ımmercup des
ebirge

l (SC Girkhau-
er 21: 1. Sebas-
usen) 10:39,9
ann (VfL Bad
l U16: 1. Max
ısen) 11:52,1;
erg) 12:14,2 –
tes (SC Ober-
ne Jugend U18:
LV Ernstberg)
(SC Rückers-
ne Jugend U16:
ückershausen)
C Girkhausen)
Bad Berleburg)

r (SC Oberhun-
no Schulte (SC
U14: 1. Ansgar
57,8; 2. Jonas
:24,7; 3. Finn
3 - Schülerinnen
Recklinghäuser
(VfL Bad Berle-
(SC Neuasten-
hülerinnen U14:
underthausen)
(SC Willingen)
SK Winterberg)

ıl (SC Girkhau-
ıre (SC Usseln)
efeld) 7:59,0 –
el (SC Girkhau-
hme (SC Neu-
,7; 3. Timon
4,0 – Schüler-
(SC Willingen)
K Wunderthau-
ke (SC Rückers-
. Emma Pieper
e SC Bödefeld)
C Girkhausen)

SC Girkhausen)
Bad Berleburg)
(SC Bödefeld)
hristian Dickel
burger 3:49,8;
hausen) 3:50,6
(SC Bödefeld)
K Wunderthau-
(SC Bödefeld)
Körner (SK Win-
el (SC Girkhau-
uhmacher (VfL
er U7: 1. Vegard
,5; 2. Jan Fitler
3. Ben Riedesel
– Schülerinnen
Paula Vollmer
3,6; 3. Lotta
urg) 4:05,5 –
Schneider (SC
ja Santoro (SC
ıla Franz (SC
hülerinnen U9:
defeld) 4:14,0;
ıausen) 4:19,0;
usen) 4:34,8 –
Nölke 4:13,6;
SC Bödelfeld)
SK Winterberg)
Ida Tobes (SC
ea Joenke (SC
Fenja Höse (SC

SC Girkhausen)
Vunderthausen)
Brandenburger
üler U4: 1. Jakob
– Schüler-innen
SC Girkhausen)
r (SC Oberhun-
el (SC Girkhau-
U5: 1. Lisanne
9.

Start der Mädchen über einen Kilometer: Sophie Relecker (Nr. 125, Wunderthausen) und Annie Schneider (Nr. 121, Girkhausen) stürmen vorweg. FOTO: BASTIAN GREBE

Bente Rekowski siegt im Fotofinish

Große Resonanz beim letzten Rennen vor der Schnee-Saison: 174 Starter und spannende Rennen beim Technik-Cross-Lauf der Wintersportler auf der Steinert

Von Bastian Grebe

Bad Berleburg/Girkhausen. Hindernisläufe – Strongmanrun und Co. – liegen aktuell im Trend. So gesehen ist der Wintersport seit jeher modern, denn bei Langläufern und Biathleten sind die Technik-Cross-Läufe als Bestandteil der Vorbereitung im Sommer etabliert. „Auf der Steinert" bei Girkhausen bildete ein solcher Lauf nun den Abschluss der sechsteiligen Sommercup-Serie, den die Vereine des Nordischen Skivereins Rothaargebirge als Testserie für Langläufer und Biathleten ausrichten.

Diesmal war zudem ein Grundschul-Teamwettkampf in die Veranstaltung integriert, der Begeisterung für den Nordischen Skisport wecken soll. Das Resultat war eine außergewöhnlich gute Beteiligung: 174 Läufer aus 13 Vereinen, überwiegend Kinder, gingen in verschiedenen Altersgruppen an den Start, nachdem sich der Nebel pünktlich zum Beginn aufgelöst hatte und die Startlinie in strahlendem Sonnenschein lag. Beim Technik-Cross ist, wie der Name schon sagt, auch Technik gefragt.

Gesamtwertung ist nun in Stein gemeißelt

■ **In einigen Klassen** war der letzte Lauf noch wichtig für die Gesamtwertung des Sommercups, der nun abgeschlossen ist (Ergebnisse siehe rechts).

■ In der W14 (**Lina Lauber** und **Martha Hedrich**) und W15 (**Lisa Witten** und **Lilli Bultmann**) gab es sogar jeweils zwei Gesamtsiegerinnen mit gleicher Punktzahl.

„Eine gute Übung, um die Technik zu verfeinern."

Stefan Kirchner, Langlauf-Trainer im WSV, über den Sinn des Crosslaufs

Die Strecke verlief meist abseits der befestigten Wege und anders als beim klassischen Hindernislauf in der Leichtathletik wird der Rhythmus teils erheblich unterbrochen. Es galt Hürden zu überspringen sowie auf Baumstämmen und Baumscheiben zu balancieren. Auch das Treten in Reifen, Unterlaufen von Toren, Rückwärtslaufen und Achten laufen zählten zu den Aufgaben. Damit sollten Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination geprüft bzw. geschult werden.

Dohnal macht Marburger Beine

Hinzu kamen durch eine Austragung als Massenstart die Aspekte des Kampfs „Mann gegen Mann". Um große Felder zu generieren, wurden mehrere Jahrgänge zusammengelegt. Dies sorgte für spannende Rennverläufe.

Selbst bei den Männern ging es eng zu. Der „Alterinternationale" Thomas Dohnal (SC Girkhausen, Männer 41) verlangte dem rund 20 Jahre jüngeren Sebastian Marburger einiges ab, blieb über 3 Kilometer bis auf drei Sekunden an dem Top-Sprinter dran. Im Lauf der ältesten weiblichen Läuferinnen schaffte Bente Rekowski vom SC Rückershausen eine kleine Überraschung. Die Sportlerin aus Weide schlug die vier Jahre ältere Melina Schöttes (SC Oberhundem) und die aus der Vulkaneifel angereisten Madlen Jendryssik (SLV Ernstberg) in einem Finale, das der Erfassung von Zehntelsekunden in Girkhausen einen Sinn verlieh.

„Auch für die älteren Sportler war der Wettbewerb eine gute Übung, um ihre Technik zu verfeinern und Wettkampfroutine zu gewinnen", sagte der Langlauf-Trainer des Westdeutschen Skiverbandes, Stefan Kirchner, der die Sportler nun auf die ersten Schnee-Wettbewerbe vorbereiten wird.

DER ÜBERBLICK

Gesamtwertung (Endstand) im Sommercup des NSV

Männer 41: 1. Thomas Dohnal (SC Girkhausen) 60 Punkte – **Männer 21:** 1. Sebastian Marburger (SK Wunderthausen) 21 – **Jugend 16:** 1. Max Bernshausen (SC Rückershausen) 100 – **M15:** 1. Lukas Hofrichter (SC Oberhundem) 100, 2. Tino Schulte (SC Bödefeld) 76 – **M14:** 1. Ansgar Klein (VfL Bad Berleburg), 2. Janne Bernshausen 90, 3. Jonas Schmidt (beide SC Rückershausen) 89 – **M13:** 1. Rudolf Dohnal (SC Girkhausen) 100, 2. Jan Vollmer 74, 3. Luca Knipschild (beide SC Bödefeld) 70 – **M12:** 1. Johannes Dickel (SC Girkhausen) 100, 2. Vitus Vonnahme (SC Neuastenberg-L'wiese) 55, 3. Timon Christ (SK Winterberg) – **M11:** 1. Fridtjof Motte (SC Girkhausen) 98, 2. Bjarne Klein (VfL Bad Berleburg) 91, 3. Paul Klose (SC Girkhausen) 83 – **M10:** 1. Janne Brandenburger 93, 2. Mattis Grauel 92, 3. Christian Dickel 91 (alle SC Girkhausen) – **M9:** 1. David Schmidt (VfL Bad Berleburg) 94, 2. Benedikt Weller 81, 3. Henry Hedrich (beide SK Wunderthausen) 75 – **M8:** 1. Bastian Schuhmacher (VfL Bad Berleburg) 99, 2. Lasse Grauel (SC Girkhausen) 93, 3. Felix Körner (SK Winterberg) 76 – **M7:** 1. Vegard Motte (SC Girkhausen) 99, 2. Julian Schmidt (VfL Bad Berleburg) 83, 3. Jan Fitler (VfL Bad Berleburg) 75.

Juniorinnen: 1. Melina Schöttes (SC Oberhundem) 100 Punkte – **Weibliche Jugend 16:** 1. Finnja Lauber (SC Girkhausen) 95, 2. Felicitas Mehl (VfL Bad Berleburg) 91, 3. Bente Rekowski (SC Rückershausen) 79 – **W15:** 1. Lisa Witten und Lilli Bultmann (beide VfL Bad Berleburg) 95, 3. Hermine Joenke (SC Rückershausen) 82 – **W14:** 1. Lina Lauber (SC Girkhausen) und Martha Hedrich (SK Wunderthausen) 92, 3. Lena Müsse (VfL Bad Berleburg) 89 – **W13:** 1. Lea Hollenstein (SK Wunderthausen) 93, 2. Karoline Joenke 92, 3. Elin Rekowski (beide SC Rückershausen) 88 – **W12:** 1. Emma Pieper 99, 2. Kira Heißner (beide SC Bödefeld) 97, 3. Tilla Lauber (SC Girkhausen) 91 – **W11:** 1. Lotta Bultmann (VfL Bad Berleburg) 93, 2. Mia Tobes 89, 3. Paula Vollmer (beide SC Bödefeld) 87 – **W10:** 1. Paula Franz (SC Oberhundem) 97, 2. Christine Joenke (SC Rückershausen) 90, 3. Fiona Reichling (SC Oberhundem) 75 – **W9:** 1. Wiebke Klose 96, 2. Ilayda Karabulut (beide SC Girkhausen) 91, 3. Mara Knipschild (SC Bödefeld) 75 – **W8:** 1. Emma Nölke 100, 2. Hanne Vollmer (beide SC Bödefeld) 92, 3. Amelie Richter (VfL Bad Berleburg) 57 – **W7:** 1. Tabea Joenke (SC Rückershausen) 97, 2. Femke Weyer (SK Winterberg) 59 – **W6:** 1. Hannah Döbbeler (SC Oberhundem) 97, 2. Svea Homrighausen (SC Girkhausen) 80.

Nachwuchs an das Niveau der Gauliga heranführen

32 Mädchen messen sich beim Kunstturnerinnen-Cup in Feudingen. Fortsetzung folgt in Birkelbach

Feudingen. Für die kleinen Turnerinnen war der vergangene Freitag ein Festtag: Beim ersten Wettkampf des diesjährigen Kunstturnerinnen-Cup Wittgenstein hatten die Mädchen nach einer langen Trainingsphase endlich noch einmal die Gelegenheit, ihr Können vor einem Kampfgericht und vor Publikum zu zeigen.

Der Wettkampf wurde ins Leben gerufen, um die Turnerinnen auf das Turnen der Kürstufe vorzubereiten und ihnen somit später einen leichteren Einstieg in die Gauliga zu ermöglichen. Dies jedoch nicht, wie in diesen Ligen üblich als Mannschaftswettkampf, sondern als Einzelwett-

det der zweite Wettkampf statt. Die Tageshöchstpunktzahl erzielte Nele Rath von den Sportfreunden Birkelbach mit in Summe 52,25 Punkten. Damit krönte sie ein gutes Team-Ergebnis ihres Vereins. – Der Überblick:

Jahrgang 2001: 1. Nele Rath 52,25 Punkte; 2. Pia Birkelbach (beide Sportfreunde Birkelbach) 48,60; 3. Sarah Sonneborn (TV 08 Feudingen) 38,60 – **Jahrgang 2002:** 1. Marie Keller(TV Feudingen) 45,60 Punkte – **Jahrgang 2003:** 1. Imke Afflerbach (SF Birkelbach) 48,15 – **Jahrgang 2004:** 1. Merle Birkelbach (SF Birkelbach) 47,80; 2. Anna Seiffert (TSV Aue-Wingeshausen) 41,45; 3. Vivien Hoffmann (SF Birkelbach) 40,05 – **Jahrgang 2005:** 1. Janina Hagemann (SF Birkelbach) 46,30; 2. Viviane Hermann (TSV Aue-Wingeshausen) 45,05; 3. Elisa Bergen (SF Birkelbach) 40,20 – **Jg. 2006:** 1. Bille Marburger (SF Birkelbach) 45,75; 2. Anna Schneider (TV Feudingen) 37,75; 3. Emilie Bäcker (TSV Aue-

Pokalhit gegen Freudenberg in Beddelhausen

FC Ebenau spielt um Einzug ins Halbfinale

Beddelhausen/Bürbach. Die Fußballerinnen des FC Ebenau freuen sich auf ein Flutlichtspiel mit Potenzial zu etwas Besonderem: Im Kreispokal-Viertelfinale ist heute Abend der Vorjahressieger und langjährige Westfalenligist Fortuna Freudenberg, aktuell Dritter der Landesliga, zu Gast. Schiedsrichter Gerrit Blecher wird die Partie um 19 Uhr in Beddelhausen anpfeifen.

„Uns steht fast der komplette Kader zur Verfügung und wir hoffen als Trainerteam natürlich auch, dass die Mannschaft durch ein tolles Pokalspiel wieder Selbstvertrauen gewinnt und sich auch in der Meisterschaft wieder Erfolge einstellen", sagt Trainer Dirk Hüster.

Nach einer guten Vorbereitung ist die Mannschaft nach einem durchwachsenen Saisonstart mit vielen Gegentoren etwas verunsichert. „Trotzdem ist die Stimmung in der sehr jungen Mannschaft super", versichert Hüster, der an eine baldige Rückkehr des Erfolgs glaubt.