

# SPORTKURIER

---

## LG OHRA-HÖRSEL

Ausgabe 15/August 1999

Spendenpreis: 1,- DM

*Freiluftsaison  
1999*

*Trainingslager  
Rimini*

*Mai-Wettkämpfe  
zum Saisonaufbau*

*Ehrentafel der  
Medaillengewinner*

*Aline Schäffel*

**Am 1. Oktober Startschuss  
für die Vorbereitungen der Saison 2000  
Wir wünschen allen Sportlern viel Erfolg!**

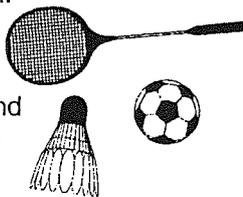
# Bistro & Cafe Swing

Inhaber  
**KARSTEN BETZER**  
Karlsplatz 10, 99817 Eisenach  
Tel. 036 91 / 21 3400

## Rydwal's Sport Shop

IHR FACHGESCHÄFT FÜR:

Wander- und Sport-  
bekleidung sowie Schuh- und  
Bademoden, Teamsport und  
Wintersportartikel  
Skiservice



99897 Tambach-Dietharz      Telefon: 036252/321 02  
Bahnhofstraße 19            Privat: 036252/321 91

## Kaufen billiger als Mieten! Realisieren Sie jetzt Ihren Traum vom HAUS IM GRÜNEN

Mit einmalig niedrigen Zinsen, Eigenheimzulage, Baukindergeld  
und Fördermitteln vom Land Thüringen:  
Bei Vorliegen aller Voraussetzungen zahlen Sie deutlich

### unter 1.000,- DM im Monat

für Ihr Haus (ca. 125 m<sup>2</sup> Wohnfläche) in der  
GARTENSTADT - Ohrdrufs neuem Baugebiet im Grünen!

Wir prüfen kostenlos, ob Sie die Voraussetzungen für  
Fördermittel erfüllen! Je mehr Eigenleistungen Sie erbringen,  
um so weniger Eigenkapital benötigen Sie!

Derzeit gelten für Arbeitnehmer folgende Einkommens-  
Obergrenzen für die Beantragung  
der Fördermittel beim Land Thüringen:

**3-Personen-Haushalt: bis ca. 86.000,- DM brutto im Jahr**  
**4-Personen-Haushalt: bis ca. 100.000,- DM brutto im Jahr**  
**5-Personen-Haushalt: bis ca. 118.000,- DM brutto im Jahr**

Handeln Sie sofort, wenn Ihr Einkommen unter den oben genann-  
ten Obergrenzen liegt - noch gibt es Fördermittel!!!  
Tel.: 08 00/3 60 00 36 (gebührenfrei!), Mo. - Fr. ab 7,30 Uhr



**Hermann Kirchner Projektgesellschaft**  
Hermann-Kirchner-Straße 6,  
36251 Bad Hersfeld  
Tel.: 03624/31 51 20 + 06621/16 23 41  
Fax 06621/162344

## INHALT

Sponsorentätigkeit: Hauptsponsor TEAG	3
Der Übungsleiter: Rückenschule	4 - 6
Freiluftsaison 1999	7 - 8
Trainingslager Rimini	9 - 10
Mai-Wettkämpfe	11 - 13
Landesmeisterschaften	
Ehrentafel aller Medaillengewinner	14 - 16
Pinnwand	18

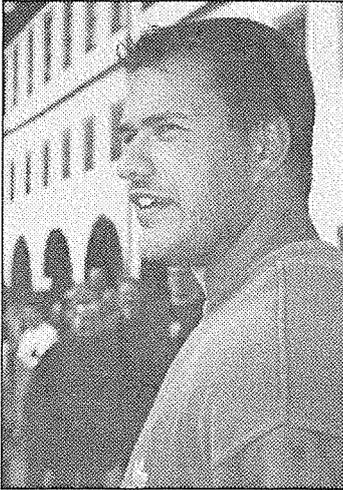
Der SV Einheit Eisenach  
(Talentezentrum Leichtathletik)  
dankt seinen Förderern und Sponsoren:

<b>Sparkasse Wartburgkreis</b>	Autohaus Renault Steinhardt
<b>Vitalmalz</b>	Generalbau Czech
<b>Druckerei Peter Husemann</b>	Autohaus SEAT Köhler
<b>GmbH</b>	Autohaus Mitsubishi Voigt
<b>Fitnessclub "Impuls"</b>	ERW Sportshop
<b>Autohaus Kirschstein</b>	Hörsel Reisen
<b>Mazda</b>	Herr Rudi Weber
<b>Architektbüro Backofen &amp;</b>	Clemens Roschka, ÖTP
<b>Seidenzahl</b>	

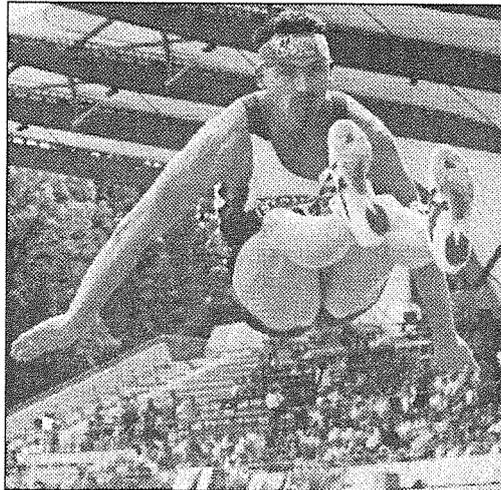
## IMPRESSUM

Herausgeber:	LG Ohra-Hörsel
Vorsitzender:	Klaus Kaufmann
Schatzmeister:	Werner Kämpfert
Redaktion und Anzeigen:	Ralf Volbeding · Peter Grüneberg Stephan Schreyer · Reinhard Ponick Tel. 03621/850786 · Fax 850788 Volker Späth · Tel. 03621/4522-22
Satz/Gestaltung:	wedea · Werbung & Design GmbH Schwabhäuser Straße 18 · 99867 Gotha Tel. 03621/4522-0 · Fax 452290
Bankverbindung:	Deutsche Bank Gotha Kto.-Nr. 2514610 · BLZ 820 700 00

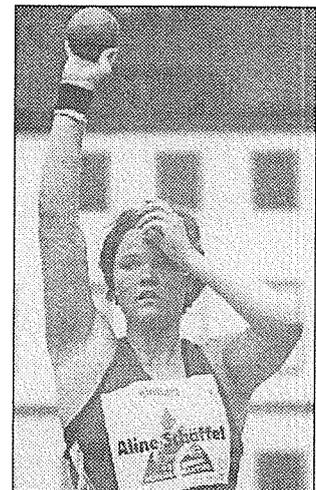
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck und Vervielfältigung nur mit  
Genehmigung von wedea · Werbung & Design GmbH.



Andy Dittmar



Konstantin Krause



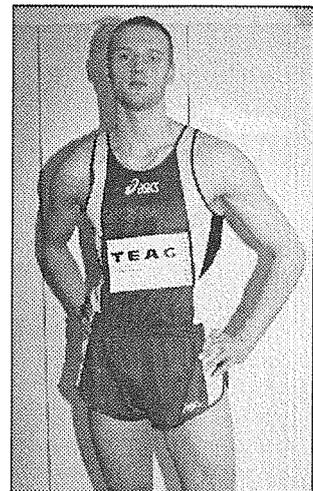
Aline Schöffel

## Top Athleten der LG

sowie alle Mitglieder unserer Leichtathletikgemeinschaft profitieren aus der guten Zusammenarbeit mit unserem Hauptsponsor **TEAG**.

Ich bitte im Namen unseres Vorstandes alle Mitglieder, die preisgünstigen Angebote unseres Regionalversorgers im Kundentarif zu prüfen. Die TEAG bietet uns allen im Wettbewerb gute Konditionen und was noch wichtiger ist die absolute Versorgungssicherheit.

Die LG Ohra-Hörsel und die TEAG sind motiviert.  
Unsere gemeinsame Energie macht der Zukunft Beine.



Sascha Mäder

Kaufmann  
Vorsitzender

# Sporttreff

# Gotha

**Ihr Fachgeschäft für Sport & Freizeit**  
Inh. K. Brandt

Erfurter Straße 14° 99867 Gotha  
Tel./Fax 03621/85 3786

# Rückenschule im Sportverein - Teil 3 Körperwahrnehmung und Alltagsverhalten

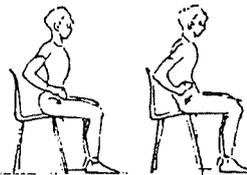
Verhaltensmodifikation setzt komplexe Lernprozesse voraus, die neben dem reinen Bewegungslernen, auch Wahrnehmungserfahrungen und Befindlichkeiten mit berücksichtigen müssen. Die Körperwahrnehmung ist Grundlage von Verhaltensänderungen und Bewegungslernen. So ist ein wichtiges Ziel der Rückenschule, daß der Teilnehmer eine (veränderte, erweiterte) Wahrnehmungsfähigkeit für seinen Körper entwickelt. Jede Wahrnehmung basiert auf sensomotorischen Vorgängen. Extrinsische Rezeptoren (Taktile Rezeptoren, Telerezeptoren, Thermozeptoren, Geruchsrezeptoren, usw.) und intrinsische Rezeptoren (Muskelspindel, Golgi-Apparat, Druckrezeptoren, Nozizeptoren) nehmen Reize auf und leiten sie an das Zentrale Nervensystem weiter. Dort werden sie je nach sensorischen Input auf unterschiedlichen Funktionsebenen verarbeitet und als motorischen Output an die Skelettmuskulatur zurückgesendet und ausgeführt.

- Die gewählten Bewegungsaufgaben haben zum Ziel
- gewohnte Alltagshandlungen bewußt zu erleben
  - aufmerksam eine Sache zu beobachten
  - das Hinfühlen, Hinhören, Hinsehen zu intensivieren
  - gewohnte Handlungen zu durchbrechen und zu verfremden
  - diskrepante Wahrnehmungen zu erzeugen
  - Grenzen wahrzunehmen

### Praxisbeispiele „Wirbelsäule“:

- Ertasten der Wirbelsäule und der angrenzenden Körperteile.
- „Wahrnehmung der Wirbelsäule“: in Rückenlage Auflagefläche der Wirbelsäule mit gestreckten (gebeugten) Beinen erföhlen.
- „Wasserschüssel“ (Beckenkipfung im Liegen): Wasserschüssel hin und her bewegen, so daß „kein Wasser überschwappt“.
- „Die Uhr“ (Wahrnehmung der Beckenbewegungen im Liegen): Das Zifferblatt einer Uhr befindet sich im Becken, die Ziffer 12 am Steißbein, die Ziffer 6 an der Lendenwirbelsäule, die Ziffer 3 und 9 jeweils an den Beckenseiten. Das Becken von der Ziffer 12 (einatmen) zur Ziffer 6 (ausatmen) und zurück bewegen, bzw. zwischen den Ziffern 3 und 9, den Ziffern 4 und 11, usw.

- Beckenkipfung im Sitzen: mit leicht gespreizten Beinen auf der vorderen Stuhlhälfte sitzen, Beckenkamm fassen, Becken nach vorne (mit der Vorstellung ein Wasserbecken auszuschütten, oder Hohlkreuz zu machen) und nach hinten (Wasserbecken volllaufen zu lassen) kippen. Variation: Knie umfassen, den Bauch zu den Herzziehen und wieder wegschieben.



- Atmung bei den verschiedenen Beckenstellungen beobachten
- „Medaille zeigen“ (Brustkorbhebung): eine Hand auf den Unterbauch legen, die andere Hand auf das Brustbein, Becken kippen, Stolz seine Medaille zeigen
- „Schlangenhals“ (Halswirbelsäulenstreckung): Kopf nach vorne und nach hinten schieben; das Kinn leicht heranziehen (mit dem Finger leicht gegen das Kinn drücken), mit der Vorstellung,

man mache ein Doppelkinn und strecke den Nacken in die Länge

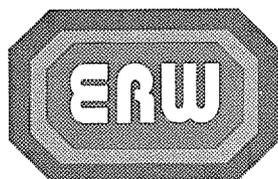


- „Schultergürtelkontrolle“: die Schultern in Richtung Ohren ziehen, dort einen Moment halten, die Schultern wieder nach unten sinken lassen
- Beugung und Streckung der Wirbelsäule: ganz an eine Wand setzen, bei Beckenbewegungen Veränderungen in der Wirbelsäulenstreckung erspöhren.
- „Abrollen und Aufrollen“: paarweise, nacheinander die einzelnen Dornfortsetze beröhren, jeweils an dieser Stelle die Wirbelsäule beugen
- Seitneigung und Drehung der Wirbelsäule: zuerst Oberkörper (Brust- und Lendenwirbelsäule), danach Kopf (Kopfwirbelsäule)
- „Spannungs-Thermometer“: einzelne Körperteile werden unterschiedlich stark angespannt

### Praxisbeispiel „Stehen und Gehen“:

- Beobachten des eigenen Standes: bei Musikstop verschiedene Standpositionen einnehmen.
- „Theater“: einige Teilnehmer nehmen beliebige Haltungen ein; ein Teilnehmer kann abgelöst werden, wenn sich ein anderer Teilnehmer spiegelbildlich davorstellt.
- Durchleuchten des Körpers mit geschlossenen Augen: Belastung der Fußsohle und Körperspannung erföhlen
- Fußmassage mit dem Massage-Igel: Was verändert sich nach einer Fußmassage?
- Beurteilung des eigenen Standes über einen (gedachten) Lotlinientest: mit einem Pendel die Körperhaltung in Frontal- und Sagitalebene beobachten
- „Baum im Wind“: mit geschlossenen Augen den Körper bewegen und Spannungen erföhlen
- „Standfestigkeit“ in unterschiedlichen Positionen stehen und Partner aus dem Gleichgewicht bringen
- „Surfbrett“: auf schmaler Unterlage aneinander vorbeigehen als bewege man sich auf einem Surfbrett
- „Spiegelbild“: sich gegenüberstehen und Bewegungen des Partners nachahmen
- Gehen auf unterschiedliche Musikrhythmen
- „Gangqualität“: schnell - langsam, Zeitraffer - Zeitlupe, leise - laut, auf fersen - auf Ballen, federnd - schleichend, aufrecht - gebückt, dynamisch - träge
- Gehen mit unterschiedlichen emotionalen Stimmungen: ängstlich - furchtlos, vorsichtig - leichtsinnig, hektisch - entspannt, verbissen - gelassen, stolz - demütig, glücklich - traurig, neugierig - desinteressiert, gebeugt - aufgerichtet,
- Erproben von extremen Gangarten: stark nach vorne / hinten gebeugt, Abstoß extrem nach oben, sehr große Schritte, sehr kleine Schritte
- „Gehparcours“: Gehen auf unterschiedlichen Gegenständen
- „Balancieren“: Gehen auf unterschiedlichen Unterlagen (z.B. auf Bänken aneinander vorbeigehen)
- „Schlafwandler“: mit geschlossenen Augen einem Signal (Zuruf, Klatschen) folgen
- „Blinde Gasse“: mit geschlossenen Augen durch eine Gasse gehen
- „Entfernungsschätzen“: mit geschlossenen Augen versuchen an einem bestimmten Punkt stehenzubleiben
- „Diagonallauf blind“: versuchen, so nahe wie möglich vor der Gruppe (Halbkreis) zu stoppen
- „Gangrhythmus mit Stäben“: zwei Personen stehen hintereinander, verbunden durch





# Ihr Sport-Ausstatter



**Sport-Shop-GmbH**  
**Kompetenz im Sport**

**Waltershausen**  
Tel. 0 36 22/90 00 34  
Fax 0 36 22/90 23 78

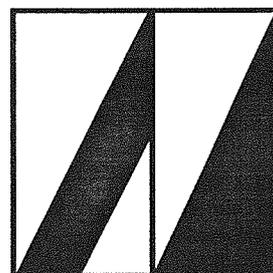
**Eisenach**  
Tel. 0 36 91/89 00 00  
Fax 0 36 91/89 00 08

**Grimma**  
Tel. 0 34 37/91 04 14  
Fax 0 34 37/91 04 15

**Teamsport • Gerätespezialist • Vollsortimenter**

**Sponsor der Leichtathletikgemeinschaft  
Ohra - Hörsel**

**Projektentwicklungs- und  
Grundstücksverwertungs-  
Gesellschaft mbH**



**MAKROBAU**

**Ohrdruf**  
Arnstädter Straße 5  
99885 Ohrdruf/Thüringen  
Tel. 0 36 24/372 50  
Fax 0 36 24/31 2773

**Stuttgart**  
Turnierstraße 3  
70599 Stuttgart  
Tel. 07 11/45 88 60  
Fax 07 11/45 69 302

## DER ÜBUNGSLEITER

zwei Stäbe; beide bewegen sich auf Musikrhythmen und versuchen, verschiedene Arm- und Beinbewegungen miteinander zu kombinieren

- 'Alltagsbewegungen mit Stab': mit Stab (am Rücken gehalten durch Partner) durch den Raum gehen und verschiedene Alltagsbewegungen durchführen
- 'Schattengehen': Geh- und Laufspiel eines Partners nachahmen
- 'Zeitschätzen': nach vorgegebener Zeit stehenbleiben
- 'Pulsschätzen': nach zwei Minuten Laufen/Gehen Puls schätzen
- 'Führen lassen': ein (zwei) Luftballon zwischen Körper oder Rücken (Hände) klemmen; eine Person läßt sich mit geschlossenen Augen führen
- 'Partner-Führung mit Variationen': einen Partner (geschlossene Augen) führen (Schulter, Hand, Finger)



### Praxisbeispiele 'Sitzen':

- im Sitz den Körper durchleuchten
- 'Marionette': an einem gedachten Faden den Hinterkopf (Körper) nach oben ziehen; halten und Muskelspannungen spüren
- 'Aktives Sitzen': verschiedene Sitzpositionen vorstellen (Lieblingsposition), Gruppenmitglieder ahmen Position nach
- 'Sitzchoreographie': in mehreren Reihen hintereinandersitzen; jede Linie (vier nebeneinandersitzende Personen) überlegt sich vier verschiedene Sitzhaltungen; auf Musik werden nacheinander in unterschiedlicher Taktlänge (4 x 8, 4 x 4, 4 x 2, 4 x 1) ausgeführt
- 'Der kleine Buddha': an einer aufrecht sitzenden Person (geschlossene Augen) werden verschiedene Aufgaben durchgeföhrt: Hände auf die Schultern, mit Daumen leicht massieren, der Sitzende neigt den Kopf leicht nach vorne, leicht auf Schultern drücken; der Sit-

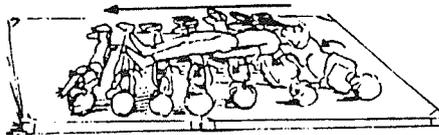


zende neigt den Kopf zur Seite, Kopf festhalten und Schultern nach unten drücken; leichter Druck von hinten gegen Kreuz und Hinterkopf; leichter Druck von vorne gegen Stirn und oberer Teil Brustbein (Thymusdrüse); leichter Druck von der Seite gegen Schulter und Kopf oberhalb vom Ohr (auch andere Seite); von hinten Nacken und Schultern massieren; den Partner von vorne aufstehen helfen

- Wohlfühlkreis (Rückenföhlung): zu jedem Teilnehmer; Partner erföhlen die Konturen und Bewegungsmöglichkeiten ihrer Rücken; Teilnehmer des äußeren Kreises gehen danach zu beliebigen Personen des inneren Kreises und kehren irgendwann zum „ursprünglichen“ Partner zurück; dieser sollte dann 'seinen' Rücken wiedererkennen

### Weitere Praxisbeispiele 'Taktile Wahrnehmung und Vertrauen':

- 'Bildhauer': Paare modellieren Figuren aus verschiedenen Themenbereichen (dabei bewußt Gelenkbeweglichkeiten ausnutzen)
- 'Druckpunkte zählen, Rückenbeispiel, Vierjahreszeiten': auf dem Rücken eines Partners werden verschiedene Aufgaben (Buchstaben schreiben, Punkte markieren, Wetter darstellen) durchgeföhrt; Übungen ist auch im Kreis möglich
- 'Der Dirigent': ein bzw. zwei Roboter werden durch Berührung auf der Schulter in verschiedene Richtungen gelenkt
- 'Sägewerk, Steifer Mann': ein Teilnehmer steht mit geschlossenen Augen in der Mitte des Kreises und wird durch seine Mitglieder bewegt; als 'Baum' wird er geföhlt, zum Sägewerk transportiert und dort auf ein Laufband gelegt.



er geföhlt, zum Sägewerk transportiert und dort auf ein Laufband gelegt.

Zeichnungen: Scott Krausen

(Wird fortgesetzt!)

# IBS

Leistung verbindet  
sowohl im Sport  
als auch im Bau

### - Tiefbau

Ver- und Entsorgungsleitungen  
Deponie- Straßen- und Industrieanlagen

### - Hochbau

Komplexlösungen im konstruktiven Ingenieurbau  
Bau- und Altbausaniierungen

**IBS** Ingenieurbau GmbH

Erfurter Landstraße 31  
99867 Gotha

Telefon 036 21/4 54 10

Telefax 036 21/45 41 41

## Freiluftsaison 1999

Nachdem die Redaktion endlich die Wintersaison in der letzten Ausgabe ausgewertet hatte und ihren Rückstand aufgeholt hat, soll nun aus der Fülle der Freiluftsaison 1999 die "Essenz" herausgearbeitet werden, ohne "jeden 6. Platz irgendeiner Bahneröffnung" ausführlich aufzuführen, aber nicht ohne die wichtigsten Leistungen darzustellen.

Überhaupt versteht sich der Sportkurier nicht als Tageszeitung, in der täglich alle aktuellen Ergebnisse stehen, sondern als "saisonales Komprimat der prägnantesten Ereignisse, statistischer Analyse für Trainer, Sportler und Sponsoren und auch als lebendiges Abbild eines regen Vereinslebens, in der jung und alt im Zentrum aller Aktivitäten leistungsorientiert trainieren und starten" (P. Grüneberg).

Vom Frühjahrestrainingslager in Italien soll berichtet werden, an dem ein Großteil unserer Sportler teilnahm.

Ganz verallgemeinert kann konstantiert werden, daß der 3. Platz in Thüringen gehalten werden (Medaillen- und Punktwertung) konnte, wobei tendenziell eine zunehmende Leistungsstärke anderer Vereine (außer den führenden TUS Jena und LAC Erfurt besonders LG Erfurt, Großengottern, Gera, Suhl und LG Südharz zu beobachten ist, allerdings bei den 5 zuletzt Genannten nur partiell in ausgewählten Altersbereichen und somit letztlich gesamt hinter der LG Ohra-Hörssel). Nach dem Glanzjahr 1996 mußte die LGOH lange warten, bis wieder eine gleichwertige Saison bilanziert werden kann. Diese 99-er Saison kann als solche gelten, denn 2 Deutsche Meistertitel und die WM Qualifikation (mit

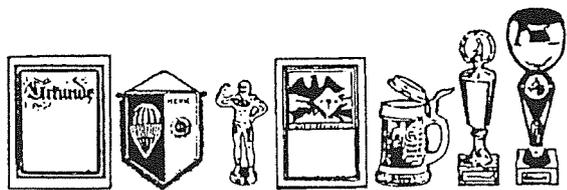
unzufriedenem Resultat) durch Konstantin Krause, ein 4. Rang durch Andy Dittmar im Kugelstoß und 2 mal Platz 6 bei den Junioreuropameisterschaften durch Sascha Mäder (Zehnkampf) und Aline Schäffel (Kugel) waren der Garant für die beste Saison der LG Ohra-Hörssel seit Gründung 1993, mit der selbst das bislang beste Jahr 1996 (Dittmar und Liebe Deutsche Meister) nicht mithalten konnte.

Aber auch ein 2. Rang bei den Deutschen Juniorenmeisterschaften im Berglauf durch Nino Dell (21) oder der Senioren WM Titel durch Hellfried Kaiser in der AK 65 sind ergänzende Komponenten einer fast zufriedenstellenden Bilanz, die auch durch 2 exogene Faktoren begleitet wurde: Die bis 1998 zur LGOH gehörenden und in ihr aufgewachsenen Talente Maike Liebe (Chemnitz) und Elena Herzenberg (Ludwigshafen) konnten mit der Teilnahme an der Junioren Europameisterschaft u 23 und Liebe sogar bei der WK in Sevilla internationale Qualifikation nachweisen, an deren Ausreifung die Trainer der LG Ohra-Hörssel bis zum Vorjahr maßgeblichen Einfluß hatten. Doch auch die zahlreichen Landesmeistertitel (siehe Statistik) und die Meisterung der hohen Kadernormen durch viele Athleten (siehe nächste Ausgabe), sind Beleg guter Arbeit.

Dies ist letztlich ein Dankeschön an unsere Sponsoren, allen voran TEAG, ohne die dies alles nicht möglich wäre. Die Basis für eine erfolgreiche Entwicklung ins neue Jahrhundert ist gegeben, aber wir müssen auch innere (Training, Sportler, Trainerpotential) und äußere (materielle Bedingungen) Mängel aufzeigen und eine höchstmögliche Balance zwischen Zielen und Möglichkeiten erreichen, wobei Ziele und Realisierung nie deckungsgleich sein können.



**Sportline**  
**KÄMPFERT**  
**SPORT- & VEREINSBEDARF**

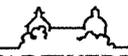


**Vereinsbedarf aller Art**  
 Pokale, Wimpel, Anstecknadeln  
 Urkunden, Medaillen  
 Sportbekleidung + Beflockung  
 Sportgeräte  
 für Sportplätze und -hallen  
 Fahnen  
 Vereins-, Verbands + Landesfahnen



**Neu: Gravuren  
aller Art**

Werner Kämpfert  
 Gothaer Straße 2  
 99885 Ohrdruf  
 Tel./Fax:  
 036 24/40 27 37



**STADTWERKE  
GOTHA GMBH**

strom  
erdgas

**Stadtwerke Gotha GmbH**  
 Postfach 100164 · 99851 Gotha  
 Pfullendorfer Straße 83 · 99867 Gotha  
 Telefon 036 21/4 33-0 · Telefax 4 33-110

## Umwelt schonen durch Energiesparen

*Nutzen Sie unser  
Beratungsangebot!*

**Energie & Umweltzentrum  
 der Stadtwerke Gotha GmbH**  
 Ekhoftplatz 2a · 99867 Gotha  
 Telefon 036 21/36 79-0 · Telefax 36 79 11



ENERGIE **ZENTRUM** UMWELT

## WETTKAMPFBERICHTE

Wir wünschen vor allen einen guten Start in den neuen Vorbereitungszyklus in die Saison 2000, der ab 1. Oktober mit hohen Trainingsumfängen gestartet wird und von allen Sportlern viel Durchhaltevermögen, Freizeit und Einsatzbereitschaft verlangt. Aber besonders unsere Talente sollten nach vorne blicken, denn Talent und hohe Trainingsumfänge gepaart ergeben bei optimaler Feinplanung vor Wettkämpfen die Chance, ganz weit nach vorn zu kommen. Das vergangene Jahrzehnt hat bewiesen, daß die LG Ohra-Hörsel eine Talenteschmiede ist. Namen wie Dittmar, Liebe, Herzenberg, Droske stehen dafür, die allesamt schon Deutsche Meister wurden. Die Jüngeren sollten unseren beiden besten Nachwuchssportlern Aline Schäffel und Sascha Mäder nacheifern, die internationale Klasse nachgewiesen haben!

Nicht zuletzt soll an dieser Stelle ein Eigenlob stehen, ohne in SELBSTZUFRIEDENHEIT zu verfallen - unser LG "Sportkurier" wurde 1999 unter allen eingereichten Vereinszeitschriften mit dem 2. Platz im LSB Thüringen ausgezeichnet! Unser Vorsitzender Herr Kaufmann konnte die Ehrung, verbunden mit einer Prämie, in Empfang nehmen. Ein schöner Erfolg auch auf dieser Strecke zu unserer 15. Ausgabe !!!

CATERING



**LEHMANN**

VERANSTALTUNGSSERVICE

Michael-Altenburg-Weg 21 • 99100 Alach  
Tel.: 036208-70911 • Fax: 036208-70911 • Funk 0172-3601511

jetzt  
haus-  
gemachte  
Nudeln

Immer donnerstags  
Nudeln zum  
Sattessen  
"Nudelhaus spezial"  
soviel wie reinpasst  
10,- DM



in  
Gotha

nudelhaus

Rosengasse  
zwischen Schwabhäuser  
& Siebleber Straße  
Tel. 036 21/3 61 40

täglich  
ab  
11.00 Uhr

## Trainingslager Rimini

Auszüge aus dem Tagebuch der Sportler vom Trainingslager (29.3.-7.4.99) in Rimini:

### 1. Tag

P.Grüneberg

3 Uhr 25 war Abfahrt in Eisenach und 15 Uhr nach 11,5 Stunden und 1165 km Fahrt kamen die Eisenacher an. Die Gothaer folgten einige Tage später.

Besonderheiten der Fahrt: P.Grüneberg (roter Mazda)

Tank war vor Bologna leer, Reservekanister mußte 3x erhalten - erst nach 125 km kam endlich eine Tankstelle.

Alle anderen PKW fuhren einfach weiter - doch zu weit - der rote Mazda war dennoch Erster!

Frau Gräbner (Opel) - fuhr gut, bloß 2 Stunden Hotel gesucht und 1 falscher 100000 Lire Schein waren Pech pur.

S. Rausch (Ford) - siehe Opel, aber 1 Stunde weniger Suche, Mazda fand Ford, Frau Röhrig (Mazda) - kam über Schweiz nach roten Mazda und vor Ford und Opel ein.

### 2. Tag

"Jeder der ins Stadion kommt, sichert sich sofort eine Hürde", da dort über hundert Amateure Hürdenlauf üben. A.Gräbner



### 3. Tag

Mareen und Nancy: (11 Jahre) "...wir vergaßen auf der Fahrt ins Stadion Tom und sahen einen komischen Läufer mit Raffzähnen". (Beschreibung: "Rundrücken, seine Zähne standen hervor und er zog ein komisches Gesicht beim rennen." Mareen: "Nachmittags sonnten wir uns, da packten mich Sebastian und Gernand an Armen und Beinen, die Schwei...und Schmissen mich ins Wasser. Nancy wurde leider verschont."

### 4. Tag

Tom, Tim, Jan

"Durch ein plötzliches Klopfen an die Tür wurden wir aus unseren Tiefschlaf gerissen...es hieß: 20 min DL früh 7 Uhr 30. Als wir diesen schö-

nen Lauf hinter uns hatten, humpelten wir zum Frühstück....

Eine Hürde ging bei den Sprüngen leider kaputt.

..Überglücklich über das Ende des (harten) Trainings krochen wir zum Wagen und fuhren zum Hotel...Wieder gab es abwechslungsreiches Essen: Schnitzel und Nudeln in Varianten... Im Pinienwald liefen wir und da kam ein Hund und rannte auf Anne zu- Tim: ,beim nächsten mal gehe ich eine Woche ins Tierheim und da kommen



# REIMMELT

## Möbel- & Sonderposten

Ohrdruf · Arnstadt · Eischleben · Suhl

- Hochwertige Möbel
- Fitnessgeräte
- Waschgeräte
- Kühlschränke
- Heimelektronik

• **Top-Angebote**  
• **ständig stark**  
**preisreduziert**

Marktplatz 9 · 99885 Ohrdruf  
Tel./Fax 0 36 24 / 31 39 24

Rosenstraße 24 · 99310 Arnstadt  
Telefon 0 36 28 / 4 47 33

Zeugmantel · 99334 Eischleben  
Telefon 0 36 28 / 7 61 34

Bahnhofstr. 29 (Aue-Kaufpark) · 98527 Suhl  
Telefon 0 36 81 / 30 72 42



Eis, sondern bestellte sich einen Scotch!

mir auch alle Hunde hinterher, .. Am Abend gingen alle aufs Zimmer und alle schliefen "natürlich sofort ein".

## 5. Tag

C.Gernand

Wir waren in San Marino..Abends gingen wir noch in eine Mafia-kneipe Eis essen (Hinweis: Männer hatten goldene Ringe um, Christoph aß nicht nur

Trainingsbericht über den Tag an, als beim Wort "Todesspirale" seine Augen leuchteten und er Details zur Durchführung erbat, die wir ihm gerne gaben, damit die Kleinen nicht nur Steine und Reifen im Sand ziehen mußten !

## 8. Tag

Jan, Tim, Tom

"Auf der Fahrt zum Pinienwald sahen wir einige Nuten, die an der Arbeit waren. Sie winkten uns zu. Wir kamen wie immer, pünktlich, zum Essen, es gab heute Schnitzel und Nudeln!

## 6. Tag

Sebastian Rausch

Es gab heute kein "Schnitzel", dafür aber wieder reichlich Nudeln.

Abends gab es Schnitzel und Nudeln!

## 7. Tag

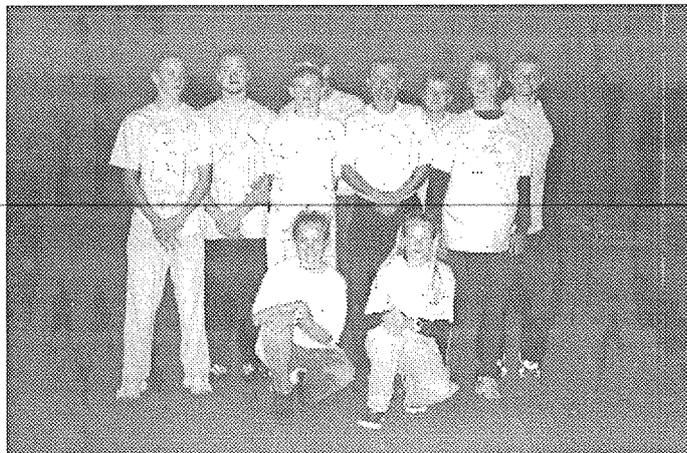
Ostern (Sonntag),

Anne, Mareen, Nancy

"Zuerst überrannten uns die Massen im Stadion. Nach unserer langen Erwärmung hatten die Massen das Stadion verlassen und wir begannen mittags mit dem Training...Die Jungs sprengten die Grube (sprangen) und die Mädchen hürdeten. Mittag "Schnitzel, Nudeln, Fisch", Eigentlich hofften wir, Aktionen der K.S. (Kindersch.), die sich aber mit Läufen bis zum Horizont begnügten. Wir starben unter-



dessen in der "Todesspirale",. Abends hatte ein fleißiger Osterhase Eier auf einer Wiese versteckt." - Die Trainer saßen abends zusammen. Aufmerksam hörte der K.S. sich unseren



Abends gab es Schnitzel und Nudeln, danach wollten die Mädchen von Gotha Schokolade, doch wir haben sie (die Schoko) lieber selbst gegessen.

## 9. Tag

Frau Gräbner

"Die Muttis kauften ein, die Kinder - trainierten! Zum Abendbrot gab es das letzte Schnitzel, die letzten Nudeln und den Schwur, 2 Monate keine Teigwaren mehr! Dann abends noch das Foto und die T-Shirts mit den obligatorischen Unterschriften. Ob die Nachbarn froh sind, daß wir abreisen? Aber eines wissen wir: "Chiara lacht nicht, sie weint!"

## 10. Tag

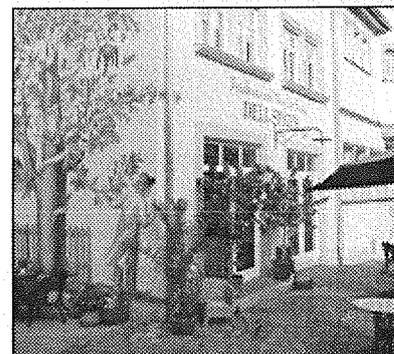
Heimreise-zügig und Angst vor der Kälte zuhause. Bald beginnt die Saison mit hoffentlich viel Erfolgen- siehe unten !!!

# DELI-SPÄTH

Restaurant + Weinhandlung



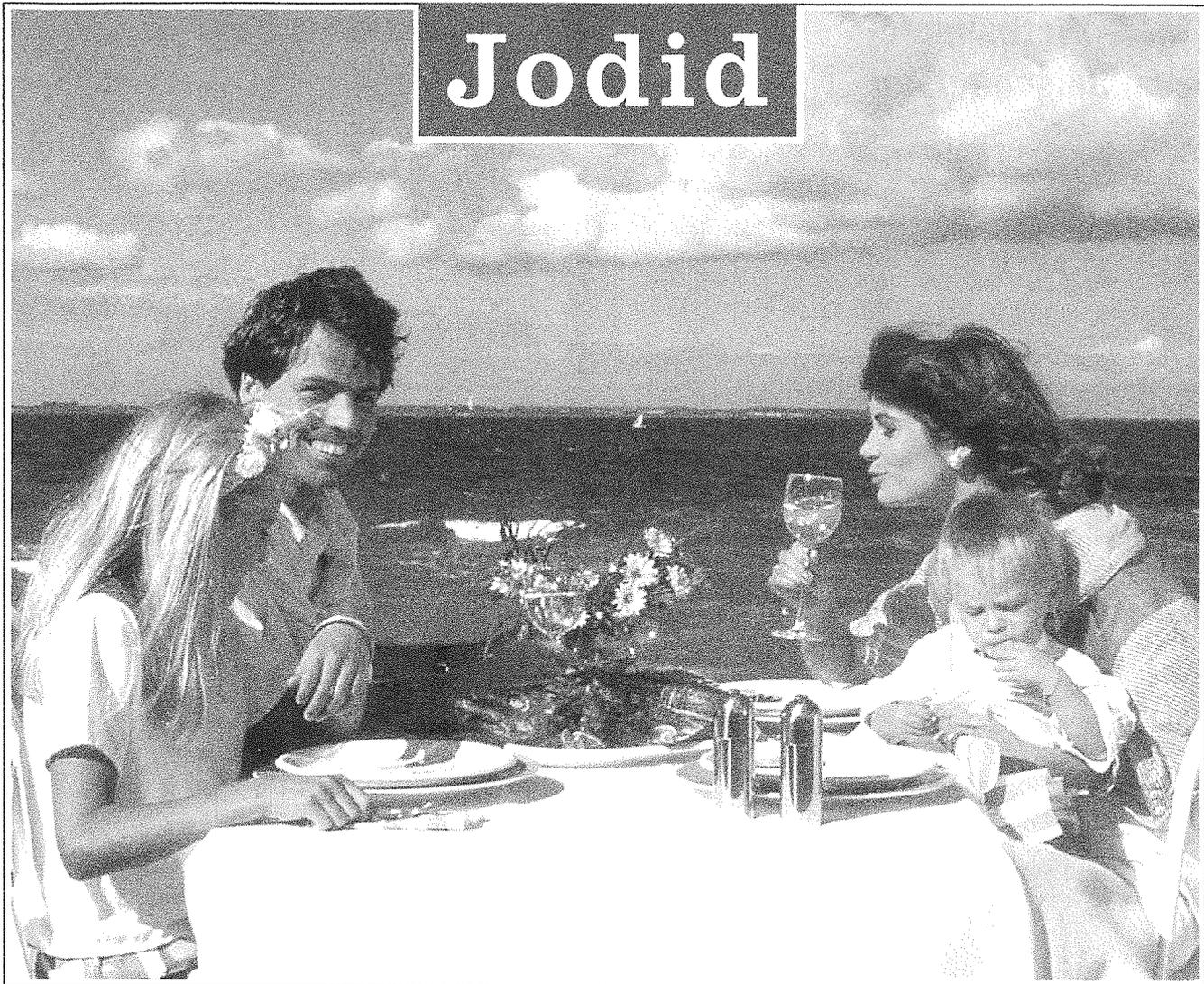
Das kleine Restaurant  
inmitten der historischen Altstadt  
Exzellente Mittelmeerküche  
Liebevoll gezapftes Pils  
Internationales & regionales Weinangebot  
Sommergarten



Gotha · Brühl 5  
Telefon 0 36 21/2 60 18

AKTIV GEGEN JODMANGEL. JODID.

Jodid



Jodmangel ist die Hauptursache des Kropfes (Struma) in Deutschland.

Was können Sie tun? Täglich Meeresfisch wäre eine Möglichkeit. Einfach und wirksam decken Jodid 100 µg und Jodid 200 µg den täglichen Jodbedarf.

Jodid heißt: zuverlässige Jodzufuhr in physiologisch notwendiger Dosierung.

Jodfit mit Jodid.



**Jodid 100 µg, 200 µg, 500 µg. Wirkstoff:** Kaliumjodid. Apothekenpflichtig. **Zusammensetzung:** 1 Tablette Jodid 100 / 200 / 500 µg enthält 130,8 / 261,6 / 654 µg Kaliumjodid, entsprechend 100 / 200 / 500 µg Jod. Sonstige Bestandteile: Magnesiumstearat, Cellulose, Siliciumdioxid, Maisstärke, Lactose. **Anwendungsgebiete:** Jodid 100 / 200 µg: Vorbeugung eines Jodmangels (z.B. zur Kropfvermeidung und nach Operation von Jodmangelkröpfen), Behandlung eines Kropfes (diffuse euthyreote Struma) bei Neugeborenen, Kindern und Jugendlichen. Jodid 500 µg: Behandlung eines Kropfes bei jüngeren Erwachsenen. **Gegenanzeigen:** manifeste Schilddrüsenüberfunktion, latente Schilddrüsenüberfunktion in einer Dosierung über 150 µg Jod/Tag, gutartige hormonbildende Knoten oder Bezirke (Autonomie) der Schilddrüse in einer Dosierung über 300 µg Jod/Tag. **Nebenwirkungen:** Bei vorbeugender Anwendung und bei therapeutischer Anwendung bei Neugeborenen, Kindern und Jugendlichen ist mit Nebenwirkungen nicht zu rechnen. Bei Vorliegen größerer autonomer Bezirke kann bei täglichen Jodgaben über 150 µg eine Schilddrüsenüberfunktion manifest werden. Bei Verwendung zur Kropftherapie beim Erwachsenen (über 300 µg Jodid/Tag) kann es in Einzelfällen zu einer jodbedingten Schilddrüsenüberfunktion kommen. **Warnhinweise:** Vor Anwendung von Jodid 500 µg Schilddrüsenüberfunktion und Autonomien ausschließen. Die Gabe von Jodid kann eine geplante Radiojodbehandlung unmöglich machen. **Sonstige Hinweise:** In Schwangerschaft und Stillzeit besteht ein erhöhter Jodbedarf, so daß eine ausreichende Jodzufuhr (200 µg täglich) besonders wichtig ist. Höher dosierte Jodgaben sind jedoch zu vermeiden. **Handelsformen:** Jodid 100 µg: 50 Tbl. (N2) DM 5,26, 100 Tbl. (N3) DM 9,38. Jodid 200 µg: 50 Tbl. (N2) DM 8,29, 100 Tbl. (N3) DM 14,79. Jodid 500 µg: 50 Tbl. (N2) DM 15,15, 100 Tbl. (N3) DM 27,00. Nähere Angaben siehe Fach- und Gebrauchsinformation. **Stand:** September 1997. **Merck KGaA, 64271 Darmstadt**  
Internet (WWW): <http://www.merck.de>, E-mail: [medizinerpartner@merck.de](mailto:medizinerpartner@merck.de)

KOMPETENT FÜR DIE SCHILDDRÜSE.

MERCK

## MAI- Wettkämpfe zum Saisonaufbau

Bei der Bahneröffnung in **Erfurt am 1. Mai 1999** gab es eine Reihe von guten Auftaktleistungen. - 10 Siege für LGOH

Dazu gehörten die Siege von Laura Breitsprecher (w10) über 50m in 7,58 s und im Weitsprung mit 4,48 m, sowie im Ballwerfen mit 40,50 m. Anne Reusche (11) überzeugte über 800 m in 2:42,36 min ebenso wie Anja Winter (13) in 2:23,81 min bei ihrem Sieg über 800 m .

Den 5. Sieg holte sich Susan Benke (wJA) im Weitsprung (5,19 m). Im männlichen Bereich kamen noch Siege durch Jan Volbeding (14) mit 1,71 m und Marcus Merten (15) mit 1,74 m im Hochsprung und durch Christoph Gernand (15) über 75 m in 9,05 s und Weit 6,03 m, sowie Jan Merten mit 6,56 m im Weitsprung der mJB dazu.

In **Hannover am 2. Mai 99** stellten sich die Eisenacherinnen Anne Gräbner (13) und die 11-jährigen Mareen Sawitzky und Nancy Jung im Blockmehrkampf Sprint/Sprung der Konkurrenz. Anne wurde mit 2351 Punkten 4. , während Mareen mit 2088 Punkten vor Nancy Jung (2080 P.) siegte. Beide sprangen 1,38 m hoch !

Traditionell nahmen die LGOH Sportler auch an den Sportfesten in **Bad Langensalza (8.5.)** und dem **Block-MK in Erfurt (9.5.)** teil.

Folgende Sieger unserer LG gab es:

8.5. Nancy Jung (3-Kampf) w 11 1271 Punkte  
(7,72 s, 4,34 m, 27,60 m)

Sascha Mäder (4-Kampf) mJA 2410 Punkte  
(11,13 s, 7,39 m -PBL, 13,04 m)

Bei den Senioren siegte Uwe Hartung (m35) im 3-Kampf mit 1653 Punkten .

9.5. Block Lauf Christoph Gernand m 15 2669 Punkte  
(9,20 s, 11,55 s, 6,02 m, 52,00 m, 7:23,09 min)

Block Sprint/Sprung Thilo Wagner m 14 2455 Punkte  
(10,39 s, 12,97 s, 4,93 m, 1,55 m, 30,38 m)

Beim **Abendsportfest in Erfurt am 12.Mai** und beim **Südharzer Springercup am 15.Mai** in Nordhausen, konnten folgende Sportler von unserer LGOH Siege erringen:

12.5.- Tobias Schieck m 11 50 m 8,01 s, Johannes Stephan m 11 Hoch 1,25 m, Richard Stegmann m 13 Hoch 1,50 m, Jan Volbeding m 14 Speer 36,40 m, Christoph Gernand m 15 300 m 37,35 s, 100 m 11,35 s, Sascha Mäder mJA - Stab 4,20 m, Mareen Sawitzky w 11 Hoch 1,42 m, Jasmin Buhl w 12 Hoch 1,35 m, Anne Gräbner w 13 Hoch 1,55 m, Doreen Schneider w 14 Kugel 10,18 m, Speer 30,62 m, Melanie Hill wJB 100 m 13,08 s, Kugel 9,52 m, Nicole Abram wJB 300 m 42,87 s, Weit 5,27 m, Susan Benke wJA 100 m 13,41 s, Weit 5,24 m, Aline Schäffel wJA Kugel 14,31 m, Dajana Tröder Speer 39,42 m,

15.5.- Anne Gräbner w 13 Weit 4,45 m, Hoch 1,50 m, Yvonne Portsch wJA 100 m 12,3 s, Jan Volbeding m 14 Hoch 1,70 m, Marcus Merten m 14 Hoch 1,70 m, Weit 5,85 m, Jan Merten mJB Hoch 1,80 m, Männer Mario Hasler 100 m 11,4 s, Weit 6,14 m,

Senioren: Andreas Reinhardt (m 35) siegt im Dreisprung mit 12,26 m und Diskus 39,66 m und Jörg Ziegler (m 40) über 100 m in 11,9 s.

### Pfingstmeeting Obersuhl 23.5.99

- 24 Siege für die LGOH

Wie immer nahm die LG Ohra-Hörsel mit über 50 Sportlern an diesem schönen Wettkampf teil, der für viele Athleten als letzter großer Test vor den Thüringer Titelkämpfen gilt und bei dem es immer viele persönliche Bestleistungen gab, so auch 1999. Insgesamt gab es 13 Siege für die LGOH, dies waren:

Yvonne Portsch (wJA) 800 m 2:18,36 min, Aline Schäffel Kugel (wJA) 14,90 m, Nicole Abram (wJB) 800 m (2:18,74 min), Anne Gräbner w 13 Hoch 1,45 m, Nancy Jung (w 11) bei w 12 - Hoch 1,38 m, LGOH 4 x 50 m w 11 (Walda, Reusche, Schreiber, Jung) 29,74 s, Ralf Schwan Männer 1500 m 4:34,41 min, Andy Dittmar Männer Kugel 18,37 m, Jan Merten mJB bei mJA 110 m Hü 15,11s, LGOH 4 x 75 m m 15 (Meister, Reinel, Reinel, Merten) 37,52 s, Jan Volbeding m 14 Hoch 1,70 m, Speer 36,02 m, Tobias Schieck 50 m 8,01 s,

Beim **Bambino-Sportfest am 22.5.99** in Obersuhl beeindruckte der jüngste Nachwuchs mit 11 Siegen von: Anna Schönherr w 7 Ball 16,50 m, Katharina Rose w 9 800 m 2:57,07 min, Weit 3,50 m, 4 x 50 m w 9 (Zauritz, Rose, Elsner, König) 34,20 s, Maria Stephan w 9 Ball 28,50 m, Arne Streibel m 7 50 m 9,11 s, Weit 2,90 m, Ingo

**Brauhaus**

**König-Sahl**

**1. Gasthaus - Brauerei**



**16.11. Martinsfest**

**Martinsgans, hausgemachtes Apfelrotkraut & Thüringer Klöße - satt**

Tischreservierung erbeten!

**20,- DM**

Öffnungszeiten: Di - Do 17 - 24 Uhr · Fr 17 - 01 Uhr  
Sa 12 - 01 Uhr · So 10 - 18 Uhr

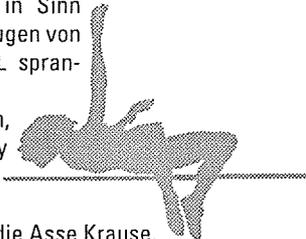
Gotha · Brühl 7 · Telefon 03621 / 85 25 06

Stötzer m 8 1000 m 3:52,79 min, Christoph Holze m 9 50 m 8,35 s,  
Tobias Schieck m 11 Weit 3,86 m, Ball 38,0 m,

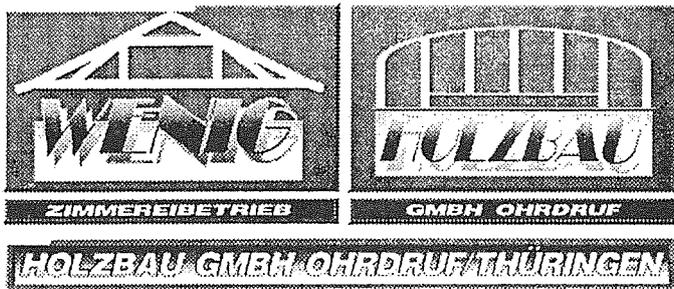
**Hochsprungmeeting in Sinn/Hessen**

Am **30.5.99** nahmen 3 Nachwuchsspringerinnen der LGOH am Frauen Hochsprungmeeting in Sinn teil, wo sie allesamt unter den Augen von Bundestrainer Dr. W.Killing PBL sprangen:

Anne Gräbner w 13 Hoch 1,55 m,  
Mareen Sawitzky und Nancy Jung w 11 beide 1,45 m !



Weitere Sportler, insbesondere die Asse Krause, Dittmar, Burckhardt, Mäder, Dell, Schäffel, haben eine ganze Anzahl von Aufbauwettkämpfen und diversen Meetings besucht, deren einzelne Aufzählung aber hier nicht erfolgen soll, da die Recherchen sehr schwierig sind, manche Aufbauleistung hier und da einer ausführlicheren Erläuterung bedarf und da letztlich im Fachorgan "Leichtathletik" alle Wettkämpfe der "Großen" veröffentlicht wurden und die Athleten und Trainer alle Informationen dort aktuell beziehen konnten.



*Zimmereiarbeiten  
Ingenieurholzbau  
Dämmarbeiten  
Holzhandel*

Waldstraße 180 · 99885 Ohrdruf · Telefon 0 36 24/31 24 85 · Telefax 0 36 24/31 11 55

**Sponsor der Leichtathletikgemeinschaft  
Ohra - Hörssel**

**Neubau  
Modernisierung  
Generalauftragnehmer**



Suhler Straße 4 · 99885 Ohrdruf · Tel. 0 36 24/31 27 67

## Die Landesmeisterschaften: Ehrentafel aller Medaillengewinner der LG Ohra-Hörsel

### Block-Mehrkampf LM 29.5.99 Erfurt

Der LAC Erfurt siegte mit 6 Gold, 6 Silber und 2 Bronze vor dem TUS Jena 6/2/6 und der LGOH und dem ASV Erfurt mit 2/2/2.

Landesmeister wurden von uns: Christoph Gernand m 15 Block-Lauf 2774 P. (8,83 s, 10,95 s, 6,03 m, 54,50 m, 7:55,47 min) und Anja Winter w 13 Block-Lauf 2487 P. (7,71 s, 11,20 s, 4,42 m, 53,00 m, 2:32,78 min). Silber gab es für Robert Gielow m 14 Block-Lauf 2342 P. (10,52 s, 13,94 s, 4,98 m, 50,00 m, 6:47,76 min) und Tom Reinel m 15 Block Lauf 2661 P. (9,59 s, 11,91 s, 5,47 m, 68,00 m, 7:03,57 min) und Bronze gingen an Jan Meister m 15 Block-Lauf 2561 P. (10,00 s, 12,40 s, 5,35 m, 73,50 m, 7:25,49 min) und an Mareike Dell w 14 2269 P. (10,48 s, 15,17 s, 4,37 m, 36,00 m, 7:50, 96 min).

Mannschaft: LGOH m 14/15 13187 Punkte 2. Platz (Gernand, Christoph 2724 P., Merten, Marcus 2724 P., Reinel, Tom 2661 P., Meister, Jan 2561 P., Reinel, Tim 2517 P.).

### Landesmeisterschaften Schüler (13-15) 6.6.99 Jena

Cupwertung :  
weiblich (13-15)

1. TUS Jena 264 P.

2. LAC Erfurt	205 P.
3. LG Altenburg	68 P.
4. SV Mühlhausen	58 P.
5. SV Gera	57 P.
6. LG Erfurt	57 P.
7. LGOH	52 P.
8. Weimar	31 P.
9. Großengottern	30 P.
10. Schmalkalden	30 P.

(32 Vereine in Wertung)

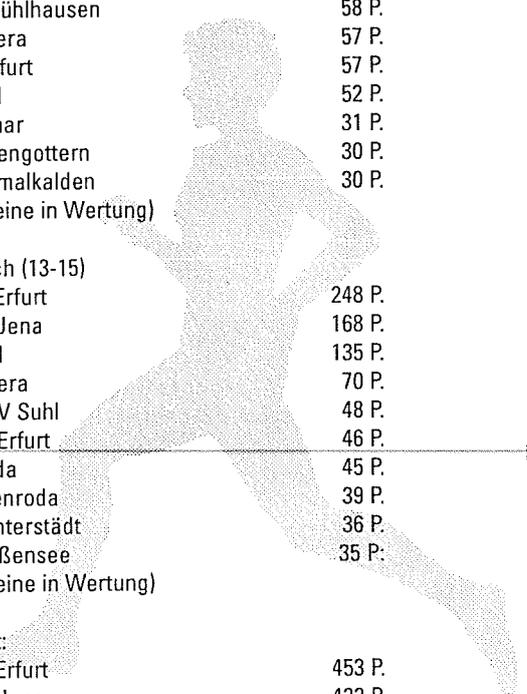
männlich (13-15)

1. LAC Erfurt	248 P.
2. TUS Jena	168 P.
3. LGOH	135 P.
4. SV Gera	70 P.
5. WSSV Suhl	48 P.
6. ASV Erfurt	46 P.
7. Apolda	45 P.
8. Zeulenroda	39 P.
9. Mechterstädt	36 P.
10. Weißensee	35 P.

(35 Vereine in Wertung)

Gesamt:

1. LAC Erfurt	453 P.
2. TUS Jena	432 P.
3. LGOH	187 P.
4. SV Gera	127 P.





**Eisenacher**  
*Schwarzbier*

# SCHWARZER DRACHEN

*Eisenacher Brauerei GmbH*

Beim SV Einheit im Ausschank.  
Der Clubraum im Wartburg-Stadion ist jeden Freitag ab 19.00 Uhr geöffnet.

5. LG Erfurt	77 P.
6. Mühlhausen	70 P.
7. LG Altenburg	68 P.
8. ASV Erfurt	66 P.
9. WSSV Suhl	56 P.
10. LAV Elstertal	52 P.

In der Medaillenwertung siegte der TUS Jena mit 21 Gold, 15 Silber und 12 Bronze vor dem LAC Erfurt 17/19/11 und der LGOH 8/5/5 gefolgt von Gera (4. mit 6/5/3).

Gold und Landesmeister :

m 15	Christoph Gernand	75 m	9,04 s
		80 m Hü	11,09 s
m 14	Jan Volbeding	1000 m	2:53,79 min
		Hoch	1,74 m
m 13	Daniel Roschka	1000 m	2:55,35 min
	Richard Stegmann	Hoch	1,46 m
w 13	Anja Winter	800 m	2:25,93 min
	Anne Gräbner	Hoch	1,55 m

Silber :

m 13	Philipp Luther	Kugel	11,51 m,
		Diskus	36,92 m,
m 15	Marcus Merten	Hoch	1,80 m

Bronze :

w 14	Doreen Schneider	Kugel	9,61 m
m 14	Thilo Wagner	Weit	5,18 m
m 15	Christoph Gernand	Weit	6,12 m
m 15	(Merten, Reinel, Reinel, Gernand)	4 x75 m	35,54 s

4. Platz-	Mareike Dell	w 14	800 m	2:34,26 min,
	Carolin Möcker	w 15	Dreis	10,10 m, Nancy Müller w 15
			Diskus	27,88 m, Philipp Luther m 13
			Diskus	29,38 m, Robert Gielow m 14
			3000 m	10:17,94 min, Alexander Rödiger m 14
			Kugel	11,39 m, Tom Reinel m 15
			80 m Hü	12,03 s,
5. Platz-	Anne Meister	w 13	800 m	2:37,43 min, Nancy Müller w 15
			Speer	35,08 m, Ruben Gebh m 14
			3000 m	10:22,06 min, Thilo Wagner m 14
			80 m Hü	12,99 s, Alexander Rödiger m 14
			Diskus	35,03 m,
6. Platz-	Reinel, Tim	m 15	80 m Hü	12,16 s, Jan Meister m 15
			Diskus	31,70 m, Jan Meister Speer 35,75 m,

## Landesmeisterschaften Männer/Frauen, Jugend B und Jugend A und Schülerstaffeln (3x1000 m, 3x800 m) und Senioren am 12./13.6.99 Erfurt

- Burckhardt Doppellandesmeister, Dittmar Landesmeister, Krause nicht am Start
- LGOH ohne Frauen bei LM
- Mäder mit 3 mal Gold und 3 mal Silber erfolgreichster LGOH Athlet
- Merten Doppelmeister
- 15-jähriger Gernand besiegt B-Jugend (16/17) über 100 m

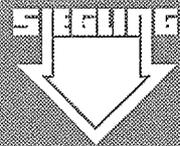
Medaillenspiegel Erwachsene:

1. TUS Jena 13/6/4 • 2. LAC Erfurt 5/1/0 • 3. Großengottern 3/1/2  
4. LGOG 3/1/2

Erwachsene :

Mario Burckhardt siegte über 800 m in 1:54,58 min und 1500 m in

## Sieglinggruppe Thüringen fördert die LG Ohra-Hörsel



▼ Baustoffe aller Art

▼ Transportleistungen

▼ Erdstoffdeponien

▼ Tief- und Straßenbau

▼ Baumaschinen-Baugeräteverleih

▼ Neu- & Gebrauch-PKW und LKW

▼ Vertragswerkstatt für LKW MAN und PKW NISSAN

Splittwerk Gräfenhain GmbH  
Hohenkirchner Kieswerke GmbH  
Siegling Bau GmbH

SNS Technik-Service GmbH  
VMR Vertriebsgesellschaft Mineralische Rohstoffe mbH

### Siegling Unternehmensgruppe

Im Hanfgarten 3 • 99887 Hohenkirchen • Telefon 03 62 53/3 50 • Telefax 3 51 64

## WETTKAMPFBERICHTE

3:55,82 min, während Andy Dittmar mit 18,48 m Landesmeister im Kugelstoßen wurde.

Silber schaffte Andre Kupfer über 5000 m in 16:18,37 min.

Mario Hasler wurde über 400 m in 52,35 s Dritter, wie auch

Sebastian Fichner über 200 m in 23,08 s.

5. Plätze: Tobias Baier 800 m 2:06,72 min, Mario Hasler Weit 6,49 m und 200 m 23,54 m, Sandro Döbbelin Kugel 11,64 m,

6. Plätze : Christian Wagner 5000 m in 17:56,36 min,

Medaillenspiegel Jugend (gesamt):

1. TUS Jena 21/11/11 • 2. Großengottern 12/6/3 • 3. LGOH 11/8/7

4. LAC Erfurt 8/8/8

### Jugend:

In der mJB siegte Christoph Gernand, der erst 15-jährige überraschend wie überzeugend mit 11,22 s (GW) über 100 m. Jan Merthen holte neben dem Titel über 110 m Hürden (14,64 s), in dessen Rennen Jens Röhrig in 15,67 s Bronze errang, noch die Silbermedaille mit 6,55 m im Weitsprung und auch im Hochsprung mit guten 1,90 m.

Bester Athlet in der mJA war einmal mehr Sascha Mäder, dem es gelang Landesmeister im Weitsprung (7,34 m), Stabhochsprung (4,40 m) und Speerwurf (62,39 m) zu werden und diese hervorragende Bilanz mit Rang 2 über 200 m in 22,17 s, Kugelstoß 14,68 m und im Diskuswurf mit 47,00 m abrundete.

Bei der wJB setzte sich Nicole Abram souverän über 800 m in 2:17,87 min durch, Juliane Saupe wurde hier Dritte in 2:25,37 min, wie auch Katja Römer über 300 m Hürden.

In der Besetzung Hill, Abram, Saupe und Siegl gab es eine Silbermedaille in 51,82 min über 4 x 100 m.

Bei der wJA gab es für Anne Osdrowski den Landesmeistertitel über 800 m in 2:21,27 min und für Yvonne Portsch die Silberplakette über 400 m in 58,02 s. Bronze schaffte Susan Benke im Weitsprung mit 4,85 m, während alle 3 Genannten in der Reihenfolge Benke, Portsch, Osdrowski und der Landesmeisterin im Kugelstoß, Aline Schäffel (mit 14,50 m), in 51,67 s mit der Bronzemedaille belohnt wurden. Silber und Bronze gab es schließlich noch für Aline Schäffel (38,49 m) und Dajana Tröder (38,34 m) im Speerwurf.

Weitere gute Plazierungen (4.-6.) erreichten:

Nicole Abram (wJB) 100 m Hürden 4. 15,09 s, 300 m 4. 42,99 s, Tom Reinel (15) bei mJB 300 m Hürden 4. 42,50 s, Stefan Wolf (mJB) Speer 4. 49,62 m, Felix Graf (mJB) 800 m 5. 2:05,06 min, Jens Röhrig (mJB) 300 m Hürden 5. 42,68 s, Yvonne Portsch (wJA) 6. 200 m 25,55 s (VL 25,25 s), Annika Siegl (wJB) 6. 300 m 43,93 s,

Bei den gleichzeitig ausgetragenen Staffeln über 3 x 1000 m bei den Schülern und 3 x 800 m der Mädchen, gab es folgende Plazierungen für die LGOH:

3 x 1000 m m 13 (Schnauß, Schneider, Roschka) 9:43,74 min  
BRONZE

3 x 1000 m m 15 (Gebh, Gielow, Volbeding) 9:00,15 min  
SILBER

3 x 800 m w 13 (Meister, Wohlfahrt, Winter) 7:43,97 min  
SILBER

### Senioren (LM):

- 24 Gold für Senioren, Ziegler (40) holt 4 Seniorentitel

- Dazu noch 5 Silber und 1 Bronze für Senioren

Uwe Hartung (m 35) 100 m 1. 11,88 s, 200 m 1. 24,82 s, Ralf Schwan (m 35) 800 m 1. 2:07,27 min, 1500 m 1. 4:28,98 min, Uwe Dittmar (m 35) Speer 1. 46,15 m, Jörg Ziegler (m 40) 100 m 1. 12,29 s, 200 m 24,58 s, 400 m 1. 56,24 s, Weit 1. 5,02 m, Hellfried Kaiser (m 65) Speer 1. 28,09 m, Kugel 1. 12,39 m, Diskus 1. 31,54 m, Ute Sipp (w 30) 100 m 1.13,85 s, 200 m 1. 28,57 s, 400 m 1. 65,15 s, Diana Hoffmann (w 30) Hoch 1. 1,30 m, Weit 1. 4,53 m, Andreas Reinhardt (m 35) Diskus 1. 39,98 m, Kugel 1. 12,36 m, Roland Preuk (m 40) 5000 m 1. 16:53,93 min, Bernhard Nicolai (m 45) Kugel 1. 10,78 m, Diskus 1. 28,11 m, Barbara Holzheu (w 30) 5000 m 1. 20:34,55 min, Waldemar Pidde (m 65) 5000 m 1. 20:08,01 min, 4 x 100 m w 30 (Hoffmann, Sipp, Wolter, Holzheu) 4 x 100 m 2. 56,20 s, Andreas Reinhardt (m 35) Weit 2. 5,76 m, Ingo Nitschke (m 40) 100 m 2. 12,42 s, Hellfried Kaiser (m 65) 2. 100 m 16,16 s, Uwe Entrich (m 40) Weit 2. 4,83 m, 100 m 3. 13,28 s,

### Landesmeisterschaften Mehrkampf und lange Staffeln (Erwachsene, Jugend) 19./20.6.99 Jena

Medaillenspiegel: (13-Erwachsene)

1. TUS Jena	7/8/0
2. ASV Erfurt	2/0/0
3. LG Erfurt	1/0/2
4. Zeulenroda	1/0/1
5. Mechterstädt	1/0/0
6. LGOH, LAC Erfurt, Greiz	0/1/1

2. Platz Anja Winter (w 13) 5-Kampf 2585 Punkte (11,15 s, 4,69 m, 7,74 s, 55,00 m, 2:23,51 min)

3. Platz Jan Volbeding (m14) 8-Kampf 4032 Punkte (13,27 s, 5,34 m, 9,86 m, 1,64 m, 23,37 m, 2,50 m, 40,62 m, 3:01,63 min)

Staffel 3 x 800 m wJA (18/19) 1. Platz 6:59,70 min (Portsch, Osdrowski, Abram)

Staffel 4 x 400 m wJA (18/19) 1. Platz 4:23,01 min (Benke, Saupe, Römer, Siegl)

## FÖRDERTECHNIK

## GRÄFENHAIN

- Förderanlagen für Schütt- und Stückgüter
- Stahlbau

Fördertechnik  
Gräfenhain GmbH

Ein Unternehmen der  
Steiff-Gruppe

Hamburger Straße 4 b • D-99885 Ohrdruf • Tel. 036 24/37 23-0 • Fax 036 24/37 23-24

**Town  
& Country**®  
Massivhäuser

# Town & Country -Massivhaus-



**nur 199.500 DM**

ca. 106 m<sup>2</sup>, schlüsselfertig, einschl.  
Bodenplatte  
Tapezier- und Teppichverlegearbeiten führen Sie selbst aus!

Besuchen Sie unser Thüringer Musterhaus in Behringen - Hütscheroda  
Rufen Sie an und vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin!

Informationen unter Hotline 03 62 54/7 51 28

Town & Country Haus Lizenzgeber GmbH  
Hauptstraße 90 E · 99947 Behringen · Telefon 03 62 54/75-1 28 · Telefax 75-1 40

# Pinnwand

## AUSZÜGE AUS DEM TRAININGSLAGER

Clinton war in Eisenach. P. Grüneberg erzählt beim Mittag: "Alle Gullis wurden zugeschweift."  
Darauf Frau Röhrig: "Stimmt, ich kam gar nicht mehr heim!"  
T. Wandrey: "Du warst wohl noch im Kanal unterwegs?"

Herr Wandrey stand mit dem Kleinbus an einer Ampel, als es plötzlich hinter ihm hupte und er sich umdrehte. Wütend versuchte er durch die Fensterscheibe zu schauen und herauszubrüllen: bloß die Scheibe, die war zu!

Anna Dsdrowstki:  
"Mit vollem Mund ist man nicht!"

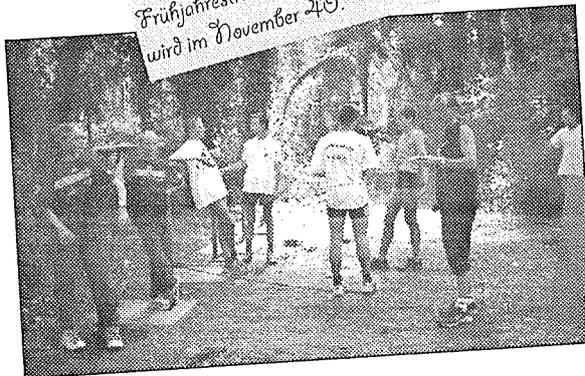
P. Grüneberg:  
Er begutachtet die Apfelsinen und meint: "Es sind große Mandolinen (Mandarinen)".

Anja Win- und Yvonne Babock am Strand: "Mensch ist das Wasser kalt" sagt Anja. Darauf Yvonne: "Mein Schwanz ist auch ganz naß".

Stefan Schreyer erzählte vor seinem Trainingslager 1999 Ruben von seinem Sommerurlaub 1998 in Südtirol und meinte, er habe sich dort einen Ort angeschaut, wo 1999 ein Trainingslager geplant sei. Anderen erzählte er auch von seinem Sommerurlaub, den er allerdings zeitgleich in Portugal verbracht hatte, während andere wiederum von ihm erfuhren, daß er gleichzeitig in Budapest hautnah im Népstadion die Europameisterschaften verfolgte! - Ins Trainingslager 1999 ging es übrigens weder nach Italien, Portugal oder Ungarn - sondern nach Spanien!



"Was heute in 1 Jahr haben Sie Geburtstag?" (Frage von Nancy an P. Grüneberg, als dieser im Frühjahrstrainingslager erzählte, er wird im November 40.)



Wie so oft fuhr Herr Wandrey über eine rote Ampel. Schließlich wurde er von der Polizei angehalten. Ganz entsetzt fiel ihm nicht mal eine Ausrede ein, doch er hatte Glück, denn die Polizei hatte eine: "Sie verfolgen wohl jemanden?" - bejahte er dies mit aufgerissenen Augen und dankbarem, gehetzten Blick und wurde zum zügigen Weiterfahren aufgefordert mit dem Hinweis, bei "grün" richtig Gas zu geben und bei "rot" kurz zu warten.

P. Grüneberg:  
"Klaus Jung läuft wie Klaus Jung" (Hotelfeher sieht aus wie Klaus Jung läuft.)



So können Eure Grüße, kleinen Anekdoten oder Lebensweisheiten aussehen. Schreibt und oder ruft uns an:

jr Sportstudio • Mühlhäuser Straße • 99867 Gotha • Telefon 036 21 / 85 07 86

Versicherungen  
Bausparen  
Finanzierungen

**Gothaer**  
Versicherungen

### Hauptgeschäftsstelle Mäder

Bürozeiten:  
Mo - Do 8.30 bis 13.00 Uhr und 14.30 bis 18.00 Uhr  
Fr 8.30 bis 14.30 Uhr · Sa 9.00 bis 11.00 Uhr

Ernst-Thälmann-Straße 89 · 99817 Eisenach  
Telefon 036 91/62 46 42 · Telefax 036 91/89 05 27

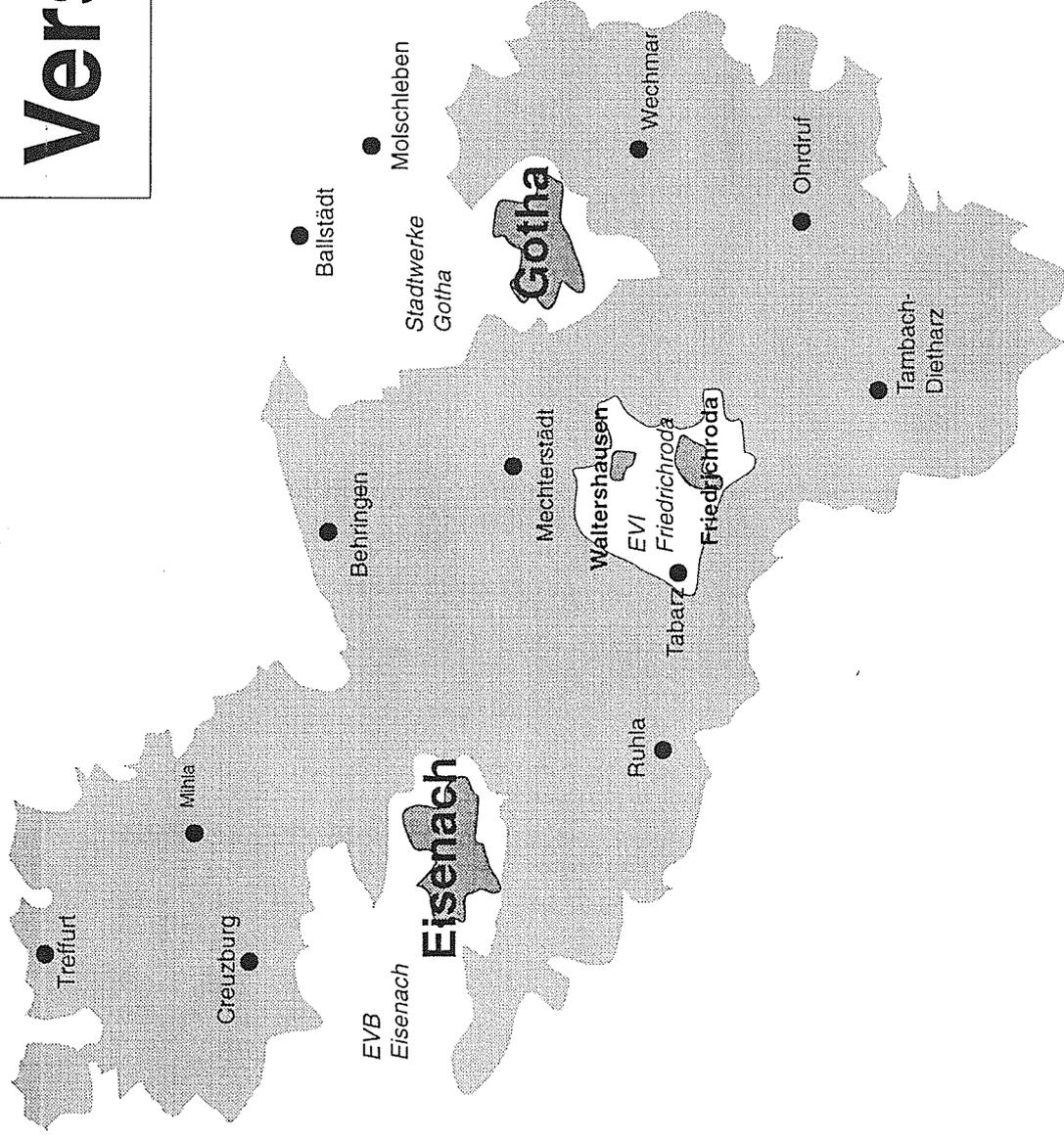


**Fleischerei  
Gerhard Groll**

Hauptstraße 63  
99897 Tambach-Dietharz/Thür.  
Telefon: 03 62 52/3 66 12

Unsere Spezialitäten sind:  
Original Thüringer Wurstprodukte aus eigener Produktion

# Versorgungsgebiet



Ihr Unternehmen für

- Erdgas
- Flüssiggas
- Wärme

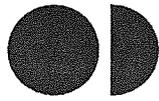
im Landkreis Gotha und  
dem Wartburgkreis

Am Bahnhof 4

99880 Fröttstädt

Tel.: 0 36 22 / 6 21 - 0

Fax 0 36 22 / 62 11 40

ohra hörsele  as

NATÜRLICH. SICHER. ZUVERLÄSSIG.

# Motiviert

*Unsere Energie macht der Zukunft Beine.*



Wir mobilisieren alle unsere Energien für die wirtschaftliche und sichere Stromversorgung unserer Kunden. Mit individueller Beratung und maßgeschneiderten Konzepten. Optimale Energielösungen im Sinne unserer Kunden – das ist der Anspruch der Bayernwerk-Gruppe.

TEAG Thüringer Energie AG, Postfach 450, 99009 Erfurt  
Internet: <http://www.teag.de>, E-mail: [info@teag.de](mailto:info@teag.de)

**TEAG**  
Thüringer Energie AG

Ein Unternehmen der  
Bayernwerk-Gruppe

