

Birger Hartmann (VfL Bad Berleburg) und Jan Stölben (SK Wunderthausen) stellten Kraft und Können beim Athletiktest am vergangenen Wochenende unter Beweis.

Fotos: isa

Leistungstest nach lauem Sommer

WINTERBERG / WILLINGEN Wintersportler absolvieren Athletiktest und Skiroller-Wettkampf

Die Junioren- und Jugendsportler bereiteten sich auf die zentrale Leistungskontrolle vor.

isa Nach einer Sommersaison fast ohne Wettkämpfe und Tests, starteten die Skilangläufer und Biathleten des Westdeutschen (WSV) und Hessischen Skiverbandes am vergangenen Wochenende gleich zwei Leistungsvergleiche. Zum einen den Athletiktest, der auch in der Sommerleistungskontrolle vorkommt und zum anderen einen Skiroller-Wettkampf in der freien Technik. Neu an beiden Tagen war allerdings der Ablauf der Wettbewerbe. Denn statt - wie üblich - nach Altersklassen wurde am Samstag beim Athletiktest der Wettkampf nach den Trainingsgruppen und am Sonntag beim Einzelstart nach separaten Startergruppen getrennt. Eine weitere Neuerung bei dem Athletiktest war das Fehlen des Hindernisparcours. Corona-bedingt musste dieser ausgelassen werden, da die Organisation zu aufwendig gewesen wäre.

Zudem mussten die Sportler ihre eigenen Handtücher oder Sportmatten mitnehmen, um die Kraftübungen zu absolvieren. Der Wettkampf sei trotzdem ein wichtiger Programmpunkt für die Sportler, um die groben Defizite in einem der Schwerpunkte Gleichgewicht, Schnelligkeit und Kraft zu finden, so WSV-Landestrainer Stefan Kirchner. Danach könne man dann individuell auf die Sportler eingehen und an den schwächer abgeschnittenen Punkten arbeiten, führte er aus.

Für die älteren Jugend- und Junioren-Sportler (U 20/U 23) ging das Programm am Nachmittag weiter. Sie schlossen sich dem Sauerland-Skiteam an und nahmen an deren Trainingswettkampf über 30 Kilometer teil – als Vorbereitung für die in zwei Wochen anstehende zentrale Leistungskontrolle. Am Sonntag folgte noch der Leistungstest auf Skirollern in der freien Technik über Streckenlängen von 3,5 bis zehn Kilometern, bei denen die einzelnen Startergruppen zeitlich streng voneinander getrennt wurden, um den Hygienevorschriften zu folgen.

Außerdem bekamen die Sportler Nordic-Pro-Skiroller gestellt, um den Leistungsstand des Einzelnen besser überprüfen zu können, da jeder gleiches Material benutzte. So starteten die Sportler über den Vormittag und frühen Nachmittag verteilt in der EWF-Biathlon-Arena in Willingen auf der anspruchsvollen Runde ihre Rennen. Des Weiteren gab es für die jüngeren Sportler - Alterklasse U7 bis U 10 - einen Inliner Parcours, der bei den Biathleten in die Zwei-Länder-Cup-Wertung einfließt (Ergebnisse folgen). Für die jüngeren Teilnehmer war es wichtig, noch einmal Wettkampfluft zu schnuppern, doch vor allem für die älteren Sportler ging es dabei eher um den Vergleich mit gleichaltriger Konkurrenz. Die Eltern, Sportler und Trainer vor Ort mussten sich wäh-



Ansgar Klein (64/VfL Bad Berleburg) und Jonas Schmidt (81/SC Rückershausen) während der 7,5 Kilometer in der freien Technik.

renddessen an die Maskenpflicht auf dem Gelände halten und machten dies auch ausnahmslos, erklärte Stefan Kirchner erfreut

Denn für die Unterstützung und das hohe Maß an Disziplin gegenüber der Auflagen könne man nur ein großes Lob aussprechen. Dennoch konnten die Sportler nicht durch eine Siegerehrung belohnt werden, um den Auflagen gerecht zu werden. – Die WSV-Ergebnisse des Skiroller-Wettbewerbs im Überblick:

▶ Schüler: M 11 (3,5 km): 1. Felix Körner (SK Winterberg) 13:38,6 Minuten; 2. Bastian Schumacher (VfL Bad Berleburg) 14:04,4; 3. Simon Körner 14:22,9 W 11 (3,5 km): 1. Sophia Kromm (beide SK Winterberg) 15:28,3; 2. Elena Krähling 19:59,9; 3. Carolin Swidergol (beide SC Neuastenberg-Langewiese) 21:44,4 M 12 (3,5 km): 1. Benedikt Weller (SK Wunderthausen) 12:58,9; 2. Sönke Weyer 13:02,4; 3. Niklas Eberbach (beide SK Winterberg) 14:25,0 W 12 (3,5 km): 1. Ida Benner (SK Wunderthausen) 10:25,2; 2. Lucia Harbecke (SK Winterberg) 13:04,2; 3. Jule Clemens (SC Neuastenberg-Langewiese) 16:19,8 M 13 (3,5 km): 1. Lorenz Pieper (SC Bödefeld) 11:09,4; 2. Christian Dickel (SC Girkhausen) 11:52,8; 3. Felix Witten (VfL Bad Berleburg) 11:56,9 ■ W 13 (3,5 km): 1. Alicia Klaner 12:22,5; 2. Leni Honekamp 12:40,4; 3. Maike Doetkotte (alle SK Winterberg) 13:02,3 ■ *M 14 (5 km)*: ...2. Fridtjof Motte (SC Girkhausen) 16:35,5; 3. Bjarne Klein 15:29,8; 4. Maximilian Breudel (beide VfL Bad Berleburg) 15:32,5 W 14 (5 km): ...2. Linn Winkler 16:35,5; 3. Charlotte Grosche 16:36,3; ...5. Sophie Diemel (alle SK Winterberg) 17:40,2 M 15 (7,5 km): 1. Jan Dragowski (SC Girkhausen) 19:21,9; 2. Vitus Vonnahme (SC Neuastenberg-Langewiese) 19:52,1; ...7. Johannes Dickel (SC Girkhausen) 22:14,0 W 15 (5 km): 1. Emma Pieper (SC Bödefeld) 15:18,7; ...5. Julia Schüttler 16:24,4; ...10. Mariella Kießler (beide SK Winterberg) 17:16,2.

- ► Jugend: *W 16 (5 km)*: ...4. Karoline Joenke (SC Rückershausen) 17:49,7 *M 18 (7,5 km)*: ...2. Fin-Julius Tielke (SC Neuastenberg-Langewiese) 18:22,2; 3. Ansgar Klein (VfL Bad Berleburg) 18:49,2; 4. Jonas Schmidt (SC Rückershausen) 19:41,5 *W 18 (5 km)*: 1. Lilli Bultmann 13:35,1; ...4. Lena Müsse (beide VfL Bad Berleburg)
- ▶ Junioren: *M 20 (10 km)*: 1. Fynn Peis (SC Neuastenberg-Langewiese) 17:51,3.