

# Starker Auftritt bei der DBK Ultralang



Einmal im Jahr trifft sich Deutschlands Orientierungslaufelite um den Meister in der Ultralang Orientierungslauf zu küren.

Dieses Jahr schlug **Anicó Kulow** zu und gewann in 2:06:03 die **Damen-Elite** Klasse! Wir gratulieren recht herzlich und sind mächtig stolz auf unsere Deutsche Meisterin!

Weitere Talentproben legten Pina als dritte in der Alterklasse D-14 und Carlo mit einem guten zweiten Platz in H-18 ab.

Ergebnisse DBK Ultralang





© USV TU Dresden

## Trainingszeiten für die Sommersaison

*Wir trainieren montags, mittwochs und freitags draußen im Willy-Kressmann-Stadion (z.Z. in fest eingeteilten Gruppen, mit einmaliger Voranmeldung )  
**Bitte beachtet den aktuellen TRAININGSHINWEIS, BT-LA Training ab KW33-KW40, siehe Link***

- *Schul-AG Laufen\_2019/2020* Aufgrund der besonderen Umstände können wir unser Schul-AG-Angebot z.Z. nicht aufrecht erhalten.
- *Lauf- & Walkingtreff\_2020*
- *BT-Sommerfest + Meisterehrung* wird auf 2021 verschoben
- *Unser Bambinifest und die für den Mittwoch, 24. Juni geplante DLV Laufabzeichenabnahme* fällt in diesem Jahr leider aus.

**TRAINING in der Sommersaison** (z.Z. ist der Plan s.u. nicht aktuell)















# Winter-OL



Zwei tolle OLs der Nord-Ost-Rangliste fanden am 24. und 25. Februar statt. Trotz der sehr kühlen Temperaturen (bis zu  $-10^{\circ}\text{C}$ !) überraschte uns das makellose Wetter mit vielen Sonnenstunden.

Der Märkische Kiefern-OL in Wilhelmsdorf bei Potsdam war ein schönes Erlebnis. Etwas einmaliges war der Zielstrecke entlang des eingefrorenen Sees. Nachdem man schnell wieder ins Warme ging, gab es frisch gemachte Waffeln und Kuchen :D.

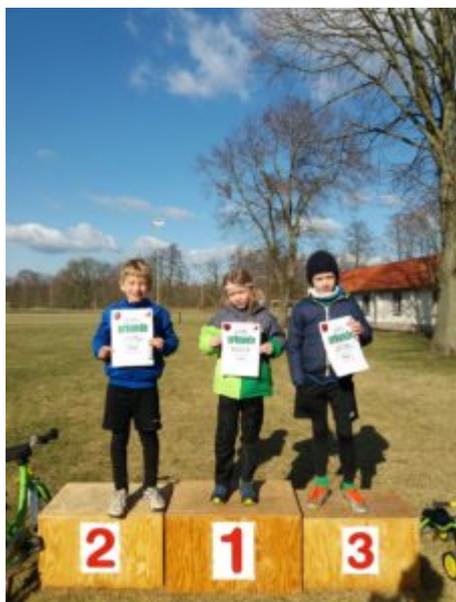
Das Ergebnis kann sich sehen lassen:

3 erste Plätze durch Pina, Weihang und Louis,

4 zweite Plätze durch Frida, Anicó, Lionel und Matthias und

3 dritte Plätze durch Claudia, Ronny und Anton.





Am Ende ging es gut gelaunt Richtung nach Hause, nur um sich in wenigen Stunden wiederzusehen, diesmal aber in Alt-Stahnsdorf.

Dort bestand der Wald aus vielen Kiefern und kuschelweichem Moos, allerdings auch kleine Bodenwellen und gelegentlich Unterholz. Dadurch war der Winter-OL mehr läuferisch als orientierungstechnisch anspruchsvoll.

Zur Belohnung nach diesem anstrengenden Wochenende gab es für jeden ein Stück von Matthias selbstgemachter Torte, die an Claudias vergangenen Geburtstag erinnert.

Nochmal alles Gute nachträglich!

(Text: Arved, Bilder: Pina)

---

## BT-Meile 2018



BT-Meile 2018 am Sonntag, 11.März

Liebe Leichtathleten/innen und Ol`erchen,

Das Orgateam der BT-Meile 2018 ist zufrieden und bedankt sich bei allen fleißigen Helfern und Teilnehmern, die am 11.März 2018 unsere Veranstaltung besucht haben. Wir möchten uns außerdem herzlich für alle Sachspenden bedanken, sowie bei allen Sponsoren. Wir sehen uns beim Training. Die **Ergebnisse findet ihr auf der Seite unseres Hauptvereins, siehe Link**

Euer BT-LA-Team





---

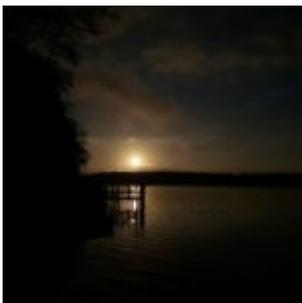
**BTLA Neujahrsfest /  
Jahreshauptversammlung 23. Februar 2018**



- Einladung zum **Neujahrsfest** am 12. Januar 2018
- Einladung zur **Jahreshauptversammlung** der Leichtathletikabteilung am Freitag, 23. Februar 2018

---

## Erfolgreiches Nebel-Cup Wochenende 2017



Am 11.11. und 12.11. fanden die Berlin Brandenburgischen Meisterschaften (BBM) im Nacht-OL und ein Nord-Ost Ranglisten Lauf in Klein Köris in Brandenburg statt.

Am Samstag Abend starteten wir alle gut gelaunt und voller Energie beim Nacht-OL.

Der Wald war überwiegend gut belaufbar bis auf einige Sümpfe und Wassergräben mit denen einige unbedingt Bekanntschaft machen wollten. Somit verbrachten einige etwas mehr Zeit im Wald hingegen Louis (H10) schon nach 22 Minuten nach Leander Fischer (OLV Potsdam) aus dem Wald kam und somit einen sehr schönen 2. Platz machte.

Wir hatten ganze 4 Sieger davon 3 Meisterschaftssieger und 2 Vizemeister unter uns.

So gab es für Frida, Louis, Lionel, Arved, Ronny und mich Medaillen bei der Meisterschaft im Nacht-OL.



Den Abend ließen wir ausnahmsweise mal in einer kleinen Ferienwohnung im KIEZ Frauensee mit selbstgebackenem Kuchen ausklingen.



Frida und ich nutzen die perfekte Lage um am nächsten morgen einmal kurz in den See zu springen. Wir spürten unsere Füße danach nicht mehr aber großen Spaß hat es trotzdem gemacht.

Kurze Zeit später saßen wir alle munter gemeinsam um den mehr oder weniger kleinen Küchentisch

gequatscht und genossen unter anderem noch einen übrig gebliebenen Geburtstagskuchen

„beste Sportler Nahrung vor dem Wettkampf“ ( Hiermit gratulieren wir auch nochmal ganz herzlich wenn auch etwas verspätet Leo und Matthias zum Geburtstag)

Beim NOR-Lauf starteten wir mit in einem minimal größerem Team, bei einigen von uns lief es besser als am vor Tag und letztendlich fuhren wir mit 4 Siegen, zwei 2. Plätzen und

einem 3. Platz wieder nachhause.

Wir erliefen uns einen guten 4. Platz in der Pokal-Gesamtwertung.

Für einige von uns entschied sich schon nach dem NOR-Lauf der Sieg der Nord-Ost Rangliste.

Wir hatten ein schönes Wochenende mit viel Spaß und freuen uns, ich würde mal sagen fast alle schon auf den nächsten Nacht-OL und und haben viel Vorfreude auf den Nebel-Cup nächstes Jahr.



(Text/Fotos: Pina)

---

## Wintertrainingszeiten



Liebe Sportler\_Innen,

hier geht es zu den aktuellen Wintertrainingszeiten.

Liebe Grüße vom

BT-LA-Team

„BTLA-Marathonis“ Die fünf im Bunde von re nach li: Matthias, Leo, Frank und

Alex; Markus sei lobend erwähnt. Hier geht es zum Bericht ☐

Gleich fünf Leichtathleten der BT haben in diesem Herbst erfolgreich einen Marathon absolviert. Den Anfang machte Frank Bennis (M50) in Berlin mit einer Wahnsinns-Debützeit von 03:27:16 Stunden. Genau vier Minuten schneller war Leopold Kühschelm (M35) in Frankfurt und konnte damit trotz schwieriger Bedingungen eine neue persönliche Bestzeit aufstellen. Ebenfalls durch orkanartige Böen kämpfte sich dort Alexander Krahe (M50); er kam nach

02:58:38 Stunden ins Ziel, was gleichzeitig Platz 19 bei den Deutschen Meisterschaften in seiner Altersklasse bedeutete. Bemerkenswert: Er legte zum dritten Mal hintereinander die 42,195 km in unter drei Stunden zurück.

Gleiches gelang Matthias Schwartz (M35) in Köln, der bei seinem Trip ins Rheinland außerdem seine Bestzeit um gut drei Minuten auf 02:55:27 Stunden steigern und als Gesamt-43. eine hervorragende Platzierung erzielen konnte. Markus Bickel (M45, nicht auf dem Foto) nahm am Mitteldeutschen Marathon zwischen Halle und Leipzig teil, doch da seine Vorbereitung berufsbedingt nicht optimal lief, musste er ab Kilometer 30 in Begleitung des berühmten „Mannes mit dem Hammer“ laufen, so dass er das Ziel letztlich in der immer noch respektablen Zeit von 04:03:50 Stunden erreichte.

Bericht: Matthias

---

## Trainingszeiten für die Wintersaison

### **LEICHTATHLETIK-TRAINING in der Herbst-/ Wintersaison**

**Unsere Wintertrainingszeiten gelten ab 2. Oktober 2020. Aufgrund der besonderen Umstände wird das Training an den Winterstandorten weiterhin unter gesonderten Auflagen stattfinden. Wir können jede helfende Hand gebrauchen, bitte sprecht uns an. Bitte beachtet den aktuellen TRAININGSHINWEIS, BT-LA Training im Dezember, siehe Link**

*Wir wünschen eine schöne Adventszeit. Bleibt schön gesund!*

*Liebe Grüße vom BT-LA-Team*

Trainingsgruppe	Altersgruppe** (zur Orientierung*)	Trainer/in	Trainingszeit/e n	Trainingsstätten
Minis**	4 – 6 Jahre	Lutz	Fr 16:45 – 17:45	Turnhalle Schulenburg ring 7

Trainingsgruppe	Altersgruppe** (zur Orientierung*)	Trainer/in	Trainingszeit/e n	Trainingsstätten
-----------------	---------------------------------------	------------	----------------------	------------------

Zur Unterstützung unserer Nachwuchsarbeit suchen wir ältere Kinder/ Leichtathleten oder Eltern/ Familienfreunde als Gruppenhelfer.

LA-Nachwuchs & Schul AG	7 – 10 Jahre	Konni & Claudia	Mi 16:00 – 17:30	Treffpunkt: 16 Uhr an der kleinen TH A-Glaßbrenner-GS Training: in der oberen Turnhalle der Charlotte - Salomon GS
LA-Nachwuchs	6 – 11 Jahre	Claudia LT/ Anicó/ Lutz	FR 16:45 – 18:15	(Freitag) Turnhalle Schulenburggring 7

Zusätzlich gibt es mittwochs von 17:00-18:30 Uhr ein kleines Orientierungslaufprojekt für Anfänger. Termine: 12.2./ 26.2./ 11.3./ 25.3. Kopflicht und warme Laufkleidung nicht vergessen!

Zur Unterstützung suchen wir 1-2 Eltern, die das Lauftraining oder Spielaufsicht übernehmen.

Jugend I OL- & Lauftraining	TN nach Absprache **	Ronny/ Matthias/ Claudia	Mo 18:10 – 20:10	TH H-Hesse-05 Böckhstr. 16
Jugend I – Basic-Training	ab 10 Jahre	Konni & Claudia	Mi 17:00 – 19:00	TH Charlotte - Salomon GS
Jugend I – LA-Technik- Training	ab 11 Jahre	Konni LT/ Claudia LT/ Anicó/ Lutz	Fr 17:30 – 19:00	Turnhalle Schulenburggring 7
Jugend II OL- & Lauftraining Fitness	TN nach Absprache **	Ronny/ Matthias/ Claudia	Mo 18:10 – 20:10	TH H.-Hesse-05 Böckhstr. 16
Jugend II Plantraining	TN nach Absprache **	Claudia	Mi 17:00 – 19:00	Turnhalle Charlotte Salomon GS; obere Halle/und Park
Jugend II LA-Technik- Training	TN nach Absprache **	Ronny	Fr 18:15 – 20:00	Turnhalle Schulenburggring 7

Trainingsgruppe	Altersgruppe** (zur Orientierung*)	Trainer/in	Trainingszeit/e n	Trainingsstätten
Erwachsene/Senioren – OL- & Lauftraining Fitness- und Spielzeit	ab 14 Jahren	Claudia & Ronny	Mo 18:00 – 21:00	TH H.-Hesse-05 Böckhstr. 16
Erwachsene/Senioren – Plantraining	ab 14 Jahre	Claudia	Mi 17:00 – 19:00	Turnhalle Charlotte Salomon GS; obere Halle/und Park
Erwachsene/Senioren – LA- Technik-Training	ab 14 Jahre	Ronny/ A	Fr 18:15 – 20:00	Turnhalle Schulenburggring 7
Lauf- & Walkingtreff		Konni & Noemi	Fr 17:30 – 18:15	Turnhalle Schulenburggring 7

Außerdem gibt es für Eltern und Laufinteressierte die Möglichkeit am Kinderlauftreff mit teilzunehmen.

\*\* Trainingsgruppeneinteilung und -Wechsel erfolgt nach Kompetenzniveau (nicht nach Alter) durch die beteiligten Trainer. Bitte spricht mit uns.

### **LEICHTATHLETIK-TRAINING in der Sommersaison**

**2020:** Vom 01.04.2020-19.06.2020 gelten unsere Sommertrainingszeiten. Alle Gruppen trainieren montags, mittwochs oder freitags zusammen im Willy-Kressmann-Stadion, die Trainingszeiten bleiben identisch. Wir freuen uns auf eine gute Saison ☐

Liebe Grüße, Euer BT-LA-Team

## **Pina Mauch erfolgreich bei der DM Lang Orientierungslauf**





Foto: Uwe  
Brettschneider,  
admin(at)ol-in-  
Bildern.info

Am 23. September 2017 fanden die Deutschen Meisterschaft Orientierungslauf Lang in Eberwalde statt. Pina Mauch Berliner Turnerschaft gelang es in der Kategorie D-14 (Damen bis 14) die 3.6 km (Luftlinie) lange Strecke in 30:28 Minuten fehlerfrei zu absolvieren. Damit belegte sie hinter Josephine Müller USV TU Dresden und Merle Sihver Post SV Dresden einen hervorragenden dritten Platz.

Liebe Pina, wir gratulieren dir ganz herzlich zu deinem Erfolg!

Außerdem freuen wir uns über die D-Kadernominierungen für Pina Mauch, Matteo Wengler und Carlo Wengler.

Euer BT-LA-Team

---

## Am Freitag, 22. September findet kein reguläres Training statt!



Liebe Leichtathleten\_Innen,

am Freitag findet kein Training auf dem Platz statt. Wer Lust und Zeit hat, ist herzlich eingeladen zum **BT-City-OL 2017** in den Familienpark nach Eberswalde zu kommen. Läufer und Helfer sind herzlich willkommen. Wir sind ab 13 Uhr zu Gange und brauchen auch nach Zielschluss (19:30 Uhr) noch helfende Hände. Starten könnt ihr zwischen 16:30 Uhr -19:00 Uhr. Weitere Informationen (z.B. Technische Hinweise/ Anreisebeschreibung) zur Veranstaltung findet Ihr hier.

Mit sportlichen Grüßen Euer BT-LA-Team