

LAV-Nikolaus-Springen

Am 4. Dezember 2012 in Harlingerode

Von Thomas Bertram



Nikolausspringen Via Holm-Rolle

Lea Ahrens und Albin siegen

Die kleine Tradition des Nikolausspringens wurde am 4. Dezember in der Turnhalle Bad Harzburg fortgeführt. Mehrkampftrainer Thomas Bertram hatte dazu in diesem Jahr den Hochsprungtrainingswettkampf unter folgenden Bedingungen ausgeschrieben:

- Gerader Anlauf zur Latte
- Einbeiniger Absprung
- Lattenüberquerung via Holm-Rolle

Die Holm-Rolle ist nach dem schwedischen Weltmeister und Olympiasieger Stefan Holm benannt, der diese Form zur Verbesserung des Anlauf-Absprungkomplexes nutzte. Sylvia Bertram fungierte zusammen mit Thomas als Kampfrichter und führte das Wettkampfprotokoll.

Insgesamt 11 Athleten stellten sich dieser technisch schwierigen Herausforderung. Der ungewohnte Bewegungsablauf machte einigen Aktiven zu schaffen. Ein geringes Maß an Hochsprungerfahrung stellte sich nicht unbedingt als Nachteil heraus, da die Umstellung von der Floptechnik dann nicht zu bewältigen war.

Bei den Frauen gewann Lea Ahrens mit 1,20m vor Ihrer Mutter Silke. Lea schaffte die Endhöhe gleich im ersten Versuch, während Silke 3 Versuche benötigte. Angi Lehmann und Elfi Görke teilten sich Rang 3 mit übersprungenen 1,00m.

Bei den Männern war das Sprungniveau deutlich höher: Unser Senior Gerd Fricke übersprang als 7. beachtliche 1,12m. Unsere Erwachsenen Christian Görke (1,16m) und Kai Uwe Krüger (1,20m) konnten auf den Rängen 5 und 6 noch nicht um die Podestplätze mitfighten. Bei 1,32m wurden die Podestplätze entschieden: Jan Görke belegte Rang 4, Domi Lehmann Rang 3 und Tim Nitzschke (Brunonia Harlingerode) Rang 2, nur getrennt durch die Anzahl der Fehlversuche. Vorjahressieger Albin Bertram gewann ohne Fehlversuch deutlich mit übersprungenen 1,44m.

Mit kleinen Weihnachtsgeschenken, u.a. den begehrten Milkatassen wurden die Aktiven geehrt. Eine Fortsetzung des Nikolausspringens wird es auch im nächsten Jahr geben. Welche Regeländerungen und Sprungformen dann zum Einsatz kommen, bleibt bis November 2013 Trainergeheimnis.

>Fotos<



Albin Bertram demonstriert die technisch korrekte Ausführung via Holm-Rolle.



Glückliche Gesichter bei der Siegerehrung. Alle freuten sich nach dem Wettkampf auf ihre Urkunden und auf die kleinen Weihnachtsgeschenke.