

Pressebericht von Sylvia und Thomas Bertram 22.Oktober 2014
Erfolgreichste Saison für Lea Ahrens & Max Singer



Die beiden LAV 07-Kaderathleten Lea Ahrens und Max Singer blicken auf ihre erfolgreichste Saison zurück und bedanken sich bei Ihren Förderpaten Dominik und Patrik Werner vom Sanitätshaus Werner& Habermalz für die großzügige finanzielle Unterstützung und pragmatische sportmedizinische Hilfestellung.

Lea Ahrens hat im ersten Jahr der weiblichen Jugend U18 die Umstellung von der Schüler- zur Jugendleichtathletik schnell gemeistert. Während sie sich bei den Hallenlandesmeisterschaften Ende Januar noch mit zwei Vizemeistertiteln über die 400 m und 800 m zufrieden geben musste, gewann sie im Juli überlegen über 400 m die Landesmeisterschaften. Leider verhinderte eine Fußverletzung den Start bei den Norddeutschen Meisterschaften und bremste sie auch bei den Deutschen Jugendmeisterschaften aus.

Leas Vielseitigkeit ist bewundernswert. Sie kann vom 100 m Sprint bis zu 1500 m Hindernis alle Strecken auf TOP-Niveau laufen und sammelte in der NLV-Bestenliste exzellente 84 Bestenlistenpunkte.

Zum Vergleich: Ein jugendlicher Athlet gilt als sehr gut, wenn er mehr als 30 Punkte erzielt. Leas besondere Stärken sind neben der 400 m Flachstrecke die 400 m Hürden und die 800m und ihre Regenerationsfähigkeit.

„Lea kann in vier Tagen dreimal auf TOP-Niveau laufen und regeneriert extrem schnell“, so ihr Trainer Thomas Bertram. Für 2015 soll das Sahnehäubchen in Form von Titeln und TOP-Platzierungen bei den Norddeutschen und sogar bei den Deutschen Meisterschaften gesetzt werden.

Max Singer entwickelte sich 2014 zum dominierenden Mittel- und Langstrecken-läufer der Altersklasse M15 in Norddeutschland. Der Hahnenkleer gewann souverän drei Landesmeistertitel (Cross, 3000m Halle, 3000m Bahn) und bescherte dem LAV den ersten Norddeutschen Meistertitel. Bei den Deutschen Jugendmeisterschaften belegte Max Singer über 3000m schließlich einen guten achten Platz.

„Bei seinen Meisterschaftsrennen präsentierte sich Max zudem als „Taktikfuchs“. Er drückte den Rennen stets seinen Stempel auf und überraschte die Konkurrenz immer wieder mit seiner variablen Renneinteilung und seinem fulminanten Endspurt“, so Trainer Thomas Bertram

Max sammelte hervorragende 47 Bestenlistenpunkte. Er führt die NLV-Landesbestenliste über 1000m, 2000m, 3000m und 5km an und ist auch über die 800m schnell unterwegs. In 2015 möchte der erfahrende Coach seinen Schützling neben den 3000 m auch über die 1500 m und 2000 m Hindernis in die Erfolgsspur bringen.

Trainer Thomas Bertram kam berufsbedingt aus Oldenburg in den Harz. Er war beim VfL Oldenburg 10 Jahre lang für die breite sportliche Ausbildung von jüngeren Jugendlichen und die Heranführung an die dortige Leistungsgruppe u.a. mit der EM-Teilnehmerin Ruth Sophia Spelmeyer zuständig. Er gilt als exzellenter Analytiker und baut seine jugendlichen Athleten vielseitig und sehr systematisch auf. „Das abwechslungsreiche Training macht viel Spaß und er versteht es, immer neue Trainingsanreize zu setzen“, meint Lea Ahrens. „ Vor wichtigen Wettkämpfen ist er der ruhende Pol und er gibt mir wichtige taktische Tipps“, ergänzt Max Singer.

Das erfolgreiche Trio hat die Erfolgsformel gefunden.

Regeneriert wird nur kurz. Nach dem krönenden Saisonabschluss in Kalefeld Mitte Oktober hat die Vorbereitung auf die nächste Saison bereits wieder begonnen.

Bilder aus der Saison 2014:



Die Paten Patrick & Dominik Werner mit ihren geförderten Athleten Max Singer & Lea Ahrens und Trainer Thomas Bertram.

Lea Ahrens (Nr. 71) stürmt bei den Landesmeisterschaften in Bremen als erste auf die Zielgerade und gewinnt deutlich über 400m.



Lea Ahrens konzentriert am Hindernis: Beim Abschluss der Laufserie am 3.10., die sie klar beherrscht, läuft sie über 1500m Hindernis noch in die TOP 10 in Deutschland!

Max Singer (Nr. 081) kurz vor der Schlussrunde bei den Landesmeisterschaften in Wilhelmshaven über 3000m; gleich setzt er die entscheidende Attacke und siegt mit über 4 Sekunden Vorsprung.





Max Singer (Nr. 174) bei den Deutschen Jugend-meisterschaften in Köln; er erreichte als einziger Niedersachse die Qualifikation und wurde 8.

Zum ersten Mal in der Vereinsgeschichte starteten Athleten des LAV 07 Bad Harzburg bei Deutschen Meisterschaften; zudem nimmt die Zahl der Meisterwimpel auf den Trainingshosen stetig zu.

<<Nordharz Portal>>

