonne behauptete sich immer mehr. Unter Strahlendem Sonnenschein wurde im Turniermodus Jeden gegen Jeden gespielt. Unser Team lieferte sich mit dem FV Stierstadt ein spannendes Kopf an Kopf-Rennen um den Turniersieg, das der SV Stierstadt letztendlich mit nur einem Tor unterschied für sich entscheiden konnte.

Hier die Platzierungen:

- |                          |           |
|--------------------------|-----------|
| 1. FV Stierstadt         | 10 Punkte |
| 2. DJK Flörsheim         | 10 Punkte |
| 3. Spvgg Hochheim        | 8 Punkte  |
| 4. Greisheim St. Stephan | 7 Punkte  |
| 5. Germania Enkheim      | 5 Punkte  |
| 6. Germania 08 Ginnheim  | 1 Punkt   |



Die Jugendleitung und der Jugendausschuss bedankt sich bei allen Helfern und Helferinnen für das Gelingen des 3. Sigrid Schreiner Gedächtnisturniers.

Die Kinder und Eltern gaben diesem Turnier einen würdigen Rahmen ganz im Sinne von Sigrid „Sissy“ Schreiner.

*Karsten Richter und Fabio Schmidt*

---

## Bernd-Ludwig-Gedächtnisturnier

### Eddersheim erst im Finale gestoppt



Foto: Marcel Lorenz

Auch in diesem Jahr war das Turnier qualitativ gut besetzt und wurde von sechs Mannschaften zur Saisonvorbereitung genutzt. Nach den Gruppenspielen am Donnerstag und Freitag, kam es am Sonntag, dem 26 Juli, zu folgenden Finalspielen:

#### Finale:

**FC Eddersheim – VfB Ginsheim 0:1 (0:0).** Die Eddersheimer begannen das Finale mit einigen guten Aktionen und hätten in Führung gehen können. Nach einem schnellen Angriff über die rechte Seite nahm Rebic die Flanke von Hecker direkt aus der Luft, der Ball flog aber am linken Pfosten vorbei. Die nächste Chance hatte wieder Rebic, dieses Mal verfehlte er nach einem Torwartfehler an fast derselben Stelle das Tor. In den letzten Minuten vor der Pause übernahm Ginsheim das Kommando und kam auch zu einigen Möglichkeiten. So ging es auch nach der Halbzeit weiter, und in der 63. Minute gelang dem Süd-Verbandsligisten der entscheidende Treffer durch Schmidt. Steingötter hätte noch erhöhen können, in den letzten Minuten kamen die Eddersheimer wieder besser zum Zug. Ein Freistoß von Akbulut wurde vom Torwart gehalten, und da Rebic nach einer Hereingabe von Hartmann nicht traf, blieb seinem Team der Ausgleich verwehrt.

#### Spiel um Platz 3:

**DJK Flörsheim – Germania Weilbach 7:6 (1:1, 1:1) nach Elfmeterschießen.** Was die beiden Gruppenligisten im Spiel um Platz 3 ablieferten, war keine Augenweide. Es fehlte auf beiden Seiten das Tempo, kaum einmal lief der Ball über mehr als drei Stationen. Daher blieben Torszenen Mangelware. Unmittelbar vor der Pause traf Celiker zur Flörsheimer Führung, kurz vor dem Ende glich Kling nach einem Freistoß von Trainer Kara aus. Im Elfmeterschießen standen sich beide Seiten zunächst auch in nichts nach. Für Weilbach trafen dann aber Malura und Damrau nicht, für Flörsheim dagegen nur Ergül.

#### Spiel um Platz 5:

**SG Bremthal – FC Eschborn II 3:2 (1:1).** Durch Nukovic ging Eschborn in Führung, Dennis Morawietz glich aus. Nach knapp einer Stunde lag Eschborn erneut vorne, wieder hatte Nukovic getroffen. In der Schlussphase hatte aber dann Bremthal das größere Stehvermögen. Haas und Schön sicherten mit ihren Treffern dem Kreisoberligisten noch den fünften Rang.

*Auszug aus dem Höchster Kreisblatt vom 27.07.2015*

## Fußball-Freizeitturnier mit der Kolpingjugend

Wie im letzten Jahr nach der Premiere versprochen, kam es am Samstag, dem 25. Juli, zur zweiten Auflage des - gemeinsam mit der Kolpingjugend organisierten – Freizeitturniers. Insgesamt beteiligten sich 10 Mannschaften mit teils klingvollen Namen.

Trotz der spannenden Spiele und der sehr heftigen Regengeböen am Morgen herrschte eine lockere und entspannte Atmosphäre.



### Spannung und Entspannung



Gespielt wurde jeweils zwölf Minuten in zwei Gruppen. Der erste und zweite jeder Gruppe qualifizierte sich für das Halbfinale und die anderen spielten die Plätze 5 bis 10 aus. Dass alles seine Richtigkeit hatte, wurde von „Stadionsprecher“ und Turnierleiter Michael Korosek am Computer überwacht.

Die Spiele um die Plätze brachten folgende Ergebnisse:

Um Platz 9:	CCS Allstars - Bierköniginnen	3:0
Um Platz 7:	DJK-Soma - Kolpingjugend Flörsheim	0:3
Um Platz 5:	Kolpingfamilie Heddernheim - Würfelteam	3:0
1. Halbfinale:	Ajax Lattenstramm - SV Escalada Mallorca 13	1:2 n. 9 m
2. Halbfinale:	South Beach Eagles - Chaoskicker U22	3:4 n. 9 m
Um Platz 3:	Ajax Lattenstramm - South Beach Eagles	3:1 n. 9 m
Endspiel:	SV Escalada Mallorca 13 - Chaoskicker U22	0:1



### Geht der rein?

*Alois Platt*

## Soma-Vatertags Tour 2015 über den Mainradweg

Am Mittwoch, dem 13.05., starteten unsere Somaspieler am frühen Morgen zu ihrer bisher sportlichsten Vatertagstour. Zunächst ging es mit dem Zug über Frankfurt nach Würzburg. Hier warteten bereits J. Kühn und K.-H. Platt, die mit Transporter und PKW-Anhänger das Gepäck und vor allem die Fahrräder transportiert hatten.



Ja, Fahrräder, denn mit denen ging es an den fünf Tagen von Mittwoch bis Sonntag über den Mainradweg zurück nach Flörsheim. Das Gepäck wurde an jedem Tag von K.-H. Platt mit dem PKW-Anhänger an das Zielhotel gebracht. Gleich nach einem stärkenden zweiten Frühstück wurde die erste Tagesetappe über 44 km von Würzburg nach Gemünden-Langenbrotzelten absolviert.

Am zweiten Tag ging es weiter nach Wertheim, immerhin 59 km. Und auch für die dritte Etappe nach Obernburg mussten fast 60 km gestrampelt werden. Am Samstag ging es über Seligenstadt, wo die örtliche Brauerei besichtigt wurde, nach Maintal-Dörnigheim. An diesem Tag radelte die Truppe immerhin 54 km.

Am Sonntag waren es „nur“ noch schlappe 41 km bis zum Clubhaus am Sportplatz in Flörsheim.

Insgesamt war das ein toller Ausflug, der zwar anstrengend war, aber die schöne und angenehm zu fahrende Strecke machte das mehr als wett.

Diese körperliche und mentale Höchstleistung war natürlich nur durch die sportliche Fitness jedes Einzelnen zu schaffen. Und, weil der umsichtige Organisator R. Scheinkönig zur Regeneration immer wieder Zwischenaufenthalte - meist in einem Biergarten - eingeplant hatte.

Aber nicht nur dafür erhält er hiermit ein dickes Lob und ein großes Dankeschön.



*Alois Platt*

## Langstreckenlauf & Triathlon

Rechtzeitig bevor es richtig heiß wurde und der Sommer mit aller Macht Deutschland in seinen Griff nahm, waren wir sehr aktiv bei diversen Laufwettbewerben. Ab Juli war dann die große Zeit der Triathlons und Schwimmwettbewerbe. Und wieder konnte sich die Ausbeute unserer Athleten sehen lassen.

Beim **Regionalparklauf in Massenheim** über 13 km waren gleich sieben Läufer für die DJK am Start und so sprangen auch drei Podestplätze heraus: Unser schnellster Läufer war Jürgen Hamann, der in 1:04 Std. finishte und damit den 2. Platz in der M60 erreichte. Nur wenige Sekunden später folgte Ulrike Finger, die mit ebenfalls 1:04 Std. auch 2. in der W45 wurde. Gemeinsam ins Ziel liefen die Brüder Markus und Thomas Losert (jeweils 1:06 Std.), die somit die Plätze 11 und 12 in der M40 erreichten. Claus Wiedemann überquerte nach 1:13 Std. die Ziellinie und reihte sich auf Rang 23 in der M45 ein. Ebenfalls in 1:13 Std. finishte Engelbert Kohl, der den dritten 2. Platz (dieses Mal in der M70) für unsere Farben holte. Sunny Wiedemann (1:15 Std., 6. W50) komplettierte unser Teilnehmerfeld.



**Joachim Sittig beim Lorsbacher Schinderwaldlauf**

Tolle Ergebnisse konnte auch Volker Sittig einfahren: Beim **Langenhainer Frühjahrsvolkslauf** erreichte er über die 20 km Langstrecke in 1:34 Std. den 3. Platz in der M40. Beim **Schinderwaldlauf in Lorsbach** über hügelige 10,8 km finishte er in 52:33 Min. als 4. Zum Abschluss der Laufsaison gelang ihm dafür aber auf der anspruchsvollen 10km-Strecke **Waldlauf in Schloßborn** im Taunus der Altersklassensieg in der M40 (46:28 Min.). Sein Bruder Joachim hatte sowohl in Lorsbach (53:59 Min., 6. M35) als auch in Schloßborn (48:13 Min., 6. M35) das Nachsehen.

Beim **Gutenberg-Marathon in Mainz** wagten sich unsere Läufer aufgrund der Witterungsbedingungen „nur“ auf die Unterdistanzen. Markus Dollt bewältigte den 2/3-Marathon über 28 km in 2:11 Std. und landete damit auf Platz 5 der M35. Über die Halbmarathonstrecke waren Michael Wanka (1:32 Std., 18. M50), Marko Mrdja (1:53 Std., 209. M30) und Sunny Wiedemann (2:05 Std., 70. W50) am Start.

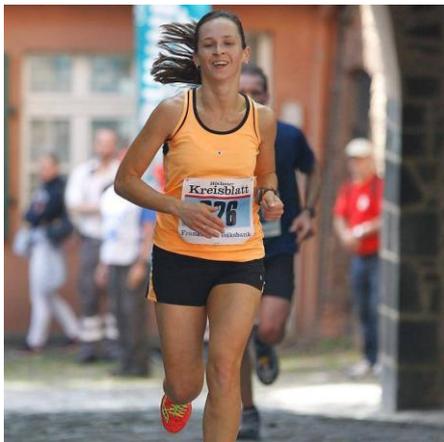
Über die volle Distanz waren beim **Marathon in Hamburg** Tino Jindrich und Heino Weber an den Start gegangen. Bei großer Hitze, die bei einem Marathon „tödlich“ ist, mussten sich unsere beiden Helden tapfer quälen. In der sengenden Sonne konnten keine guten Zeiten herauspringen, das war schnell klar. „Ankommen“ lautete also die Devise. Tino erreichte dennoch eine tolle Zeit von 3:52 Std., während Heino schwer gezeichnet erst nach 5:10 Std. das Ziel erreichte.

Als absolute Trumpfkarte zeigte sich wieder Irina Haub, die aktuell im Kreis in ihrer Altersklasse kaum zu schlagen ist. Beim **Schwanhei-**



**Siegerehrung in Steinberg – Irina Haub ganz oben**

**mer Pfingstlauf** knackte Irina wieder einmal die „magische“ Grenze von 40 Minuten auf einer 10km-Strecke. Ihre Zielzeit von 39:46 Min. bedeuteten natürlich den Altersklassensieg in der W35. Aber auch über die 15km-Strecke erzielte sie eine absolute Spitzenzeit. Beim **Bonameser Volkslauf** stellte sie mit 1:03 Std. einen neuen Streckenrekord auf. Als schnellste Frau gewann sie natürlich auch wieder ihre Altersklasse. Und auch beim **Steinberger Volkslauf** über 10km stand Irina wieder ganz oben auf dem Treppchen. Auch auf der Kurzstrecke auf der Tartanbahn war Irina nicht zu schlagen. Bei der **Leichtathletik-Kreismeisterschaft in Sulzbach** über 5.000m erreichte sie als schnellster Frau nach 19:28 Min. die Ziellinie. Gatte Marcus sah sowohl in Schwanheim (45:10 Min., 14. M50) als auch in Steinberg (44:47 Min., 13. M50) nur Irinas Hacken.



**Schnellste DJK-Läuferin  
Irina Haub**

Die jährliche Vereinsmeisterschaft in der Disziplin „10 km Straßenlauf“ fand auch dieses Jahr wieder im Rahmen des **Kreisstadtlaufs von Hofheim nach Höchst** statt. Unschlagbar war wieder Irina Haub, die hier mit 39:46 Min. erstmals unter 40 Minuten geblieben und damit mit Abstand ihre Altersklasse W35 gewann. Schneller war nur eine Keniaerin. Markus Dollt verfehlte die TopTen in der M35 knapp als 11. (41:56 Min.), blieb aber deutlich vor Marcus Haub (45:31 Min., 19. M50). Danach kam ein kleiner Pulk DJK'ler ins Ziel – Tino Jindrich (48:30 Min.), Markus Losert (48:40 Min.) und Thomas Losert (48:44 Min.). Andreas Zillat (52:17 Min.) komplettierte unser Teilnehmerfeld. In der teaminternen Wertung zur Vereinsmeisterschaft lag Irina natürlich klar vor ihren männlichen Kollegen und wurde überlegen Vereinsmeisterin.

Markus erreichte – altersbereinigt – mit knappem Vorsprung den 2. Platz vor Marcus auf Rang 3.

Bei brütender Hitze und anspruchsvoller Strecke über Taunusausläufer quälten sich beim **Kiedricher Hahnwaldlauf** sowohl Jürgen Hamann als auch Christine Cholschreiber – beide jedoch sehr erfolgreich. Jürgens 50:43 Min. bedeuteten den Altersklassensieg in der M60. Ihre Altersklasse W55 gewann auch Christine in 1:12 Std.

Ab Juli stand dann „alles“ im Zeichen der Triathlons. Im „Schatten“ des Großereignisses Ironman fanden auch kürzere Wettbewerbe statt. Im Rahmen des **Möwathlon in Mörfelden** lief unsere Vereinsmeisterschaft auf der Triathlon-Kurzstrecke. Alter und neuer Vereinsmeister ist/bleibt Markus Dollt. Zwar hatte er nach offizieller Zeitmessung mit 1:02 Std. einen ausreichenden Vorsprung auf Verfolger Marcus Haub (1:05 Std.). Aber altersbereinigt schmolz dieser Vorsprung auf den 15 Jahre älteren Marcus auf nur noch hauchdünne 10 Sekunden zusammen. Auf die dritte Stufe des Podestes kletterte Andreas Zillat (1:16 Std.), so dass für Tino Jindrich nur der „undankbare“ 4. Platz blieb.

Blieb Marcus Haub beim Möwathlon nur der zweite Platz hinter Markus Dollt gewann er kurz darauf allerdings beim **31. Erich-Fill-Triathlon in Taunusstein-Wehen** die Altersklasse M50 auf der Sprint-Distanz in 1:16 Std. Beim Schwimmen und Laufen in der Spitze mit dabei sicherte er sich durch den zweitschnellsten Laufabschnitt



**Marcus Haub gewinnt die Altersklasse M50 beim Triathlon in Taunusstein**

im Feld mit drei Sekunden Vorsprung den Altersklassensieg und schob sich von Platz 6 auf Platz 3 im Gesamtklassement vor.

Bei reinen Schwimmwettbewerben war dann auch Eduard Nowak am Start, der sich mittlerweile im Wasser deutlich wohler fühlt als an Land. Bei den **Hessischen Meisterschaften „Freiwasser“ in Großkrotzenburg** war er sowohl über 5km als auch 2,5km Start, aber angesichts auch „professioneller“ Konkurrenz leider chancenlos. Beim **Schwimmwettbewerb in Erfurt** konnte er jedoch in seiner Altersklasse M55 über 1km und 2 km jeweils den 3. Platz erreichen.

### **Randnotizen:**

- Die Zeit rast und in nur wenigen Tagen steht wieder der **Flörsheimer Lebenslauf** an. Die DJK steht hier in vorderster Front bei der Durchführung und Organisation des Wettbewerbs – und natürlich obliegt ein Großteil der Organisation der Abteilung Langstreckenlauf. Routiniert werden wir wieder Anmeldung, Zeitnahme, Zieleinlauf und Auswertung sicherstellen.
- Auch beim **Ironman 70.3** – der mit der Radstrecke ein gutes Stück durch Flörsheim führt – waren wir wieder mit helfenden Händen zur Stelle.
- Unsere **Siegerehrung der Vereinsmeister** des Jahres 2014 fand im Nachgang unseres alljährlichen **Planetenweglaufs** (von Kriftel nach Hattersheim-Okriftel, maßstabsgetreu von der Sonne zum Pluto) statt. Bei Sonne satt und einem leckeren Picknick im Krifteler Freizeitpark wurde speziell Markus Dollt mit Preisen überhäuft, nachdem er letztes Jahr bereits bei den Vereinsmeisterschaften groß abgeräumt hatte und seine Titel in den Disziplinen „Triathlon“ und „Duathlon“ verteidigt hatte. Irina wurde für den Sieg in der Disziplin „10 km Straßenlauf geehrt“.



**Beim gemütlichen Picknick im Park wurden die Vereinsmeister 2014 geehrt – Petrus hatte es gut mit uns gemeint.**

- Die folgende **Vereinsmeisterschaft in der Disziplin „Duathlon“** findet am 18.10.2015 wieder in Kelsterbach statt, nach dem sich die Teilnehmer einstimmig wieder für die gewohnte Strecke ausgesprochen hatten. Diese

Veranstaltung steht natürlich allen Mitgliedern der DJK offen.

- Unsere traditionelle **Herbst- bzw. Winterwanderung** wird uns voraussichtlich zum Herzberg (Nähe Saalburg) führen. Details folgen.

**Für Neu- und Quereinsteiger:**

Jeder darf mitmachen und in der Gruppe laufen, schwimmen oder radeln macht vielleicht mehr Spaß als alleine . . .

- Zweimal wöchentlich findet das gemeinsame Schwimmtraining im Schwimmbad Hochheim statt
- Während der Woche gibt es in Flörsheim einen Lauftreff / sonntags stehen – an wettkampffreien Tagen – gemeinsame Trainingsläufe an

Auch für Einsteiger finden wir das richtige Tempo und haben Tipps und Tricks zum Laufen, Schwimmen und Radfahren parat. Für Fragen steht unser Abteilungsleiter Josef Stübing ([josef.stuebing@djkkloersheim.de](mailto:josef.stuebing@djkkloersheim.de)) gerne zur Verfügung.

**Wer Interesse am Laufen oder Triathlon hat, ist gerne zu unseren regelmäßigen Teamtreffen im Vereinsheim eingeladen – Infos zum nächsten Treffen können bei Josef Stübing erfragt werden.**

Weitere Infos (ausführliche Wettkampfberrichte, Bilder, Trainingszeiten, Termine, usw.) finden Sie unter **Facebook / DJK Flörsheim Triathlon und Langstreckenlauf**

*Joachim Sittig*

---

## AROHA im Freien

Zur letzten Stunde vor den Sommerferien ließ sich Petra Schäfer etwas Besonderes einfallen und verlegte das Training - zur Freude der Teilnehmerinnen - auf den Sportplatz.



*Alois Platt*