

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Eltern, liebe Sponsoren und Gönner

Die erste Hälfte der Leichtathletiksjaison gehört der Vergangenheit an. Die Highlights waren in erster Linie die Teilnahmen von Celine Albisser am Mehrkampf-Länderkampf in Aubagne/Frankreich sowie der Aktiv-Mehrkampf-Schweizermeistertitel von ihr an den Meisterschaften in Tenero. Zudem konnte Matthias Steinmann am 10-Kampf in Landquart seine Punktzahl um nicht weniger als 300 Punkte auf 7323 Pkt. steigern und sich sowohl in der Halle wie auch in der Outdoorsaison jeweils die Bronzemedaille an Endkämpfen sichern. Die kommenden Nachwuchsathleten der LV Frenke hatten in der ersten Hälfte oder ab Outdoorsaison Pech. Mit Mischa Gass, Fabian Horisberger, Elisa Mayer, Nadja Weiser, Noëlle Berger, Joana Weiser, Celina Lovato, Luana Pellet verletzten sich doch gleich einige Kracks zum Teils schwerer und konnten keine oder nur wenige Trainings absolvieren.



Celine Albisser holt Aktiv-Mehrkampftitel

Dass sie zur Schweizer Spitze gehört, demonstriert Celine Albisser Jahr für Jahr—and dies schon seit gut 13 Jahren, als sie mit 9 Jahren zur LV Frenke stiess. Für unseren Verein ist es eine grosse Ehre, eine solche Athletin in unseren Reihen zu wissen.

Nun gut, Celine konnte an den Mehrkampf Schweizermeisterschaften in Tenero im Juni ihren ersten Nationalen Titel bei den Aktiven feiern. Sie gewann souverän vor Lena Wunderlin und Annina Fahr.

Ein eigener Bericht von Celine folgt weiter hinten (Quelle: ihre eigene Homepage unter www.celinealbisser.com)



Basellandschaftliche Kantonalbank

8
1
0
2

Hallen SM— 2x2 Silber und 1x Bronze

An den Hallenschweizermeisterschaften brillierten Nadja Weiser und Noëlle Berger mit je 2x Silber. Nadja konnte im Hochsprung mit 1.66m und im Weitsprung mit 5.54m eine neue Bestleistung erzielen. Im Weitsprung fehlten ihr zu Gold lediglich 1cm. Gleiches erfuhr Noëlle Berger im Weitsprung. Auch sie verpasste Gold mit 5.29m um diesen Zentimeter. Die zweite Medaille ersprintete sie sich über 60m Hürden in 9.10s. Bei beiden Athletinnen bedeuteten diese Resultate Bestleistungen.

Zu einer Bronzemedaille kam Matthias Steinmann anlässlich der Mehrkampf-Hallenschweizermeisterschaften. Er zeigte dabei einen soliden Wettkampf mit ausgeglichenen Leistungen und verdiente sich so die Bronzemedaille mit 5145 Punkten nach 7 Disziplinen (60m, Hoch, Weit, Kugel, Stab, 60m Hürden und 1000m).



Kantonale Einkampfmeisterschaften

Nach dem ersten Tag der Einkampfmeisterschaften beider Basel dürfen sich Lasse Moritz (Hochsprung MU18), Joana Weiser (Kugel WU16) und Sina Schlup (Speer WU16) Kantonale Meister nennen.

Lasse Moritz genügten 1.80m im Hochsprung um mit über 20cm Vorsprung den Titel zu holen. Joana Weiser erzielte mit 10.94m nicht nur den Siegestoss, sondern gleich auch noch die Limite für die Nachwuchs SM im September.

Dies gelang Sina Schlup im Speerwurf der WU16 noch nicht. Nach zwei Nullern musste sie sich zuerst für den Final qualifizieren. Es gelang und in den weiteren drei Würfen erzielte sie mit 33.93m den weitesten Wurf.

Zu zweimal Silber lief und sprang Noëlle Berger bei den WU16. Im Hochsprung erzielte sie dabei mit 1.58m eine neue Bestleistung. Über 80m stoppten beim Silberlauf die Uhren bei 10.44s. Tolle Leistungen nach der noch leicht vorhandenen Oberschenkelverletzung.

Ebenfalls Silber gab es für Elisa Mayer. Sie überquerte die Ziellinie im 100m der WU18 in 12.56s. Dies ist eine starke Zeit wenn man bedenkt, dass sie nach ihrer Verletzung erst rund 2 Monate halbwegs trainieren konnte.

Zu Bronze über die 600m der WU16 lief Melanie Horisberger. Sie zeigte ein Spitzenrennen und blieb zum ersten mal in 1.39.43 Min. unter der 1.40 Min.-Marke. Bronze im Hochsprung mit 1.40m gab es für Nemea Koch. Sie kam jedoch nie richtig in den Wettkampf. Die Arbeitswoche merkte man ihr an. Im Kugelstossen der WU18 gab es für sie mit 10.76m noch den fünften Rang.

Irina Christen erzielte im 100m der WU18 mit 13.09s eine neue Bestleistung. Im Final wurde sie fünfte. Zwei Bestleistungen lieferte Elena Studer. Im Speerwurf der WU16 mit 27.36m und dem sechsten sowie im 600m-Rennen in 1.49.74 Min. auf dem achten Rang.

Jana Fülleemann verfehlte bei 1.35m ihre Bestleistung haudünn. Sie riss diese Höhe 3x und blieb mit 1.30 zu Buche stehen. Dafür erzielte sie diese Bestmarke im 80m mit 11.93s. Eine neue Bestleistung gab es noch für Joana Weiser im Speerwurf der WU16 mit 29.29m. Fabian Horisberger wollte über 100m der MU20 Kategorie, welche jedoch bei den Männern startete, eine Bestleistung ersprinten. Es gelang ihm mit 12.09s. Auch er musste in den letzten Wochen die Trainings aufgrund einer Rückenverletzung reduzieren und zeigte aufgrund dieser Tatsache ein tolles Rennen.

Tag 2 der Einkampfmeisterschaften beider Basel brachte nochmals drei Meistertitel, einmal Silber sowie zweimal Bronze hervor. Überzeugend dabei war der Auftritt von Celine Albisser. Sie holte sich gleich zwei Meistertitel über die 100m Hürden und im Weitsprung. In beiden Disziplinen pulverisierte sie ihre Bestleistung mit 14.06s über die Hürdenstrecke und mit 5.86m im Weitsprung. Der Speer landete beim Bronzewurf auf 33.70m. Sie scheint für die kommenden Mehrkampf-Schweizermeisterschaften gerüstet zu sein.

Wieder zuoberst stand Lasse Moritz. Im Weitsprung der MU18 sprang er soweit wie noch nie. Nach 6.25m landete er wieder und entschied somit den Wettkampf für sich. Nebenbei noch die SM Limite.

Erneut Silber erzielte Elisa Mayer im Weitsprung der WU18. Ihr weitester Versuch wurde mit 5.26m gemessen.

Zu Bronze sprintete Fabian Horisberger über 200m. In 23.93s erzielte er eine Bestleistung.

Im Weitsprung gab es mit 6.17m nochmals eine Bestmarke. Ebenfalls Bronze erwarf sich Nemea Koch. Im Speerwerfen erzielte sie mit 32.55m eine gute Weite in der Nähe ihrer Bestleistung.

Im Weitsprung der WU16 gab es für Noëlle Berger den fünften (5.09m), Joana Weiser den vierten Rang (5.09m). Undankbare vierte im Hürdenfinal der WU16 wurde Joana Weiser. In 13.08s zeigte sie aber ein gutes Rennen.

Der jüngste im Bunde war Mischa Horisberger. Er startete bei den MU12 (obwohl er noch MU10 ist) über 1000m. Mit dem 10. Rang und einer neuen Bestleistung von 3.48.55 Min. machte er seine Sache super.



SM Mehrkampf Tenero; Erfahrungsbericht von Celine Albisser

Am 16./17. Juni 2018 fanden in Tenero (TI) die Schweizer Mehrkampfmeisterschaften statt.

Für mich war dies nach dem Saisonanstieg vor Wochenfrist gerade einmal der zweite Wettkampf - und erst noch ein Siebenkampf. Dementsprechend nervös reiste ich am Freitag mit meinem Trainer und einigen Vereinskolleginnen an.

Der Start gelang mir fast wunschgemäss. Die Uhr stoppte nach 14.08s über die 100m Hürden, was nur zwei Hunderstel über meiner PB liegt. Die 13er-Zeit muss so leider noch ein bisschen warten. Im Hochsprung zeigte sich, dass mir noch ein wenig die Trainings sowie die Wettkampfroutine fehlte und ich musste mich mit 1.60m begnügen. Das Kugelstossen setzte an den Hochsprung an: Nach gutem Einstossen war ich im Wettkampf zu nervös, um eine Topleistung abrufen zu können und so landete die Kugel bei 11.30m. Im abschliessenden 200m-Lauf konnte ich dafür noch einmal richtig aufdrehen und eher unerwartet ein neue PB von 24.76s aufstellen.

Da meine beiden grössten Konkurrentinnen, Caroline Agnou und Geraldine Ruckstuhl, verletzungsbedingt auf einen Start verzichteten, zeichnete sich nach dem ersten Tag ein Zweikampf zwischen Elodie und mir ab. Bevor wir jedoch in den zweiten Tag starteten, musste sich auch Elodie wegen Knieproblemen aus dem Wettkampf zurückziehen.

Tag zwei fing ebenfalls fast wunschgemäss an. Mein erster Weitsprungversuch wurde mit einer neuen PB von 5.89m belohnt. Da ich vom Training bereits wusste, dass die 6m-Marke möglich ist, gab ich in den beiden verbleibenden Sprüngen Vollgas, was leider in zwei ungültigen Versuchen resultierte. So muss ich mich also auch noch mit den 6 Metern ein wenig gedulden. Im Speerwurf kam es zu einer erfreulichen Wendung: Nachdem ich die letzten beiden Jahre eher Mühe mit dieser Disziplin bekundete, konnte ich endlich wieder einmal in die Nähe meiner PB werfen. Mit den 36.36m war ich sehr zufrieden. Da es das ganze Wochenende über sehr warm war, stellte der 800m-Lauf uns Siebenkämpferinnen nochmals vor eine knifflige Aufgabe. Mit der Hilfe von Lena als stetige Begleiterin auf den zwei Bahnrunden gelang mir ein solider Lauf in 2.18.50min. So fehlten mir am Ende lediglich 2 winzige Punkte zu einer Siebenkampfbestleistung. Nichtsdestotrotz bin ich sehr zufrieden mit meinem Wiedereinstieg und als zusätzliche Belohnung durfte ich mir das erste Mal eine Medaille in der Elitekategorie - sogar die goldene - umhängen lassen. Danach war es jedoch noch nicht getan. Die Dopingprobe stand noch an.

Matthias Steinmann fuhr in der Kategorie der Männer die zweite Medaille für die LV Frenke ein. Er beendete einen für ihn turbulenten Wettkampf auf dem Bronzeplatz. Und dies mit einem Nuller im 110m Hürdenrennen!! Der erste Tag war bereits Nervenaufräuber. Nach zwei Nuller im Weitsprung, musste er ein gültiger dritter Sprung zeigen. Die Nerven hielten und er legte 6.99m in den Sand. Am zweiten Tag sollte es nochmals im 110m Hürdenrennen hin und her gehen. Disqualifiziert?, nein, doch nicht, dann doch wieder, dann wieder nicht. Am Ende doch. Und so gab es keine Punkte in dieser Disziplin. Er kämpfte sich aber durch und feierte am Ende der beiden Tage und soliden Disziplinenleistungen mit Bronze doch noch ein Happy End.

Nemea Koch totalisierte in ihrem 7-Kampf mit 4101 Punkten eine neue Bestleistung. Sie konnte im Speerwurf mit 34.15m und im 800m mit 2.33.15 Min. neue Bestleistungen erzielen. Im Kugelstossen lag sie mit 11.06m leicht darunter. Die weiteren Disziplinen waren solid. Die Punktzahl reichte für Platz 16.

Noëlle Berger, Joana Weiser, Elena Studer und Sina Schlup starteten bei den WU16 im Fünfkampf. Alle zeigten einen tollen Wettkampf mit starken Einzelresultaten. So konnte Noëlle Berger im 80m mit 10.29s und im Kugelstossen mit 9.14m Bestleistungen erzielen. Joana Weiser gelang dies im Hochsprung mit 1.57m. Elena Studer ebenfalls im Hochsprung mit 1.45m und Sina Schlup im Kugelstossen mit 9.14m sowie im 1000m mit 3.43.33 Min.

Am Ende belegte Noëlle Berger den 6., Joana Weiser den 13., Elena Studer den 24. und Sina Schlup den 32. Schlussrang.



GERSTER



HOLZBAU AG

Holz, der Baustoff mit Zukunft!

Regionenmeistertitel für Elisa Mayer

An den Regionenmeisterschaften gab es einige Topleistungen der LV Frenke-Athleten. Diese wurden jedoch nicht immer mit einer Medaille belohnt. Trotzdem lachte Elisa Mayer über 100m der WU18 wieder von zuoberst. Im 100m-Final rettete sie 2 Hundertstel über die Ziellinie und feierte mit 12.55s den Regionenmeistertitel.

Joana Weiser stieg ebenfalls aufs Treppchen. Im Kugelstossen der WU16 setzte sie im letzten Versuch noch einen 10.81m-Stoss in den Sand und holte sich somit Bronze



UBS Kids Cup Bubendorf

Am UBS Kids Cup in Bubendorf zeigten sich unsere jüngsten Athleten von ihrer besten Seite. Sie absolvierten einen 3-Kampf über 60m, Ballwurf und Weitsprung. Die besten 25 Kinder in jedem Jahrgang können sich nach allen Vorwettkämpfen für den Kantonalfinal in Riehen qualifizieren. Bilder sagen mehr als Worte.



Kurz-News

Neues Mehrkampftalent

An den Schülermehrkampfmeisterschaften beider Basel in Therwil gab eine Bronzemedaille von Anina Schmid bei den WU10 zu feiern. Sie machte es den arrivierten Athleten im Tessin nach und stand ebenfalls auf dem Podest. Nach drei Disziplinen lag sie auf dem vierten Rang. Es stand jedoch noch der abschliessende 1000m auf dem Programm. Eine ihrer Lieblingsdisziplinen. Und so kam es, dass sie mit neuer Bestleistung von 3.49.96 Min. noch eine Athletin überholte und so die verdiente Bronzemedaille holte. So wie es aussieht, wächst mit Anina Schmid ein neues Mehrkampftalent heran.

Mischa Horisberger belegte Rang 22, Cedric Degen Rang 24, Julian Frei Rang 35, Nia Silfverberg Rang 40 und Svenja Füllemann Rang 12.



**PNEU
EGGER** 
EN ISO 9001

gschwend
kunststoff ag

Frenkenklinik 
Gesunde Zähne für alle

Georg Müller

Möbel Innenausbau AG
4436 Oberdorf BL
Tel. 061 961 01 48

**Einbauküchen
Einbauschränke
Garderoben
Badezimmermöbel
Bettwaren: Hüsler Nest**