

NRW-Hallenmeisterschaften der Senioren in Düsseldorf

Bei der offenen NRW-Meisterschaft der Senioren am 12.01.2020 waren unsere 5 Starter sehr erfolgreich und kamen mit vielen Podestplatzierungen nach Hause. Ganz oben auf dem Treppchen stand bei ihrem ersten Start im Weitsprung der W40 Kerstin Knödler. Nicht nur, dass sie eine tolle Serie hinlegte. Denn nach anfänglichen 4,88m steigerte sie sich auf 5,05 m, und bei ihrem letzten Versuch noch einmal weiter sprang und bei 5,07 m landete. So weit war sie schon seit Jahren nicht mehr gesprungen. Dies lässt bei einem verletzungsfreien Aufbau auf eine weitere Steigerung im Sommer hoffen. In der W45 kam Simone van Dam bei ihrem Start über die 800m auf den 3. Platz. Durch ihre kurzfristige Entscheidung, die Strecke in der Halle noch einmal anzugehen, war die Vorbereitung kurz und knackig. Sie lief das Rennen auch taktisch, da die beiden Erstplatzierten bereits von Anfang an ein hohes Tempo anschlugen und sie den 3. Platz erreichen wollte. Ihrer stärksten Gegnerin hierfür hatte sie dann durch einen couragierten Antritt am Ende der dritten Runde dann auch den Zahn gezogen. Das Tempo hielt sie dann auch auf den letzten 200m hoch, so dass der Podestplatz mit der Zeit von 2:36,47 Min. auch sicher war. Als weitere Weitspringerin war bei ihrem ersten Start für den DTV Christine Husmann in der Klasse W35 am Start. Mit ihrer Weite von 4,24 m kam sie auf den vierten Platz. Bei den Herren gelang die beste Platzierung Jan Serner. Unangefochten siegte er in der Klasse M45. Auch er hatte eine schöne Serie. Lediglich bei der Anfangshöhe von 1,65m und zwischenzeitlich bei 1,77m benötigte er zwei Versuche. Die restlichen Höhen (Steigerung von jeweils 3 cm) nahm er alle im ersten Versuch. Somit auch seine Siegeshöhe von 1,83m! Als erster ins Wettkampfgeschehen eingestiegen war an diesem Tag Frank Paschke. Auch er hatte sich spontan zu einem Start über die 800m entschieden, damit sich seine Athletin nicht alleine durchs Training quälen musste. Bei seinem ersten Start in der Klasse M55 war sein Ziel, ggf. auch aufs Podest zu laufen. Nachdem einige Starter ihre Meldung zurückgezogen hatten, blieben vier Teilnehmer übrig. Für Frank ging es somit um Platz 2 oder 3, da der Favorit ausgemacht war und ein weiterer Starter wesentlich langsamer war. So lief Frank dann auch nur taktisch mit dem Ziel, bis zum Ende der dritten Runde am Zweitplatzierten dran zu bleiben, um dann nach Möglichkeit in der letzten Runde eine Attacke zu setzen. Dies gelang ihm auch und er konnte sich auf den letzten 120m dann entscheidend absetzen. Mit der Zeit von 2:19,16 Min. sicherte er sich den zweiten Platz. Schließlich ging auch noch eine 4 x 200m - Staffel in der Besetzung Kerstin Knödler, Biggi Vilvo, Judith Wilhelmus und Simone van Dam an den Start. Sie wurden mit der guten Zeit von 2:05,45 Vizemeister in der Klasse W35.

Frank Paschke