LV Frenke.konkret

Impressum: Patrick Schmutz, Bündtenweg 13, 4434 Hölstein / E-Mail: rick@eblcom.ch

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Eltern

Die Leichtathletiksaison 2012 ist zu Ende. Die LV Frenke kann zurecht behaupten, dass sie auf dem richtigen Weg ist um sich in Zukunft weiter in der Nationalen Spitze zu platzieren. Neben den erprobten Medaillengewinnerinnen Celine Albisser und Noémie Kipfer haben sich in diesem Jahr mit Michelle Müller und Athina Schweizer zwei weitere Athletinnen daran gemacht, Spitzenresultate abzuliefern um ganz weit vorne mit zu mischen. Im Nachwuchsbereich geht ebenfalls etwas. Viele neue Gesichter können wir in der Familie LV Frenke begrüssen. Dies ist ein Verdienst der Nachwuchstrainer Julia Pfirter, Marc Kolly und Peter Schweizer.

Georg Müller
Möbel Innenausbau AG
4436 Oberdorf BL
061 961 01 48

2012

Quartett startete durch

War man in den vergangenen Jahren Medaillengewinne von Celine Albisser und Noémie Kipfer gewohnt, reihten sich in diesem Jahr mit Michelle Müller und Athina Schweizer zwei neue Gesichter in den Reigen der Edelmetallgewinner an Schweizermeisterschaften ein. Zusammengezählt eroberten die vier Talente nicht weniger als 4xGold, 4xSilber und 4xBronze.
Ihren Drang nach Edelmetall werden sie bestimmt auch im 2013 ausleben wollen.

Für bessere Zeiten.
Die Basellandschaftliche Kantonalbank – Ihr persönlicher Sparring Partner für Geld, Anlage und Vorsorge.
blkb.ch, 061 925 94 94
Basellandschaftliche Kantonalbank

5x Edelmetall an den Einzel-Schweizermeisterschaften

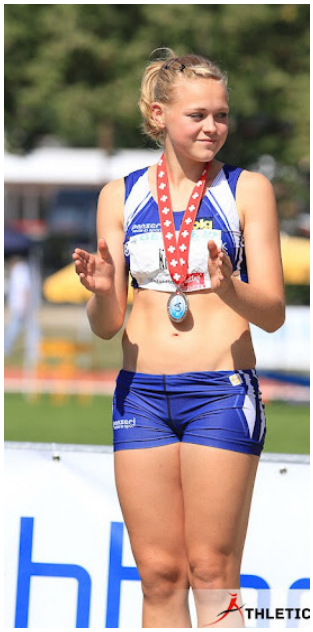
10 Athleten der LV Frenke qualifizierten sich für den Endkampf !!

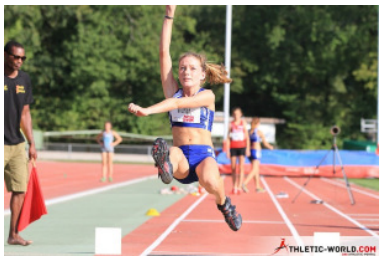
Samstag, Tag 1

Gleich im ersten Versuch beim Weitsprung der WU18 sicherte sich **Noémie Kipfer** mit 5.66m den Vizeschweizermeistertitel. Nach ihrem zweiten Versuch brach sie den Wettkampf ab um über 100m anzutreten. Dies gelang auch. Mit 12.42 Sekunden über 100m lief sie so schnell wie noch nie in dieser Saison und zeigte auch im Halbfinal mit 12.50 Sekunden eine starke Vorstellung. Mit dieser Zeit lief sie in den Final der besten acht. Dort lag mit 12.59 Sek. am Ende der vierte Schlussrang drin. Ein starker Auftritt.
Die zweite Medaille für die LV Frenke sicherte sich ebenfalls im Weitsprung **Michelle Müller**. Ihr fünfter Versuch auf 5.35m reichte für die Bronzemedaille. Zwischendurch qualifizierte sie sich noch für den Endlauf über 600m.
Den Richtwert für das Nachwuchskader knacken (12.20m), lautete die Aufgabenstellung für **Mischa Gass**. Er erfüllte mit seinem besten Versuch auf 12.28m diese souverän. Diese Weite reichte am Ende zu Platz 6.
Nicht ganz auf Touren kamen im Weitsprung **Celine Albisser, Athina Schweizer, Robin Gächter, Elena Koch** sowie im Diskus **Celina Stähli** und im Hochsprung **Celine Violetti**. Sie blieben jeweils im Vorkampf hängen und schieden nach drei Sprüngen, resp. Würfen aus.
In den Halbfinal über 80m stürmte **Elena Koch**. Sie zeigte im Vorlauf mit 10.49 Sekunden ihr zweitbestes Resultat und auch die 10.59 Sekunden im Halbfinal konnten sich sehen lassen. Am Ende fehlten ihr 5 Hundertstel für den Einzug in den Final.

Sonntag, Tag 2

Gleich in der ersten Disziplin, dem Dreisprung gelang **Athina Schweizer** ein toller Wettkampf. Mit regelmässigen Sprüngen um die 10.85m und dem besten auf 10.97m sicherte sich die Sprungspezialistin die Bronzemedaille in der Kategorie der WU16. Sie ist noch im jüngeren Jahrgang und kann nächstes Jahr nochmals in derselben antreten.
Gleiches machte ihr, jedoch im 600m, **Michelle Müller** nach. Sie holte in einem sehr schnellen Rennen in neuer Bestleistung von 1.37.54 Min. ihre zweite Bronzemedaille an den Titelkämpfen nach dem Weitsprung vom Vortag. Nach dieser Parforceleistung war der Weg über die 8 Hürden sehr lang und hart und so sie schied sie im Zwischenlauf aus.
Langsam nähert sich **Celine Albisser** nach der Verletzung wieder der Schweizer Spitze. Sie stiess im 100m Hürdenlauf bis in den Final vor und verpasste ihre Saisonbestleistung im Halbfinal mit 14.97 Sekunden lediglich um 5 Hundertstel. Im Final belegte sie dann den 7. Schlussrang.
Dass sie es nicht verlernt hat, zeigt ihr Schweizermeistertitel im Dreisprung. Mit dem zweiten Sprung auf 11.63m distanzierte sie ihre Kontrahentinnen entscheidend und stieg nach dieser langen Zeit wieder einmal aufs oberste Treppchen.
Vanessa Berni erlief sich an ihrer ersten CH-Meisterschaft mit 27.85 Sekunden ein gutes Resultat und kann mit ihrem ersten Endkampfauftritt zufrieden sein.





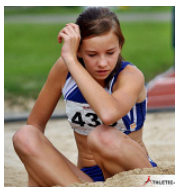
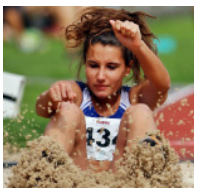
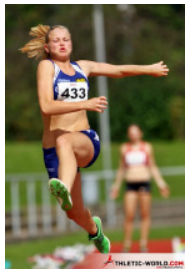
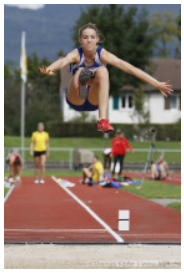
Frenkenklinik
Gesunde Zähne für alle

Team—SM, Olten

Zum ersten mal startete eine Mannschaft der LV Frenke an der Team SM in Olten.
Die Mädchen **Athina Schweizer, Michelle Müller, Noémie Kipfer und Celine Albisser** haben sich mit einer Durchschnittsweite von 5.50m dafür qualifiziert und versuchten, bei der Vergabe der Medaillen mitzureden.

Am Ende belegten sie mit dem Schnitt von 5.41m den ausgezeichneten 6. Rang. Zu Bronze hätte das Quartett einen Schnitt von 5.54m gebraucht.
Die Einzelresultate waren: Noémie Kipfer 5.53m, Celine Albisser 5.42m, Michelle Müller 5.28m und Athina Schweizer 5.21m.

Ein super Auftritt wenn man bedenkt, dass dieses Resultat inmitten der LG's nur mit Vereinseigenen Athletinnen erreicht wurde.

CH-Bestenliste

Bis Ende September 2012 — Top 15

Top Ten

Joana Weiser	3.76m	Weit	WU10	Rang 14
Michelle Müller	1.37.54 Mi.	600m	WU16	Rang 3
Michelle Müller	12.04 Sek.	80m H	WU16	Rang 6
Celine Violetti	1.59m	Hoch	WU16	Rang 12
Michelle Müller	5.43m	Weit	WU16	Rang 4
Athina Schweizer	5.24m	Weit	WU16	Rang 15
Athina Schweizer	10.97m	Drei	WU16	Rang 3
Mischa Gass	12.28m	Drei	MU18	Rang 12
Noémie Kipfer	12.42 Sek.	100m	WU18	Rang 10
Celine Albisser	14.92 Sek.	100m H	WU18	Rang 12
Noémie Kipfer	5.66m	Weit	WU18	Rang 3
Celine Albisser	5.51m	Weit	WU18	Rang 9
Celine Albisser	11.63m	Drei	WU18	Rang 1
Celine Albisser	12.23m	Kugel	WU18	Rang 12
Celine Albisser	36.24m	Speer	WU18	Rang 12
Celine Albisser	4768 Pkt.	7-Kampf	WU18	Rang 3
Staffel WU18	49.57 Sek.	4x100m	WU18	Rang 4

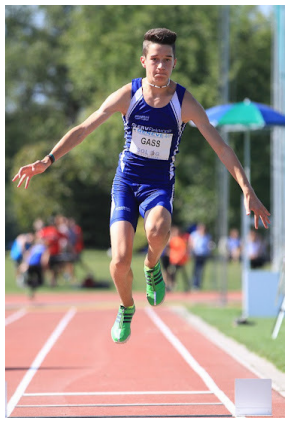
(Elena Koch, Noémie Kipfer, Michelle Müller, Celine Albisser)

Peter Schweizer—ein Urgestein kehrt zurück

Mit Peter Schweizer, 42 Jahre, hat ein ehemaliger LV Frenke-Leichtathlet im Nachwuchsbereich das Traineramt übernommen. Er ist mit Herzblut bei der Sache und möchte die Athleten auf ihrem Weg weiterbringen und begleiten. Besten Dank für das Helfen.

Kurz-News

Limite geknackt—Mischa Gass im Nachwuchskader beider Basel

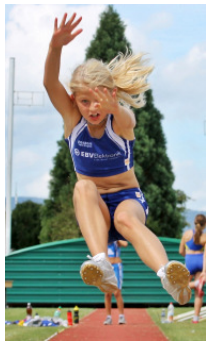


Obwohl er den Dreisprung nicht richtig geübt hat, realisierte **Mischa Gass** mit 12.04m an den Regionenmeisterschaften in Aarau den Titel.
Die Limite für das Nachwuchskader liegt bei 12.20m. Zusammen mit seinem Trainer strebte er an den Einzelschweizermeisterschaften in Genf die Realisation dieses Wertes an, um zum ersten Mal im Nachwuchskader beider Basel zu erscheinen.
Es gelang. Mit 12.28m übertraf er den Richtwert. Bravo.

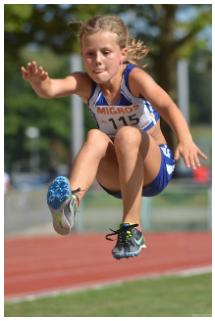
Team– und Kampfgeist nicht belohnt; Tatsachenentscheid gegen Bronze

Wild entschlossen reisten die Mädchen der WU18-Staffel nach Davos um sich eine Medaille zu erkämpfen.
Nach dem Zieleinlauf lagen sie sich bereits in den Armen um die verdiente Bronzemedaille zu feiern.
Ein Schiedsrichter hatte jedoch etwas dagegen und disqualifizierte die Mannschaft. Obwohl mit Videobeweis der angebliche Wechselfehler dementiert wurde, blieb der besagte Mann stur und änderte seine Meinung nicht. Enttäuscht aber trotzdem Stolz reisten **Elena Koch, Noémie Kipfer, Michelle Müller und Celine Albisser** wieder nach Hause. Eine Revanche ist garantiert.

UBS-Kids Cup und Migros Sprint CH-Final für Nadja Weiser



Nadja Weiser erfüllte sich einen Traum mit tollen Leistungen gleich selber. Sie durfte zum ersten Mal an einem Endkampf, sprich Schweizermeisterschaften antreten. Und dies gleich Doppelt.
Sie qualifizierte sich sowohl für den UBS Kids-Cup wie auch den Migros-Sprint CH-Final.
Von den Eindrücken überwältigt, belegte sie im Stadion Letzigrund den 22. Rang.
Am Migros-Sprint-Final reichten ihre 9.66 Sekunden auf dem ausgelegten Sprintteppich nicht, um eine Runde weiter zu kommen. Dennoch, ihr Erfahrungsschatz hat sie bestimmt erweitert.



Mehrkampf-Vizeschweizermeisterin Celine Albisser

Nach dem ersten Wettkampftag der Mehrkampfschweizermeisterschaften belegt **Celine Albisser** mit 2751 Punkten den zweiten Zwischenrang. Bei strömendem Regen realisierte sie über 100m Hürden mit 15.07 Sekunden eine gute Endzeit. Leider waren im Weitsprung ihre besten Versuche hauchdünn übertreten, sodass eine Weite von 5.18m in die Wertung kam. Der Speerwurf war mit 33.89m ohne eigentliches Training sehr gut.
Im abschliessenden 200m-Lauf zeigte sie dann mit 26.43 Sekunden nochmals einen tollen Lauf sodass sie sich Hoffnungen auf einen Podestplatz am folgenden zweiten Tag machen konnte.
Diesen verdiente sich Celine mit 1.50m im Hochsprung, 12.23m im Kugel und 2.27.89 Min. im abschliessenden 800m-Lauf mit Total 4768 Punkten und dem Vizeschweizermeistertitel.

13. Schlussrang für Athina Schweizer bei den WU16
In einem starken Feld der WU16 überbot Athina Schweizer mit 3028 Punkten zum ersten mal die 3000 Punktemarke und beendete den 5-Kampf auf dem 13. Rang.
Mit 10.93 Sekunden über 80m stieg sie in den Wettkampf ein. Danach folgte ein Sprung auf 5.09m im Weitsprung. Beinahe Bestleistung erzielte Athina mit 9.75m im Kugelstossen. Einen leichten Dämpfer erfuhr sie im Hochsprung. Dort notierten die Kampfrichter eine Höhe von 1.39m. Mit 3.37.88 Min. über 1000m holte sie am Ende einer langen Saison doch noch die nötigen Punkte um diese Magische Punktegrenze erstmalig zu brechen.

Mathias Steinmann undankbarer vierter
Mathias Steinmann absolvierte den 5-Kampf der Innerschweizer Mehrkampfmeisterschaften und verfehlte das Podest um lediglich 23 Punkte. Er zeigte vorallem im Hochsprung mit 1.85m, im 100m mit 11.99 Sek. und im Weitsprung mit 5.99m sehr gute Resultate.

PNEU EGGER
EN ISO 9001
lvfrenke.ch

Vizeschweizermeisterin Athina Schweizer

Wie erhofft, stieg **Athina Schweizer** am CH-Final des UBS Kids Cups erneut aufs Podest. In diesem Jahr ein Treppchen höher als im Vorjahr. Sie zeigte vor allem im Sprint mit 8.22 Sekunden und im Weitsprung mit 5.29m eine tolle Vorstellung. Im Ballwurf lag sie mit 42m bei einer für sie normalen Weite. Mit ihrem Vizemeistertitel zeigte sie einmal mehr auf, welches Mehrkampftalent in ihr steckt.

Vorne beim Podest stehend und mit einem Diplom ausgestattet wurde die 8 -jährige **Sina Schlup** . Sie konnte sich gegenüber dem Kantonalfinal im 60m-Sprint (10.04 Sek.) und im Ballwurf (18.36m) steigern. Lediglich im Weitsprung (3.40m) blieb sie ein wenig zurück. Dennoch, der 8. Schlussrang ist ein tolles Ergebnis.

Dies zeigte auch **Elena Koch**. Betrachtet man die Rangliste, war sie sowohl im 60m (8.22 Sek.) wie auch im Weitsprung (5.15m) bei den besten. Lediglich der Ballwurf (34.68m) macht ihr jeweils einen Strich durch die Rechnung. Dennoch. der 12. Schlussrang kann sich sehen lassen.

Vom riesigen Stadion, der Atmosphäre, den Kameras etc. liess sich **Nadja Weiser** beeindrucken. Wen verwundert es. Sie war zum ersten mal an einen Endkampf dabei und konnte ihre Eindrücke nicht mehr in positive Energie umwandeln. Somit war der 60m in 9.60 Sek., der Weitsprung mit 3.96m wie auch der Ballwurf mit 30.44m jeweils eine Nummer kleiner, als beim Kantonalmeistertitel. Aber für sie bestimmt ein tolles Erlebnis.