

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Eltern

Die Leichtathletiksaison 2013 ist bereits wieder in der Hälfte angelangt. Die LV Frenke ist stark in die Saison gestartet und kann bereits einige hervorragende Resultate aufweisen. In der ersten Saisonhälfte war vor allem Michelle Müller mit dem Erreichen des Richtwertes für die Europäischen Jugendtage in Utrecht vom 14.—19. Juli 2013 über 400m Hürden für das Highlight besorgt. Neben ihr vermochte Mischa Gass zu überzeugen. Er erzielte von Beginn bis zu den Regionenmeisterschaften in jedem Wettkampf persönliche Bestleistungen. Ganz stark präsentierte sich auch die 9-jährige Nachwuchshoffnung Sina Schlup, welche Mehrkampffmeisterin wurde.

Georg Müller

Möbel Innenausbau AG
4436 Oberdorf BL
061 961 01 48



EYOF-Limite für Michelle Müller

Am 1. Juni 2013 ging für Michelle Müller der „Traum“ von einer Teilnahme an einem Internationalen Wettkampf in Erfüllung. Mit einem überzeugendem Lauf über die 400m Hürdenstrecke unterbot sie in Genf mit 61.84 Sekunden den geforderten Richtwert von 62.50 Sekunden deutlich.

Sie wird nun vom 14.—19. Juli 2013 in Utrecht (Holland) die Schweiz an den Olympischen Jugendtagen vertreten und versuchen, die bisherige eigene Bestzeit nochmals zu verbessern. Ein Bericht ihrer Reise nach Holland und wie es ihr ergangen ist, folgt im 2. Flyer im Oktober.

Für bessere Zeiten.

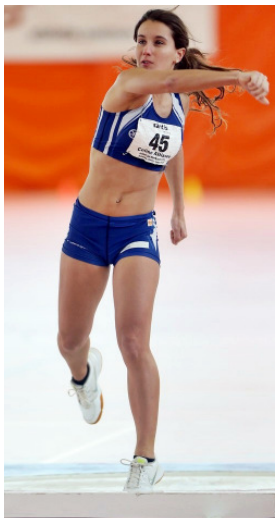


Die Basellandschaftliche Kantonalbank – Ihr persönlicher Sparring Partner für Geld, Anlage und Vorsorge.

blkb.ch, 061 925 94 94

Basellandschaftliche
Kantonalbank

Vizeschweizermeisterin Mehrkampf — Celine Albisser



An den Mehrkampf-Schweizermeisterschaften in St.Gallen eroberte **Celine Albisser** mit 3531 Punkten hinter ihrer Mehrkampfkaderkollegin Caroline Agnou den Vizeschweizermeistertitel.

Erneut verbessert zeigte sie sich über 60m Hürden. Die Uhren stoppten in diesem Rennen bei 9.08 Sekunden. Gefolgt von 1.53m im Hochsprung und den 11.72cm im Kugelstossen lag Celine nach 3 Disziplinen an zweiter Stelle. Mit dem Sprung auf 5.37m im Weitsprung festigte sie diesen vor dem abschliessenden 800m-Lauf. "Etwas versuchen", lautete die Devise von Celine, oder sprich, die ersten beiden Runden gemächlich laufen und dann das Tempo kontinuierlich steigern. So lief sie dann auch und erreichte mit gelaufenen 2.31.76 Min. eine gute Endzeit. Dennoch werden die künftigen Rennen wieder schneller beginnen.

Wettkampfabbruch von Athina Schweizer

Noch leicht angeschlagen startete **Athina Schweizer** am 5-Kampf der WU16. Mit 8.49 Sekunden (60m), 4.79m (Weit), 9.41m (Kugel) und 1.43m (Hochsprung) lag sie vor dem 1000m an vierter Stelle. Leider konnte sie aufgrund Schmerzen im Knie nicht mehr antreten und musste ihren Traum von einer Medaille begraben. Diese gingen in diesem Jahr relativ günstig mit knapp über 3000 Punkten weg.

Starker Auftritt an den Einzel-Schweizermeisterschaften Halle

Besser hätten die Meisterschaften der Nachwuchskategorien für die LV Frenke nicht beginnen können. Zweimal Gold resp. Schweizermeister lautete das Ergebnis im Dreisprung der WU18 und MU18.

Den Anfang machte **Celine Albisser**. Im ersten Sprung legte sie mit 11.26m eine gute Weite in den Sand. Und dies, obwohl sie am Sprungfuss angeschlagen ist und so nicht richtig abspringen konnte. Im letzten Versuch steigerte sie sich noch auf 11.45m und holte ungefährdet die Goldmedaille. Sie ist nunmehr seit 5 Meisterschaften im Dreisprung ungeschlagen.

Den grössten Coup landete **Mischa Gass**. Er demonstrierte in sämtlichen Sprüngen seine Form und lag vom ersten Sprung an mit 12.46m an der Spitze. Mit dem zweiten Versuch legte er mit 13.05m eine beachtliche Weite in den Sand und überflog seine bisherige Bestleistung um beinahe 80cm. Dementsprechend erfreut waren Trainer und Athlet nach dem erfolgreichen Abschluss und der verdienten Goldmedaille.

2. Tag der Einzelmeisterschaften

Der eigentliche Grosskampftag der Einzelmeisterschaften stand auf dem Programm. In diversen Disziplinen versuchten die LV Frenke-Athleten nochmals einen Podestplatz zu ergattern. Dies gelang im Weitsprung der WU16 **Athina Schweizer** beinahe. Am Ende fehlten ihr zu Bronze ein Zentimeter. Mit 5.01m sprang sie in diesem Winter zum erstenmal über die 5m-Marke. **Robin Désirée Gächter** sprang regelmässig zwischen 4.83 und 4.88m. Sie belegte am Ende Rang sieben.

Mit ihrem letzten Versuch im Weitsprung der WU18 ersprang sich **Michelle Müller**, nachdem sie erst am Vortag von Amerika nach Hause kam, mit sehr starken 5.58m die Silbermedaille. Damit stand sie wie im letzten Jahr, da noch bei den WU16, auf dem zweitobersten Treppchen. Im gleichen Feld ersprang sich **Elena Koch** mit 5.28m den sechsten und **Celine Albisser** mit 5.24m den siebten Schlussrang.

Mit 7.88 Sekunden im Vorlauf stürmte **Noémie Kipfer** in den A-Final über 60m. Bei **Elena Koch** blieben die Uhren bei 8.06 Sekunden stehen, was die Qualifikation für den B-Final bedeutete.

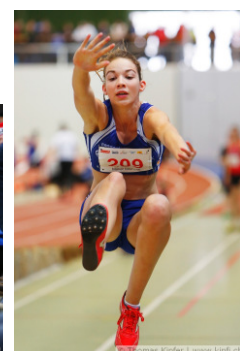
Dort lief Noémie gleich schnell wie im Vorlauf und beendete das Rennen auf dem 5. Schlussrang. Elena benötigte im B-Final mit 8.17 Sekunden ein bisschen länger und wurde am Ende 16.

Nach 11.82m landete die Kugel in ihrem besten Versuch für Celine Albisser. Dies reichte für Rang 5.

Mischa Gass erzielte im 60m Hürdenrennen mit 8.99 Sekunden zum erstenmal eine Zeit unter 9 Sekunden.

Dies reichte jedoch nicht für ein weiter kommen. Ebenfalls über 60m Hürden schaute auch für **Athina Schweizer** mit 9.69 Sekunden eine neue Bestleistung heraus. Für ein weiter kommen fehlten ihr 5 Hundertstel.

Vanja Lazic beendete ihre ersten Hallenschweizermeisterschaften mit gelaufenen 8.55 Sekunden über 60m im Mittelfeld.



Mischa Gass Doppel-Regionenmeister

Die kleine Truppe der LV Frenke an den Regionenmeisterschaften schlug sich prächtig. Gleich 7 Medaillen eroberten die fünf startenden insgesamt, dabei waren 3 Goldene. Doppelmeister wurde **Mischa Gass**. Er wurde im Dreisprung seiner Favoritenrolle mit 12.58m gerecht und setzte im 110m Hürdenlauf mit neuer Bestleistung von 15.53s die Konkurrenten gleich nochmals Schachmatt. Neben den Goldenen eroberte er sich über die 300m Hürden in 41.58 Sekunden noch Bronze.

Regionenmeisterin darf sich auch **Athina Schweizer** nennen. Sie dominierte den Dreisprung der WU16 mit 11.09m souverän und gewann überlegen. Im Weitsprung erzielte sie am Vortag mit 5.35m noch die Bronzene Auszeichnung.

Ebenfalls Bronze gewann **Vanja Lazic**. Dies im Dreisprung der WU16. Sie realisierte mit 9.93m eine neue Bestleistung.

Auf dem zweiten Treppchen stand **Celine Violetti**. Sie überquerte im Hochsprung der WU18 die Höhe von 1.50m und gewann Silber.

Joy Blaser lief über die 2000m-Strecke der Kategorie WU16. Sie lief bis zwei Runden vor Schluss in einer guten 5er-Gruppe, bevor ihr das Tempo der Mitstreiterin zu hoch wurde. Sie verlor den Anschluss und erzielte am Ende eine Zeit von 8.02 Minuten.



Sina Schlup – auf den Spuren ihres Vorbildes

Sie ist zielstrebig, ehrgeizig und talentiert, die neunjährige Sina Schlup aus Waldenburg, ein Nachwuchstalent in den Reihen der LV Frenke. Sie strebt nicht nach Internationalen Grössen wie Usain Bolt oder Jessica Ennis, nein im Gegenteil, ihr Vorbild ist die mehrfache Schweizermeisterin des eigenen Vereines — *Celine Albisser*.

Sie möchte den Spuren ihres Vorbildes folgen und die gleichen Leistungen wie sie erbringen, meint die Neunjährige selbstbewusst. Und, sie hat es geschafft.

Sina Schlup setzte in der ersten Saisonhälfte mit dem Gewinn des Hallenwettkampfes in Liestal, dem Mehrkampftitel draussen und dem zweiten Platz am Vorkampf Mille Gruyere bereits Ausrufezeichen. Zudem belegt sie in der CH-Bestenliste des UBS Kids Cups den zwischenzeitlichen vierten Platz und träumt von einer Medaille am selbigen Anlass, jedoch dem Schweizer-Final.



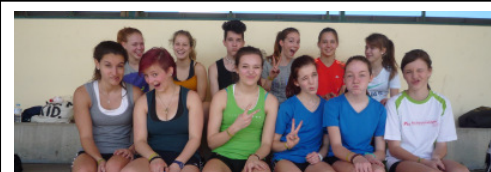
**PNEU
EGGER**

EN ISO 9001



Tutti Talenti Tenero

An einer tollen Trainingswoche im Centro Sportivo Tenero durfte Celine Albisser, von Swiss Olympic eingeladen, teilnehmen. Während einer Woche trainierten über 500 Nachwuchsathletinnen und -athleten der nationalen Sportverbände im Tessin.



Trainingslager Teneriffa

Zum erstenmal in der Geschichte fand ein Trainingslager nicht in der Schweiz statt. 12 Athleten flogen an Ostern nach Teneriffa (Spanien) und genossen die Trainings und die warmen Temperaturen bei täglichen 25 Grad.



Schnällscht vom Tal

Die Familiäre Stimmung auf der Sekundarschule in Oberdorf beflügelte die Kinder, tolle Leistungen zu erbringen, und die Eltern, Grosseltern und Verwandte, Bekannte die Kinder anzufeuern und so den diesjährigen Schnällscht unvergesslich zu machen. Rund 137 Kinder starteten am Schnällscht vom Tal 2013.

Rangliste/Fotos unter www.lvfrenke.ch

CH-Bestenliste

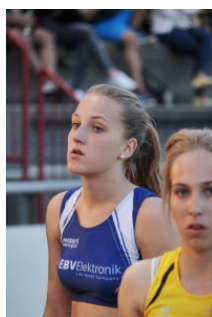
Bis Ende Juni 2013 — Top 15



Sina Schlup	3.54.54 Min.	1000m	WU10	Rang 12
Sina Schlup	1.05m	Hoch	WU10	Rang 2
Sina Schlup	25.20m	Ball 200	WU10	Rang 15
Sina Schlup	29.62m	Ball 80	WU10	Rang 3
Athina Schweizer	5.44m	Weit	WU16	Rang 3
Athina Schweizer	11.19m	Drei	WU16	Rang 2
Vanja Lazic	9.93m	Drei	WU16	Rang 7
Noémie Kipfer	12.46 Sek.	100m	WU18	Rang 10
Michelle Müller	25.49 Sek.	200m	WU18	Rang 6
Michelle Müller	14.95 Sek.	100H	WU18	Rang 9
Celine Albisser	15.10 Sek.	100H	WU18	Rang 14
Michelle Müller	44.37 Sek.	300H	WU18	Rang 1
Michelle Müller	61.84 Sek.	400H	WU18	Rang 1
Michelle Müller	5.50 m	Weit	WU18	Rang 4
Celine Albisser	4623 Pkt.	7-Kampf	WU18	Rang 3
Mischa Gass	15.50 Sek.	110H	MU18	Rang 13
Mischa Gass	41.52 Sek.	300H	MU18	Rang 7
Mischa Gass	12.58 m	Drei	MU18	Rang 3
Mathias Steinmann	3.90m	Stab	MU23	Rang 12

Jeanette Reddiess zurück auf der Leichtathletikbahn

Vor rund 3 Jahren musste Jeanette Reddiess ihre Leichtathletikkarriere aufgrund Kniebeschwerden beenden. Dennoch blieb sie dem Ausdauersport treu und ging regelmässig Joggen. Im Winter 2012 gab sie dann in der LV Frenke ihr Comeback und hat sich nun über die 800m in 2.31.55 Minuten für die CH-Meisterschaften qualifiziert. Ein toller Einstieg.



Kurz-News

LG Baselland—

Eine neue Zusammenarbeit

Im Winter 2012 hat sich aus der LG Frenke-Diegten die LG Baselland gebildet.

Zu den bestehenden Vereinen SC Diegten und LV Frenke stiess die LC Fortuna Oberbaselbiet, welche auch in Oberdorf beheimatet ist, dazu.

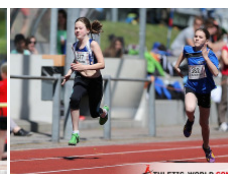
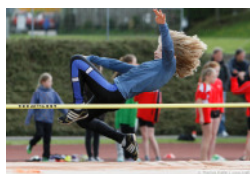
Eine neue Namensgebung war angebracht und wünschenswert.

Die Vereine haben sich auf den Namen LG Baselland geeinigt. Bereits haben ein paar Wettkämpfe erfolgreich bestritten werden können und es schauten auch schon tolle Resultate dabei heraus.



Starker Nachwuchs der LV Frenke

An den verschiedenen Wettkämpfen des Nachwuchskategorien zeigten die Athleten auf, dass sich unser Verein keine Sorgen machen muss. In verschiedenen Anlässen brillierten die Mädchen und Knaben. Nachstehend ein paar Eindrücke.



Peter Schweizer— Danke für Deinen Einsatz

Peter Schweizer kann aufgrund seiner beruflichen Tätigkeit keine Trainings der LV Frenke mehr leiten. Sein halbjähriges Engagement zugunsten der Athleten der LV Frenke haben wir geschätzt.

Der Vorstand dankt Dir für die geleistete Arbeit.

