

# ALLE GEMEINSAM EIN STARKES TEAM

Liebe HSV-Leichtathleten und Leichtathletinnen,

die Sommerferien stehen vor der Tür und die Freiluftsaison ist schon in vollem Gange. In allen Altersgruppen kämpfen unsere Athleten und Athletinnen an den Wochenenden um neue Bestleistungen auf diversen Wettkämpfen. Es werden Rekorde aufgestellt und Normen für Deutsche Meisterschaften, Europa- und sogar Weltmeisterschaften geknackt!

Besonders im Erwachsenenbereich ist die Planung der Reisen zu den Wettkämpfen gleichzeitig in mehreren Städten mit verschiedenen Trainern und Trainerinnen eine riesige Herausforderung. Dazu gehören rechtzeitige Hotelbuchungen, Koordinierung der Vereinswagen, Mietautos und Zugbuchungen, und natürlich die optimale Betreuung unserer Sportler und Sportlerinnen unter Berücksichtigung ihrer individuellen Bedürfnisse. Wir können uns als Abteilung sehr glücklich schätzen, dass wir so ein starkes Team haben, welches ehrenamtlich und rund um die Uhr diese Aufgabe meistert.

Als Vorbereitung auf diese Saison konnten in diesem Jahr bereits mehrere Trainingslager stattfinden, unter anderem in Spanien, Portugal und Dänemark. Diese helfen nicht nur bei der sportlichen Verbesserung, sondern stärken das Vereinsbewusstsein und den Zusammenhalt innerhalb der Trainingsgruppe enorm. Dass hier bei uns einiges sehr gut funktioniert, weiß auch der Verein. Unsere Abteilung wurde auf der diesjährigen Mitgliederversammlung mit dem Wanderpokal für erfolgreiche Jugendarbeit ausgezeichnet!

Wir wollen noch einmal ganz besonders aufmerksam machen auf das große Sommerfest am 6.7.22 ab 17:00 Uhr auf der Jahnkampfbahn. Mitglieder, Familien und Freunde der HSV-Leichtathletik sind herzlich eingeladen, gemeinsam zu feiern, zu essen und Sport zu machen.

Es ist eine großartige Gelegenheit für Austausch und Zusammenwachsen und wir freuen uns, viele bekannte und unbekannte Gesichter zu sehen!

Eure Abteilungsleitung der HSV-Leichtathletik

## LEICHTATHLETEN RÄUMEN AUF DER MITGLIEDER-VERSAMMLUNG BEI DEN EHRUNGEN AB.

### ABTEILUNG

Den Paul Hauenschild-Preis für den besten Leichtathleten im Jahr erhielt 2021 Owen Ansa, der über 200 Meter den Deutschen Meistertitel gewann, sich für das Staffelteam für die Olympischen Spiele in Tokio qualifizierte und bei der Staffel-WM Gold mit der deutschen 4x200-Meter-Staffel Gold gewann. Zudem führte er mit einer Zeit von 20,35 Sekunden über 200 Meter die deutsche Jahresbestenliste an und lief damit die fünftschnellste Zeit, die jemals national gelaufen wurde.

Vizepräsident und Schatzmeister Michael Papenfuß ehrte danach Owen Ansa und Lucas Ansa-Peprah, die nach ihrer Teilnahme an den Olympischen Spielen 2021 in Tokio insgesamt gleich vier Medaillen bei den deutschen Hallenmeisterschaften 2022 holten, für ihre besonderen sportlichen Erfolge mit der Goldenen Ehrennadel.

Anschließend wurden weitere sportliche Erfolge einiger HSVerinnen und HSVer gewürdigt. Lysann Helms, die bei der U20-Europameisterschaft in

Estland im vergangenen Jahr mit der deutschen 4x400m-Staffel die Goldmedaille gewann, nahm ebenso ihre Ehrung entgegen wie Abteilungsleiter Phillip Plumeyer, der stellvertretend für die Leichtathletik-Abteilung den Wanderpokal für herausragende Jugendarbeit einer Abteilung 2021 entgegennahm.





Owen Ansaah



Line Schröder, Vanessa Aniteye, Vanessa Baldé, Nina Baum

## HSV-ATHLETINNEN UND ATHLETEN ERZIELEN SPITZENLEISTUNGEN AUF NATIONALER EBENE UND EMPFEHLEN SICH FÜR INTERNATIONALE HÖHEPUNKTE

LEISTUNGSSPORT

Ende Juni standen im Berliner Olympiastadion die Deutschen Meisterschaften im Terminplan unserer Athlet:innen. Für Schlagzeilen sorgten wiederum Owen Ansaah und Lucas Ansaah-Peprah. Die beiden Ausnahmesprinter brillierten mit zwei Medaillen über die 100-Meter-Strecke. Owen wurde Deutscher Meister in 10,09s vor Julian Wagner und Lucas, der in 10,17s auf den Bronzerang kam. Beide Sprinter haben die EM-Norm über diese Strecke erfüllt. Am Folgetag stürmte Owen in 20,41s über die 200 Meter erneut zum Meistertitel, womit er erstmals die EM-Norm unterbot. Lucas wurde leider wegen eines fragwürdigen Fehlstarts disqualifiziert. Weitere Top-8-Platzierungen belegten Nick Schmahl im Weitsprung mit Platz 5, Louise Wieland über 200 Meter mit Platz 7 und die 4x100m-Staffel der Frauen mit Platz 8. Das HSV-Quartett unterbot dabei in 45,89s den 34 Jahre alten Hamburger Rekord um 27 Hundertstel. Insgesamt war es ein hervorragendes Abschneiden des HSV mit viel Präsenz auf der nationalen Bühne.

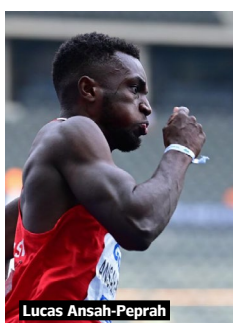
Für die Altersklasse U18 stehen in diesem Jahr Europameisterschaften in Jerusalem auf dem Programm. Da die Wettkämpfe vom 04.-07. Juli stattfinden, war bereits Mitte Juni Nominierungsschluss. Vom HSV haben sich erfreulicherweise gleich zwei Athlet:innen qualifiziert, beide im Weitsprung. Simon Plitzko verbesserte seine Bestleistung um 83cm auf 7,44m und belegt aktuell Platz 4 in der europäischen Bestenliste. Auch Josie Krone konnte sich zum Vorjahr um 42cm verbessern und übertraf mit exakt 6 Metern die Norm für diesen Wettkampf. Daumen drücken für den Nachwuchs ist angesagt!

Bundeskaderathletin Lysann Helms ist seit Ende Februar wieder zurück in Hamburg, nachdem sie

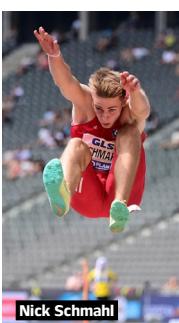
im Oktober letzten Jahres ihren Trainingsmittelpunkt nach Dortmund verlegt hatte. Seit Ende Mai ist sie wieder für den HSV startberechtigt und hat die ersten Rennen der Freiluftsaison auch bereits absolviert. Sowohl Anfang Juli bei der Junioren-Gala in Mannheim als auch Mitte Juli bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Ulm geht es um die Tickets für die U20-Weltmeisterschaften in Cali/Kolumbien Anfang August. Hier hat sie Aussichten auf einen 4x400m-Staffelplatz. Hürdensprinter Manuel Mordi zeigte sich bisher im Sommer in einer exzellenten Form und steigerte seine Bestleistung auf 13,65s. Damit unterbot er die U20-WM-Norm deutlich und hat beste Aussichten, nominiert zu werden. Die Hürdensprinterinnen Line Schröder und Vanessa Baldé steigerten sich ebenfalls enorm auf 13,69s und 13,76s. Der Normwert für Cali liegt hier bei 13,70s.

Ganz nebenbei haben Lucas und Owen Anfang Juni in Regensburg zusammen mit Joshua Hartmann und Kevin Kranz noch den deutschen Rekord in der 4x100m-Staffel gebrochen. Dieser stand seit dem Jahr 2012 bei 38,02s. Nun wurde mit 37,99s zum ersten Mal die 38-Sekunden-Barriere unterboten.

Zu guter Letzt gibt es neben unserem Kooperationspartner der Abteilung, der Viactiv Krankenkasse, noch zwei weitere Unterstützer zu vermelden. Das Unternehmen K Active hilft uns bei diversen medizinischen Produkten, insbesondere aus dem Physiotherapie-Bereich mit Tape, Therabändern und weiteren nützlichen Trainingsmitteln aus. Des Weiteren hat die Firma Rohrgerüstbau Pronin das Trainingslager unserer Nachwuchshürden- und Sprintgruppe substantiell unterstützt. Vielen Dank!



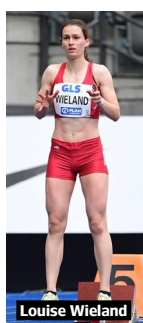
Lucas Ansaah-Peprah



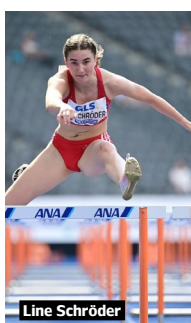
Nick Schmahl



Vanessa Baldé



Louise Wieland



Line Schröder

## EIN APRIL MIT VIELEN FRANZBRÖTCHEN UND SCHOKOHASEN

ABTEILUNG

Franzbrötchen für alle 60 Volunteers, Wasser für die heldenhaften Läufer:innen – das ist Marathon in Hamburg an Kilometer 37,5! Hier bekam wie immer jede/r den nötigen Schub für die letzten 5km! Und das natürlich auf Grund des angereicherten Wassers, aber vor allem durch die geile Stimmung, die die Volunteers unserer HSV-Leichtathletik und Zuschauende, klein wie groß, GEMEINSAM den Läufer:innen wieder einmal boten!



Auch der Hamburger Osterlauf war dieses Jahr zum zweiten Mal nach 2019 ein Spektakel für die ganze Familie! Über die Distanzen 500m, 1000m, 5km und 10km hatten hunderte Läufer:innen einen Riesenspaß! Grandioses Anfeuern und leckere Osterhasen für alle Finisher:innen standen auf unserer Tagesordnung, die besten Läufer:innen durften darüber hinaus noch einen Pokal in den Himmel strecken.

## SOMMER, SONNE, SPASS UND LEICHTATHLETIK – WIR WAREN ENDLICH WIEDER IN BJERREGARD!

ABTEILUNG

Der Strand ist leer und ruhig. Wenige Menschen schlendern an der Nordsee entlang und kämpfen gegen den starken Wind. Und da sind wir endlich wieder! Über die Düne kommen rund 80 Kinder und 20 Trainer:innen. Erste Aufgabe? Steine sammeln! Denn Spiele wie Rüberziehen, Schildkrötenumdrehen, Löwenticken und viele mehr, lassen sich auf einem von großen Steinen befreitem Sand viel besser genießen.

Nach zwei Jahren Corona-Pause war die Dänemarkfahrt für die Gruppen U10-U16 wieder ein ganz besonderes Highlight in den Hamburger Maiferien. Untergebracht waren wir traditionsgemäß in den kleinen Dänemark-Ferienhäusern und es wurde selbst gekocht. Mit Nachtwanderungen, Rugby am Nordsee-Strand, einer Rallye und ganz viel Trampolin springen wurde die Fahrt wieder zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Wir sind überglücklich, dass wir in diesem Jahr endlich wieder Bjerregard unsicher machen durften. Die Dänemarkfahrt 2023 steht schon fest in Kalender und wir hoffen, dass ihr alle wieder dabei sein werdet!





# DREI MONATE KOSTENLOS IN UNSERE SPORTKURSE SCHNUPPERN!

BREITENSPORT

Von Juli bis September könnt ihr im Rahmen des Active City Summer kostenlos an unserem Programm der HSV- Sportkurse teilnehmen. Ihr müsst nicht über den gesamten Zeitraum am Programm teilnehmen, sondern habt auch die Möglichkeit nur einzelne Termine zu buchen.

## Wöchentliche Anmeldung über:

<https://www.activecitysummer.de/timetable/>

## Mit im Programm dabei:

HSV- Bootcamp  
Fitness meets Mobility  
Pilates  
Laufmentaltraining (Workshops)  
Nordic Walking (für Einsteiger:innen)  
HSV- Runners (für ambitionierte Läufer:innen)  
Deutsches Sportabzeichen (Vorbereitung & Abnahme)

## Weitere Infos und die Kursbeschreibungen unter:

<https://leichtathletik.hsv.de/sportkurse>



### **JUL 01** ACTIVE CITY SUMMER

Jugend und Erwachsene  
Stadtpark und Umgebung  
01.07.-30.09.2022  
<https://leichtathletik.hsv.de/sportkurse>

### **JUL 03** SOMMERSPORTFEST

U18-Erwachsene  
Jahnkampfbahn, Linnering 3  
03.07.2022  
<https://leichtathletik.hsv.de/sommersportfeste>

### **JUL 06** SOMMERFEST

ALLE!  
Jahnkampfbahn, Linnering 3  
06.07.2022, 17.00 Uhr

### **JUL 11** 1. SOMMERFERIENCAMP


U10-U16  
Jahnkampfbahn, Linnering 3  
11.-15.07.2022  
<https://leichtathletik.hsv.de/camps-fahrten>

### **JUL 18** 2. SOMMERFERIENCAMP

U10-U16  
Jahnkampfbahn, Linnering 3  
18.-22.07.2022  
<https://leichtathletik.hsv.de/camps-fahrten>


### **AUG 08** 3. SOMMERFERIENCAMP

U10-U16  
Jahnkampfbahn, Linnering 3  
08.-12.08.2022  
<https://leichtathletik.hsv.de/camps-fahrten>

 [hsv\\_leichtathletik](https://www.instagram.com/hsv_leichtathletik)

 [HSV Leichtathletik](https://www.facebook.com/HSV Leichtathletik)

 [HSV Leichtathletik](https://www.youtube.com/HSV Leichtathletik)

 [mail@hsv-la.de](mailto:mail@hsv-la.de)

**Redaktion:** Simon Krause-Solberg, Henri Runge  
**Layout:** Bjarne Kieckbusch

Hamburger Sport-Verein e.V.  
Abteilung Leichtathletik  
Sylvesterallee 7, 22525 Hamburg  
Sitz Hamburg  
AG Hamburg, VR 380

Präsidium: Marcell Jansen, Bernd Wehmeyer, Michael Papenfuß  
Besonderer Vertreter (§ 30 BGB): Kumar Tschana



LEICHTATHLETIK