

# 11 Senioren der LG Alsternord - 12 Titel und ein Deutscher Rekord

Kaum zu glauben, aber sie haben mal wieder ein Zeichen gesetzt:

**die Oldies,  
die Silver Racers,  
das Senioren-Hoch im Norden**

hintere Reihe von links: Klaus Dieter Lange, Axel Wendt, Hartmann Knorr, Hans-Joachim Lange, Helmut Riege  
vordere Reihe von links: Heinz Keck, Reinhard Dahms, Horst Hufnagel



Diese 8 Männer, die im Jahr 2020 ein Alter von zusammen **649** Jahren erreichen, dominierten bei den Landesmeisterschaften am 9.2.2020 in der Leichtathletikhalle Hamburg die fortgeschrittenen Altersklassen M75 – M85

Über 60m, 200m, 800m und bei den Staffeln redeten sie ein gewichtiges Wörtchen mit.  
Sie gewannen nicht nur 7 Einzeltitel wie z. B.

Hartmann Knorr (1940)	2 LM über 200m (33,8 s) und 800m (3:10,72 min)
Horst Hufnagel (1935)	2 LM über 60m (11,19 s) und 200m (39,67 s)
Reinhard Dahms (1939)	1 LM im Weitsprung (3,38 m)
Klaus D. Lange (1939)	1 LM über 60m (9,95 s)
Heinz Keck (1941)	1 LM über 200m (33,43 s)

sondern zeigten ihre besondere Klasse bei den 4x 200m Staffeln. Dabei verbesserte das Team M80 in der Besetzung Knorr, Lange, Lange, Wendt ihren eigenen Deutschen Hallenrekord vom 10.2.2019 um sagenhafte 17,49 Sekunden von 2:40,96 min auf 2:23,47. Das Team 2 musste wegen

des Youngsters Heinz Keck (1941) in der M70 starten, unterbot dabei mit 2:30,32 aber auch noch die alte Marke. Kurios dabei, dass das Team M70 mit 325 Lebensjahren älter als Team M80 mit 324 Lebensjahren war. Schaut man sich die Liste der Deutschen Hallenrekorde an, stellt man Erstaunliches fest: 3 Altersklassen – 3 Deutsche Rekorde von Athleten der LGAN:  
M70 LGAN 1:58,50 min    M75 LGAN 2:13,84 min    M80 LGAN 2:23,47 min

Aber auch unsere jüngeren Senioren konnten zufrieden sein:  
Stefan Mahn erreichte über 60m (8,17s) und über 200m (25,95 s) jeweils den 2. Platz und erfüllte mit diesen Zeiten die Quali für die Deutschen Meisterschaften.



Marko Heins verbesserte sich auf 5,15m im Weitsprung und wurde Vize-Landesmeister.  
Damit kann auch er in Erfurt an den DM teilnehmen.





Ingeborg Thoma gewann in der W65 den Hochsprung (1,06 m), den Weitsprung (3,27 m) sowie die 60m in 10,96 s und wurde mit ihrem Team von der StG Hamburg-Harburg auch noch Landesmeisterin in der 4x 200m Staffel in 2:37,86 min.

Bericht und Fotos: Toni Thoma