	Liebe Alsternordlerinnen, liebe Alsternordler,	

,

seit Frühjahr 2020 sind wir durch Covid 19 erhöhten Belastungen unterworfen, die sich teilweise erheblich auf die Vereinsarbeit auswirkten. Hatten zu Jahresbeginn 2022 die Maßnahmen gegen die Ausbreitung von Corona noch zu Absagen oder Verschiebungen von Meisterschaften, zur Begrenzung von Teilnehmerzahlen bei Hallenwettkämpfen und zu Einlasskontrollen vor dem Training geführt, so setzte ab Frühjahr eine Entspannung im Trainings- und Wettkampfbereich ein, sodass wir **erstmalig seit 2019 wieder alle von uns geplanten Veranstaltungen anbieten konnten.** Damit verschaffen wir einerseits unseren Athleten Startmöglichkeiten, übernehmen aber auch Verantwortung im regionalen Umfeld, wenn den dort trainierenden Sportlerinnen und Sportlern Wettkämpfe angeboten werden können. Hierbei möchte ich aber hervorheben, dass

- → ohne interessierte und trainingseifrige Kinder, Jugendliche und Senioren
- → ohne das Engagement aller unserer Kinder- und Jugendtrainerinnen und -trainer in Wilstedt und Norderstedt
- → ohne das dauerhafte Trainingsangebot für die Sportabzeichenkurse, für die Jedermann-Gruppen und für die Senioren 60 und 70+
- → ohne den freiwilligen Einsatz der Eltern als Helfer oder Kampfrichter
- → ohne Unterstützung durch die Stammvereine und die Fachverbände

keine erfolgreiche Vereinsarbeit möglich wäre.

In diesem Jahresrückblick möchte ich die für uns wichtigsten Ergebnisse des Jahres zusammenfassen.

1. **Mitgliederzahl :** 256 wie im Vorjahr, mit Abnahme in der Altersgruppe > 60 und **Zunahme bei den Jüngeren < 14**
2. **Schwerpunkt Fortbildung**: Der hohe Zuwachs an leichtathletisch interessierten Kindern und Jugendlichen in unseren Trainingsgruppen in Wilstedt und Norderstedt machte es erforderlich, vermehrt wettkampferfahre Sportler zu C-Lizenztrainerinnen ausbilden zu lassen: Wir freuen uns, dass trotz erschwerter z.T. online-Lehrgangsbedingungen
   7 LGAN- Aktive
   Laura, Steffi, Katharina, Daniela, Annemarie, Julia, Ron
   2022 die C-Lizenz erwerben konnten.
   Weiterhin haben mit **Greta, Charlotte, Zoe, Jana, Tia, Emma, Jenna, Jakob** weitere Jugendliche als Co-Trainer Verantwortung übernommen, die dann 2023 ebenfalls an der C-Trainer -Ausbildung teilnehmen können.

3. **Sportphysiotherapie**. Zur Verbesserung der Trainingsqualität haben wir für unsere wettkampforientierten Jugendlichen die Physiotherapeutin Birgit gewonnen, die den beim Trainingsprozess vereinzelt auftretenden Muskelverhärtungen und Blockaden sportphysiotherapeutisch entgegenwirkt.

4. **Stabhochsprungmatte**: Wir bedanken uns bei der **Stadt Norderstedt**, die unserer Stabhochsprunggruppe mit Trainerin Svenja eine neue hervorragende Trainingsmöglichkeit auf dem Tura-Sportplatz eingerichtet hat, sodass diese besonders attraktive Sportart wieder in Norderstedt trainiert werden kann. Wir erhoffen uns, dass es durch diese hochwertige Ausstattung auch möglich sein wird, Wettkampfabende im Stabhochsprung zu veranstalten.

5. **Ausrüstung:** Der Vorstand hat dieses Jahr viel Geld in die Hand genommen, um die Ausübung des Sports zu optimieren: Es wurden u.a. Lehrgangskosten für den Erwerb der C-Lizenzen entrichtet, 6 neue Startblöcke, 6 Stäbe für die Stabhochsprunggruppe, Geräte für das Krafttraining und Regalsysteme für den Stabhochsprungstützpunkt auf dem Tura-Platz angeschafft.

6. **Eigene Wettkämpfe**

Nach Zurücknahme der Infektionsschutzmaßnahmen 2022 konnten alle unsere geplanten Veranstaltungen dank der engagierten Unterstützung durch Trainer, Eltern und Kampfrichter durchgeführt werden:

Jüngster Nachwuchs 5/22

Sprintermeeting 6/22

Werferabend 8/22

Vereinsmeisterschaften 9/22

Waldlauf 11/22

Weihnachtsfeier für Kinder und Jugendliche 12/22

7. Ergebnisse beim wettkampforientierten Sport (in Schlagzeilen der Homepage)

a) Paukenschlag Januar 2022:

Das Jahr begann mit einem Hammer, äh, Weltrekordlauf der M80 über 4 x 800m. Der alte WR eines kanadischen Teams wurde um über 1 Minute unterboten. Problem: Die Anerkennung durch die WMA fehlt noch, da im Zielfoto die Hundertselsekunde (die Null) zu stark verpixelt ist und deshalb nicht genau abgelesen werden kann. Der HHLV bemüht sich um eine Lösung.

Im Bild von links: Heinz Keck, Manfred Darimont, Axel Wendt, Hartmann Knorr

b) 29.1.Hallen-LM U16

LGAN- Jugendliche gewinnen 29 Medaillen

Malik Teggatz M15: LM 60m 7,63 s Kugel 10,25 m

Tim Staud M15: 3000m 11:57,81 min

Matthes Claus M15: Stabhochsprung 2,60m

Jakob Körner M15: Weit 5,28 m

Jakob Labes M14: 800m2:23,54 min Stab 3,00m

Anna Neuhausen W15: 60m 8,36 s

Jana Schimkus W15: Stab 2,60m; Kugel 8,49 m

Tia Döring W14: 60m 8,36 s; Stab 2,10m

c) 13.2.Hallen- LM Senioren

5 Titel für die Oldies:

Heinz Keck 60m

Christian Boysen Weitsprung

Hartmann Knorr 800m, 200m

Ingeborg Thoma Weitsprung

d) 26.2.Hallen- LM für U12/U14

Ein Wochenende voller Bestleistungen:

Frieda Körner W13: LM Kugelstoßen 6,61m

Lucia Jung W12: 2. Platz Hochsprung 1,35m

Milla Claus W12: LM Weitsprung 4,19m; 2.Platz Kugelstoßen

Leonic Schröter: 2.Platz Hochsprung

e) U18ER ERFOLGREICH BEI NDM U20

Unsere U18 Athleten stellten sich bei den Norddeutschen Meisterschaften U20 in Berlin der bis zu 3 Jahren älteren Konkurrenz. Am Samstag startete Felix Schulze (2006) über 60m. Er steigerte seine Bestleistung deutlich auf 7,38s und konnte sich damit für den Zwischenlauf qualifizieren. Dort bestätigte er seine gute Form nochmal in 7,40s.
Annemarie Körner (2005), Julia Mauss (2005) und Jenna Petersen (2006) starteten am Sonntag im Stabhochsprung. **Jenna sprang mit 2,70m aufs Treppchen (Platz 3).** Julia wurde mit 2,40m Fünfte und Annemarie mit 2,20m Sechste.

f) 23.4.Jüngster Nachwuchs

„Endlich! Nach langer Wartezeit konnten auch die jüngsten Sportler und Sportlerinnen raus ins Freie und zeigen, welche Freude sie am Wettkampf haben…“

g) 21.5.LM Mehrkampf U16/U18 Einzel und Mannschaft

Jakob wird LM und gewinnt mit DM-Quali den 9-Kampf

Und die Jugendlichen…

5 Team-Titel:

Jungen U16: LM 4-Kampf

Mädchen U16: LM 4-Kampf, LM 7-Kampf

Mädchen U18: LM 4-Kampf, LM 7-Kampf

h) 5.6. SIEG BEIM KINDERLEICHTATHLETIKSPORTFEST HAMMERPARK

Die Kinder traten in fünf Disziplinen an: dem Fünfsprung, dem Drehwurf, der Hürdenstaffel, der Biathlon-Staffel und dem Stabweitsprung. Bei strahlendem Sonnenschein erzielten die Athleten alle tolle Werte, die am Ende des Tages die Mannschaft zum Sieg geführt haben.

i) 8.6.Sprintermeeting mit Musik

„Es hat endlich mal wieder geklappt! Am 07. Juni 2022 konnten wir in diesem Jahr ohne Corona-Einschränkungen unser beliebtes Meeting “Sprinter an den Start” austragen. Fast 150 Meldungen deuten darauf hin, dass dieser Termin bei vielen Athleten sehr beliebt ist. Danke für’s Kommen!“

Anna *Ron*

j) 18.6.LM U16/U18

Malik qualifiziert sich doppelt für die DM

und 4 x Gold, 6 x Silber 5 x Bronze für die LGAN

„Bei den Landesmeisterschaften der U16/U20 zeigten unsere Athleten hervorragende Leistungen. Allen voran Malik Teggatz (M15). Über 100m verbesserte Malik bereits im Vorlauf seine Bestzeit auf 11,76s und blieb damit 4 Hundertstel unter der Norm (11,80s) für die Deutschen U16 Meisterschaften…“

und… *Jakob Körner steigerte im Hochsprung der M15 seine Bestleistung auf 1,57m und holte sich wie auch im Stabhochsprung mit 2,50m den Vizelandesmeistertitel.*

In der M14 war Jakob Labes im Stabhochsprung am Start und konnte dort mit 3,10m auf Platz 2 springen. Bei den Mädchen W14 konnte Leni Möller sich über Bronze im Kugelstoßen mit neuer Bestleistung von 7,31m freuen. In der W15 konnte Anna Neuhausen über 100m auf Grund eines Fehlstarts ihr Können leider nicht unter Beweis stellen. Über die 80m Hürden lief es dafür umso besser, in tollen 12,93s holte Anna Silber, wie auch im Weitsprung mit 4,52m. Im Stabhochsprung konnte Jana Schimkus ihre Bestleistung um 20cm steigern und holte sich mit 2,80m den Landesmeistertitel. Auch im Speerwurf war Jana nicht zu schlagen und gewann dort mit 30,16m.

Unsere U18 Athletinnen stellten sich an diesem Wochenende der bis zu 3 Jahre älteren Konkurrenz in der U20. Zoe Doehring bestätige noch einmal ihre eine Woche alte Bestzeit von 13,03s und lief über 100m zu Silber. Jenna Petersen konnte sich dreimal Bronze sichern, im Hochsprung mit 1,56m, im Stabhochsprung mit 2,40m und im Diskuswurf mit 22,43m. Ebenfalls Bronze im Stabhochsprung gewann Julia Mauss höhengleich mit Jenna.

25.6.2022 NDM Lübeck *: Malik Teggatz wird über 300m in 36,98 s Norddeutscher Vizemeister und unterbietet damit die Quali für die DM ein zweites Mal. Jakob Labes (3,20m) und Jakob Körner (2,80m) belegen beim Stabhochsprung die Plätze 4 und 8.*

k) 10.7. DM Bremen

„Zwar wurde das Ziel einer Finalteilnahme jeweils durch zwei 3. Plätze in den Vorläufen knapp verfehlt, jedoch bleibt das Gefühl, zur nationalen Spitze der eigenen Altersklasse zu gehören und unvergleichliche Wettkampferfahrung gesammelt zu haben…“

l) 3.8.Werferabend

*„Wieder fand die Ausschreibung zum Werferabend große Resonanz bei den Aktiven. So groß, dass die Organisatoren von der LG Alsternord die Reißleine ziehen mussten: Bei 45 Teilnehmer*innen musste ein Stopp gesetzt werden…“*

m) 27.8. U16 DM 9-Kampf in Halle/Saale

Jakob, Dritter von links

- **Jakob bei der DM 27.8**.

„Hier wurde schnell klar, dass die
Konkurrenz anders aussah
als die gewohnte Konkurrenz aus
Hamburg und Umgebung.
Das waren „Maschinen“ und
„Schränke“, wie Jakob sie
liebevoll betitelte. Tatsächlich war
der
Entwicklungsunterschied deutlich
erkennbar. Aus diesem
Grund darf man die U16 DM auch
nicht allzu ernst nehmen.
Wenn 1,90m-Riesen mit
Oberarmen wie Popeye
gegen 1,55m kurze Leichtgewichte
antreten, dann haben die
frühpubertierende Entwicklung
und damit andere
Kräfteverhältnisse einen enormen
Vorteil…“

n) **Interview bei NOA 4**

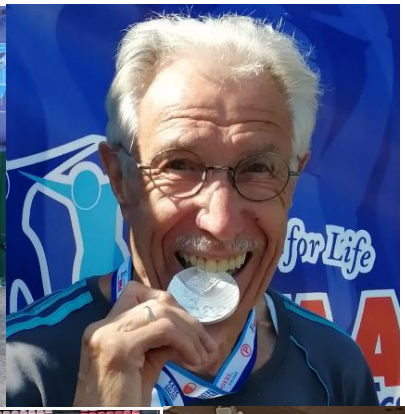
Die Studioleiterin Susan Bresan befragte Malik Teggatz, Jakob Labes und Trainer Ron Adrian über ihre Eindrücke und ihr Abschneiden bei den deutschen U16 – Meisterschaften in Bremen bzw. den deutschen Mehrkampfmeisterschaften in Halle.

o) **In Tampere/Finnland fanden im Juli die WM der Senioren statt: „…** bei denen die 4 LGAN-Aktiven 3 Gold-, 2 Silber- und 2 Bronzemedaillen gewinnen konnten.

Hartmann Knorr, M80, Gold über 200m Hürden, Gold 4 x 100m, Silber 800m

Reinhard Dahms, M 80, Silber im Zehnkampf, Bronze beim Stabhochsprung

Ingeborg Thoma, W70, Gold 4 x 400m, Bronze 4 x 100m



p) 17.9. LM U12 UND U14

Ida Fröhlich (W11) sicherte sich mit stolzen 1,28m im Hochsprung die Gold-Medaille. Auch im Weitsprung sprang Ida mit 3,63m deutlich über ihre bisherige persönliche Bestleistung.

Anna Laude (W11) ist im Ballwurf mit gemeldeten 31,50m in den Wettkampf als Favoritin für den 2. Platz gestartet. Diese hohen Erwartungen konnte Anna auch erfüllen und warf sich mit 28,00m auf den 2. Platz. Leonic Schröter M10 übersprang im Hochsprung 1,04m, womit er auf dem 3. Platz landete. Der Sonntag startete genauso erfolgreich, wie der erste Tag geendet hat. An diesem Tag war die U14 an der Reihe. Frieda Körner (W13) zeigte beim Kugelstoßen 6 hervorragende Stöße und wurde Vizemeisterin mit einer neuen PB von 7,35m. Dann ging es für Frieda direkt weiter zum Speerwurf. Trotz einiger Schwierigkeiten zu Beginn, gelang es ihr im 4. Versuch eine neue Bestleistung von 21,00m aufzustellen. Mit dieser Weite gewann sie ihre zweite Silbermedaille des Tages. Weiter ging es mit dem Weitsprung der W12. Lucia Jung erreichte dort mit 4,18m den 8. Platz und Milla Claus mit 4,37m den 5. Platz. Die letzte Disziplin des Tages war der Ballwurf der W12, Lucia gewann mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 35,00m die Silbermedaille.

q) 24.9. Vereinsmeisterschaften

„Muss ein Herbstanfang so fies sein?“ „Sollte eine erfolgreiche Sommersaison nicht einen passenden Abschluss finden?“ Zum Glück hat dann aber alles geklappt, wenn auch unter leicht (feuchten) erschwerten Umständen! Svenja, Daniela, Birgit und Georg haben gegen 10 Uhr bei Dauerregen alles aufgestellt, was sich auch nur ansatzweise Zelt nennen konnte und Svenja hat dabei auch reichlich eigenes Material zum Regenschutz beigesteuert. Gegen 11 Uhr wurde es dann zusehends voller und unsere Zeltstadt dankbar angenommen. Hauptthema war natürlich das Wetter, was aber unsere kleinen & großen Wettkämpfer nicht davon abhielt, sich auf dem Platz in den Dreikampf zu stürzen….“

r) Herbstwaldlauf 6.11.

„Der Regen nervte nur bis 8 Uhr morgens, danach kam die Sonne zum Vorschein und umsorgte zur

Startzeit um 11 Uhr die 104 gemeldeten Aktiven mit bestem Laufwetter für die 5 km- und 10km-Lauf- bzw. Walkingdistanz.“ Besonders beeindruckend das Abschneiden der LGAN-Aktiven:

Teilnehmer : 5 km
1.Platz Jakob 18:42 min, 3.Platz Mika,
4. Platz Johannes **U 10** 22:09 min

Teilnehmerinnen 5 Km:

3. Platz Liobe, 4. Platz Charlotte **U10** in 24:09 min

s) Gesamtergebnisübersicht der Jugendlichen 2022

Wir können sehr zufrieden sein mit den Ergebnissen unserer Kinder und Jugendlichen. Betrachtet man die Spitze, wurden insgesamt 24 LM -Titel gewonnen. Zwei Jungen (Malik, Jakob) setzten mit ihrer Teilnahme an Deutschen Meisterschaften ein herausragendes Zeichen. Bei den NDM gewann Malik eine Silber- und Jenna eine Bronze-Medaille. Schaut man auf die Breite, sehen wir eine Vielzahl von Leistungsverbesserungen, eine hohe Motivation und eine große Anzahl von Vereinsbeitritten.

Männliche Jugend			**Weibliche Jugend**		
DM	**NDM**	**LM-Titel** **Stadion Halle**	**DM**	**NDM**	**LM-Titel** **Stadion Halle**
2	**1 x Silber**	**4 6**		**1 x Bronze**	**6 8**

t) Wilstedt/Tangstedt: **Unsere Jüngsten in der Wettkampfsaison**: „

Sonja: *Wir haben vom Winter 21/22 bis zu den Herbstferien 22 draußen trainiert, auch bei Kälte und Regen waren die Kinder da und haben sich mit Spaß beteiligt. Seit November 22 sind wir in der Halle - macht bei den derzeitigen Bedingungen durch Kälte, Nässe und teilweise Schnee (=rutschiger Trainingsplatz) auch Sinn. Es gab 2022 leider nur wenige Wettkämpfe für die ganz Kleinen, große Teilnahme an den VM im September am Schulzentrum Süd: Joshua Kahle (M7) und Annie Meyer (W9) wurden Erste, Jana Löffler (W8) und Alesia Schneider (W9) erreichten den 2. Platz. Aber beim Waldlauf im November wurde Jana Löffler 2. der U10 und Ben Roterberg 5. der U10. Am 4.12. fand*

der Nikolauslauf in Ahrensburg statt. Krankheitsbedingt mussten leider 10 Kinder absagen: Jana Löffler wurde 2. der W8, Mika Semrau (M6) lief seinen ersten Lauf und ersten Wettkampf überhaupt und wurde 4. bei den Jüngsten.

Nachdem Laura Ende Oktober als Trainerin zu Arne gewechselt ist, trainieren Greta und Charlotte aus der Norderstedter Jugend die Kleinen mit mir. Es macht sehr viel Spaß mit den Beiden, sie bringen sich sehr gut ein und haben Spaß, mit den Kleinen zu trainieren. Eine Bereicherung für die Gruppe!

Wir haben stetigen Zuwachs in der Gruppe, derzeit gibt es wieder eine Warteliste. Ich habe mit allen Kindern das Sportabzeichen gemacht. Ca. 20 werden das offizielle Abzeichen bekommen.

Im Dezember veranstalten wir wieder den Weihnachtsmützenlauf mit der gesamten Gruppe durch Tangstedt. Wir joggen eine Strecke von ca. 2 km mit Weihnachtsmützen auf dem Kopf und anschließend gibt es eine kleine Weihnachts(naschi)überraschung für die Kinder.

u) Weihnachtsfeier 8.12.in der Mensa im SZ Süd

Wieder hatten unsere B-Trainer Svenja, Giulia und Martin alles Notwendige für eine fröhliche Feier vorbereitet. Alle Kinder und Jugendlichen wurden für ihre Leistungen in einer PowerPoint-Präsentation gewürdigt und mit kleinen Geschenken belohnt. Schade nur, dass die herbstliche Infektionswelle 20% der Aktiven von einer Teilnahme abgehalten hat. Wie sehr das Engagement des Trainerstabs geschätzt wird, wurde u.a. deutlich, als die Eltern jeder Trainerin, jedem Trainer ein bedrucktes T-Shirt überreichten.

8) Sport für Alle in jedem Alter

a) Andreas: *„in meiner Gruppe sind bisher regelmäßig an die 10 Teilnehmer*innen da, mal ein paar mehr oder weniger. Im November haben wir das 50-jährige Bestehen der Gruppe bei einem gemütlichen Beisammensein gefeiert. Doch es ist damit zu rechnen, dass die Gruppe über die nächsten beiden Jahre noch schrumpfen wird, denn das Durchschnittsalter liegt aktuell bei 83. Ich halte nun auch langsam nach jüngeren Älteren ab 60 Ausschau, die auf diesem Jedermann-Niveau ihre Fitness erhalten wollen und z.B. sich den Erwerb des Sportabzeichens als Ziel gesetzt haben. Menschen, die keinen wettbewerbsorientierten Sport mehr betreiben möchten, aber das gesellige Beisammensein zu schätzen wissen.*

Sportabzeichen am Stützpunkt Beckermannweg:

b) Georg: *„Auf der schön gelegenen, städtischen Sportanlage versammelten sich auch 2022 wieder mehr als 50 Teilnehmer zum z.T. wöchentlichen Training und letztlich dem Ziel, auch dieses Jahr wieder das Sportabzeichen abzulegen. Ins Leben gerufen wurde die Gruppe*

damals vor über 30 Jahren von unserem Ehrenvorsitzenden Klaus Schmidt und auch heute noch(!), sind zahlreiche Teilnehmer aus den Anfangstagen dabei, was sich in beindruckender Weise in der Anzahl der erfolgreich abgelegten Sportabzeichen (zumeist in „Gold“) wiederspiegelt! So sind Wiederholungen von 30 – 46 fast die Regel. Die Altersspanne unserer TN reichte dieses Jahr von der siebenjährigen Alva bis hin zu unserem Senior, dem neunundachtzigjährigen Harald Rückert und beide haben sich der Aufgabe wie meistens mit Freude & Begeisterung gestellt! Aufgrund der in Dekaden gebundenen Leistungsabstufung mit zunehmendem Alter ist eine Teilnahme bei immer fairer Leistungsbewertung für nahezu jedes Alter möglich! Also, runter vom Sofa und rein in die Sportschuhe! “

c) Jedermanngruppe

Nicola : *Unsere Jedermanngruppe Norderstedt hat in den letzten Monaten ein bisschen Federn lassen müssen. Bedingt durch die Altersstruktur und die Coronasituation ist die Gruppe kleiner geworden. Umso mehr freuen wir uns über neue Mitglieder.*
Die Situation spiegelt sich leider auch bei den Sportabzeichen wieder. Dieses Jahr konnten wir nur 3 Hamburger und 3 SH- Abzeichen überreichen.
Aber das alles hält die Gruppe nicht von Ihrer Begeisterung für unsere gemeinsame Sportzeit ab. Außer den verschiedenen sportlichen Aufgaben steht immer der Spaß mit auf der "Matte".

Liebe Mitglieder,

Im Namen des Vorstands möchte ich mich besonders bei allen Aktiven, allen Trainerinnen, Trainern, den Funktionsträgern und den Eltern ganz herzlich für ihren engagierten Einsatz bedanken. Wir wünschen Euch allen ein gesundes und verletzungsfreies Jahr 2023 und weiterhin viel Spaß und Erfüllung beim Sport.

Wir mussten in diesem Jahr leider alle erfahren, dass es in Europa durch den Ausbruch eines Krieges zu weitreichenden Veränderungen gekommen ist, die noch für eine lange Zeit auf uns alle wirken werden.

LG AISTERNORD

Auch wenn wir ahnen, dass es daraus keinen schnellen Ausweg geben wird, können wir als Mitglieder unseres Sportvereins aber einen Beitrag zumindest insoweit leisten, dass wir uns mit den geflüchteten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen solidarisch zeigen und sie in unseren Sportgruppen freundlich und unterstützend willkommen heißen. Darum sollten wir uns bemühen.