

Donnerstag Freitag Samstag Sonntag Montag Dienstag

Von Mittwoch zu Mittwoch

Anmeldeboom für Vorbereitungsprogramme Erfolgsmodell „Laufkurs“

WOLFGANG TEMME

Laufen kann jeder. Diese Botschaft hat aus der Trimm-Dich-Bewegung der 70er Jahre auch im Kreis Gütersloh eine riesige Szene und das Laufen zum beliebtesten Ausdauersport werden lassen. Richtig laufen will gelernt sein. Diese Erkenntnis hat hierzulande zu einem neuen Trend geführt: Laufkurse und Vorbereitungsprogramme erleben einen Boom.

Ob die Mutter aller Läufe in Ostwestfalen, der Hermann, oder der Wiedenbrücker Christkindlauf, ob der Münster-Marathon oder die Isselhorster Nacht – immer mehr Menschen trainieren unter Anleitung für diese Veranstaltungen oder sie nutzen das Angebot, um als Anfänger ins Laufen einzusteigen. Aktuellster Beweis: Für den ersten Laufkurs im kleinen Bokel meldeten sich jetzt 54 Teilnehmer an.

Männer und Frauen jeden Alters und in verschiedenen Könnensstufen suchen in den Einstiegs- und Trainingsangeboten zwei Dinge: Kompetente Beratung und Betreuung sowie

die Gemeinschaft Gleichsinniger. Was sie in der Regel nicht suchen: Direkte Vereinsanbindung und hartes Leistungstraining. Wo diese Voraussetzungen stimmen, wird das Programm zum Erfolg. Ein weiterer Erfolgsfaktor: Die Läufer werden nicht kommerziell ausgeschlachtet, sondern das Training wird meistens zu einem unglaublich günstigen Preis und mit einem breiten Leistungsspektrum angeboten. Häufig garnieren Fachvorträge zu den Themen Ernährung, Medizin und Ausrüstung die Trainingspläne.

Welche Auswirkungen hat das Erfolgsmodell „Laufkurs“ auf die vielen Laufveranstaltungen im Kreis Gütersloh? Die bereits auf hohem Niveau liegenden Teilnehmerzahlen werden dadurch nicht weiter ansteigen. Wohl aber steigt die Zahl der gut vorbereiteten Teilnehmer – und damit ist ganz viel an persönlichem Genuss und gesundheitlicher Qualität gewonnen

wolfgang.temme
@ihr-kommentar.de



Comeback: Nach einer längeren, studienbedingten Pause meldete sich der Gütersloher Boxer Joschka Bambor (r.) eindrucksvoll im Ring zurück und sicherte sich gegen Baris Altun die Kreismeisterschaft im Schwergewicht.

FOTOS: HENRIK.MARTINSCHLEDDER

Auch oben ohne gehts zur Sache

BOXEN: BC Gütersloh gewinnt durch Bambor und Schmitz zwei Kreistitel

VON HENRIK MARTINSCHLEDDER

■ Gütersloh. Die Saison 2014 hat gerade erst angefangen und schon hat der Box-Club Gütersloh die ersten Titel gewonnen. Denn mit dem Viertelfinale der Kreismeisterschaft richtete der BCG am Samstag in der Sporthalle Wiesenstraße auch drei vorgezogene Endkämpfe aus und sowohl der A-Jugendliche Kai Rempel (16) als auch Schwergewichtler Joschka Bambor (28) gewannen ihre Duelle um den Titel des aus den Regierungsbezirken Detmold und Münster gebildeten Kreisverbandes.

Rempel traf im Halbweltergewicht auf einen ehemaligen „Stallgefährten“. Josef Coskunoglu (17) hat das Boxen in Gütersloh gelernt und wechselte vor einem Jahr zum Bielefelder Club Vorwärts. Der NRW-Meister von 2012 lieferte sich vor rund 360 Zuschauern einen harten aber fairen Schlagabtausch mit Rempel und unterlag nach Punkten.

Bambors Kampf gegen Baris Altun vom BC Erle war aus zwei Gründen der erste Höhepunkt des Turniers. Zum einen feierte der 28-Jährige nach zweijähriger, studienbedingter Wettkampfpause ein fulminantes



Sieger: Juldas Eisaew (l.) vom BC Gütersloh kontrollierte den Bielefelder Bora Karasu im Viertelfinale des Weltergewichts.

Comeback, zum anderen boxten die beiden – wie alle Meisterschaftsteilnehmer in der Männerklasse – erstmals ohne Kopfschutz. Im Juni 2013 hat der Deutsche Amateurboxverband seine Regeln entsprechend geändert, um den Sport für Zuschauer attraktiver zu machen. Im U18-Bereich sind die Kopfpolster aber weiter Pflicht.

„Boxen wie die Profis sehen viele Amateure positiv, denn sie müssen mehr auf ihre Deckung achten und haben eine bessere Übersicht, außerdem ist die Aussicht auf einen K.o.-Sieg

höher“, sagte Dr. Horst-Peter Strickrodt. Der BCG-Trainer steht dem „oben ohne Boxen“ jedoch skeptisch gegenüber, auch wenn es keine Belege dafür gibt, dass das Verletzungsrisiko höher ist. Warum der A-Lizenz-Inhaber an der neuen Regelung zweifelt, wurde beim Kampf Bambors deutlich. Der 28-Jährige dominierte die ersten beiden Runden, kam nach einigen Kopftreffern im dritten Durchgang aber in die Breddouille, ging zweimal zu Boden und rettete sich nur knapp über die Zeit. Der dritte Gütersloher Finalist war am Samstag Elias

Ermolaew. Der 13-Jährige unterlag Mike Zöllner von der SV Brackwede mit 1:2.

Auch am zweiten Highlight unter den 17 Kämpfen war ein Gütersloher beteiligt. Juldas Eisaew (24) revanchierte sich gegen Bora Karasu aus Bielefeld souverän nach Punkten für die Niederlage im letzten Jahr. Mit Newcomer Lucas Schmitz und Jakob Podkrajac bestritten zwei weitere BCG-Boxer Viertelfinalkämpfe. Während Schmitz Bill Edwin aus Bad Lippspringe in der 3. Runde durch Technischen k.o. bezwang, verlor der 16-Jährige allem Durchhaltevermögen zum Trotz. Hamza Rammo vom BC Erle hatte ihm kurz vor Schluss eine Platzwunde über dem Auge verpasst. „Ich wollte ihn ja rausnehmen, aber Jakob entschied sich, weiterzuboxen“, berichtete Strickrodt.

Wegen der großen Zuschauerresonanz, der beiden Titel und dem Weiterkommen von Eisaew und Schmitz zog Strickrodt zufrieden das Fazit des Saisonauftakts: „So ein stimmungsvolles Turnier hatten wir lange nicht mehr.“ Beim Finale in zwei Wochen in Bielefeld dürfen auch die beiden BC-Talente Justin Bender und Henry Günter, die am Samstag kämpflos weiterkamen, ran.

KURZ NOTIERT

Lange Sperre für Kuta
Fußball. Regionalligist KFC Uerdingen, am 15. Februar Gast des SC Verl, muss im Abstiegskampf in der Regionalliga West lange auf Meik Kuta verzichten. Der ehemalige Essener wurde am Montag von der Verbandsprüfkammer in Duisburg für acht Wochen gesperrt. Der offensive Mittelfeldspieler hatte in einem Testspiel gegen den VfL Rhede die Gelbrote Karte gesehen und daraufhin den Schiedsrichter unterhalb der Gürtellinie beleidigt, so dass dieser sich gezwungen sah, einen Sonderbericht anzufertigen.

Neue Trainer in der Oberliga
Handball. In der Oberliga der Frauen ist die Spvg. Steinhagen bei der Suche nach einem Nachfolger für die am Saisonende ausscheidende Trainerin Anja Kracht fündig geworden. Olaf Grintz (46) kommt vom Verbandsligisten VfB Holzhausen. Mit LiT Nordhemmern setzt noch ein weiterer Konkurrent des TV Verl in der neuen Serie auf einen neuen Coach. Uwe Ottensmeyer löst Matthias Husemeier ab.

Neue Gürtel für Kraft und Saup
TV Verl. Die Judoka Maja Kraft und Andreas Saup, haben die Schwarzgürtelprüfungen Dan 2 beziehungsweise 3 abgelegt. Bis zur nächsthöheren Prüfung müssen sie jetzt Praxiserfahrungen sammeln und vier oder gar fünf Jahre „Wartezeit“ einhalten. Dan 5 ist die höchste Schwarzgürtelprüfung im Judo.

Um die Quali zur Westdeutschen
Futsal. In Langenberg werden die Qualifikationsrunden zur westdeutschen Meisterschaft der B- und C-Junioren gespielt. Bei den B-Junioren treten am Samstag um 10.30 Uhr die SpVg Holzwickede, FSV Gevelsberg, SG Wattenscheid, FC Eisfeld, SC Paderborn, SV Lippstadt, VfB Warburg, Westfalia Soest, VfB Hülse und der SC Verl an. Am Sonntag ab 10 Uhr spielen die C-Junioren von SV Lippstadt, SC Paderborn, Preußen Lengerich, SG Wattenscheid, VfB Waltrop, SV Gosbach, Spvg Brakel, Westfalia Soest, TSG Sprockhövel und der SC Wiedenbrück ihre Quali aus.

54 Teilnehmer am ersten Laufkurs
DJK Bokel. Erstmals hatten die Jungkraftler mit Unterstützung der LG Burg Wiedenbrück zu einem Laufkurs eingeladen. 20 Teilnehmer wurden angepöbelt, aber am Montag lagen 54 Anmeldungen vor und der Versammlungsraum im Sportheim war überfüllt. Kursleiter Franz-Josef Wiesbrock schickte die Teilnehmer nach Einführungsvorträgen mit den Co-Trainern Jens Dreve und Tim Hansmeier auf die ersten Runden um die St. Anna-Kirche. Die abendlichen Spaziergänger staunten über die vielen Jogger, werden sich aber daran gewöhnen müssen, denn montags und mittwochs wird jetzt ab 19 Uhr trainiert und nach dem Ende des Kurses soll ein Lauftreff eingerichtet werden.

Landesligateam bleibt zusammen
TuS Brockhagen. Der Handball-Landesligist geht mit Lokman Direk in die neue Saison. Nach der Zusage des Trainers kündigte jetzt auch das Gros der Spieler an, weiterzumachen. Ausnahmen sind Linksaußen Mirko Meyer, der zur HSG Bockhorst/Dissen wechselt und möglicherweise Stefan Hermsbecker aus beruflichen Gründen.

Reckmeyer sichert Punktgewinn in Geseke

TISCHTENNIS: Jugend-Verbandsligist Gütersloh 7:7

■ Kreis Gütersloh (kl). Die Jugendmannschaft der DJK Avenwedde hat sich in der Tischtennis-Verbandsliga gegen den TTV Salzkotten II mit 8:0 behauptet, obwohl Nico Bohmann und Dustin Ristow fehlten. Beim Spitzenreiter musste nur Pascal Tielking gegen Sven Padubrin kämpfen und setzte sich erst in der Verlängerung des Entscheidungssatzes durch. Ansonsten schaffte das überforderte Schlusslicht nur noch vier Satzgewinne.

Der PSV Gütersloh sicherte sich mit einer starken kämpferischen Leistung ein 7:7 beim TV Geseke und einen wichtigen Punkt im Kampf um den Klassenerhalt. Die Gäste gewannen

durch Jan Luca Reckmeyer und Morris-Paul Grewling sowie Luis Greweling und Kerim Can Güvercin beide Doppel. Im ersten Einzeldurchgang behauptete sich zwar nur Greweling, doch dann lief es besser. Reckmeyer punktete noch zweimal, Greweling und Güvercin waren jeweils einmal erfolgreich.

Die Mädchen der TTSG Rietberg/Neuenkirchen hatten beim Verbandsligadritten TuS Altenbeken ohne Sarah Löher erwartungsgemäß keine Chance und unterlagen mit 2:8. Lediglich Miriam Günther konnte mithalten und sorgte durch ihre Siege für die beiden Punkte. Alle weiteren Spiele gingen klar mit 0:3 verloren.

Anzeige

Entscheidend ist auf'm Platz!

Gewinne 2 x 2 Sitzplatzkarten für Arminia Bielefeld – FC St. Pauli Sonntag, 9. Februar um 13.30 Uhr

Einfach 01378 40 66 02 anrufen und gewinnen!
Hotline nur heute und Donnerstag von 6 bis 24 Uhr geschaltet

Alle Anrufe werden teil. Gewinne werden ausschließlich über die Hotline abgerufen. Jeder Anruf aus dem deutschsprachigen Raum ist mit 0,10 € Mehrwertsteuer und 0,10 € Gebühren für die Verbindung belastet.

Neue Westfälische
...weil wir hier zuhause sind.

13564101_000314

Gold für Schneider und Schmedtkord

RINGEN: KSV Gütersloh auf NRW-Ebene stark

■ Gütersloh (sp). Mit zwei Gold-, einer Silber- und zwei Bronzemedailles haben die Nachwuchsringer des KSV Gütersloh in Mühlheim ihre Erfolgsserie bei den Landesmeisterschaften fortgesetzt. Eli Dzumalauv (74 kg) sicherte sich am Samstag den 3. Platz im griechisch-römischen Turnier der Junioren. Der C-Jugendliche Michael Wassiljew wurde Vierter in der Klasse bis 63 kg.

Am Sonntag trumpfte dann die E-Jugendlichen Sam Schneider (26 kg) und Valentin Schmedtkord (44 kg) im Freistil auf und wurden NRW-Meister. Wadim Rempel (23 kg) verpasste die Bronzemedaille mit einer knappen Punktniederlage im kleinen Finale knapp.

Von den Gütersloher D-Jugendlichen kam in Mühlheim nur Kevin Gurov (42 kg) als Dritter auf das Treppchen. Amadee Meisner (38 kg) wurde Vierter, Eric Gazenbiler (27 kg) Sechster und Louis-Quentin Schmedtkord (34 kg) Neunter.

Der A-Jugendliche Max-André Exner (50 kg) freute sich über die Vizemeisterschaft im klassischen Stil. Nur Aktepe landete in dieser Gewichtsklasse auf Platz vier. Ebenfalls Vierter wurde Konstantinos Papadopoulos (63 kg) vor Leon Feisel. In der Gesamtwertung aller Altersklassen erreichte der Nachwuchs des KSV Gütersloh den 6. Platz unter 33 Vereinen, die 253 Ringer nach Mühlheim geschickt hatten.

TSG-Mädchen feiern Siege

HANDBALL: Nachwuchsteams aus Harsewinkel in vier Kreispokal-Endspielen

VON ANNA KÜLKER

■ Harsewinkel. Glänzende Augen bei den Harsewinkeler Mädchen, hängende Köpfe bei den Jungen: Die Bilder nach den Finalspielen im Handball-Kreispokal sprachen Bände. Während der weibliche Nachwuchs der TSG zwei Titel holte und am Sonntag im Endspiel gegen die TG Hörste durch die C-Mädchen noch einen weiteren holen kann, ging die männliche Jugend leer aus.

A-Mädchen: TSG Harsewinkel – TV Verl 27:25. „Ich bin einfach nur glücklich“, sagte TSG-Coach Guido Schäfer nach dem knappen Erfolg seines Landesligateams gegen den Bezirksligavertreter. Wegen ihres Abschlusspechs und vielen technischen Fehlern mussten die Harsewinkelerinnen auf den ersten Führungstreffer durch Sabrina Laumann zum 21:20 (40.) lange warten. Die durch fünf Spielerinnen ihrer vom eigenen Finale angeschlagenen B-Jugend verstärkten Verliererinnen hielten aber weiter dagegen. „Dis die körperliche sowie spiele-

risch Überlegenheit der Harsewinkelerinnen gab dann den Ausschlag“, fand Verls Coach Ralf Ottensmeier. „Nach dem Ausfall von Vanessa Vollmer in der 1. Halbzeit hat Lara Uekötter ihre Sache im Rückraum super gemacht“, stellte Schäfer fest und lobte das Zusammenspiel mit Kreisläuferin Katharina Roggenland. Die TSG spielte mit Toppmöller, Rolf-Laumann (8/5), Roggenland (5), D. Vollmer, (5), Stockmann (3), Scheck, Uekötter, Kruck, C. Vollmer, Cati (je ein Tor).

B-Mädchen: TSG Harsewinkel – TV Verl 20:19. In der 1. Halbzeit, fanden die Harsewinkelerinnen in dem spannenden Spiel kein Mittel gegen den Angriff des Kreisligisten. Die Folge war ein 11:14-Rückstand. Eine nun aggressivere Deckung mit Jana Matuschewsky im Zentrum, starke Paraden von Torfrau Katharina Rolf und sichere Abschlüsse von Celine Richter sorgten nach dem Wechsel aber für die Wende. „Der TV Verl hat sich gut geschlagen und seine Tabea Werneke ist nun mal nicht wirklich zu verteidigen“,

lobte Trainer Dustin Lohde den Gegner und seine beste Spielerin. Für die TSG-Tore sorgten Richter (12), Reiker (4), Matuschewsky (2) und Nordgerling (2).

C-Jugend: TSG Harsewinkel – TG Hörste 29:23. Der Oberligist unterlag dem Bezirksligavertreter klar. Allerdings musste der Favorit auf vier Leistungsträger verzichten. „Wir haben wirklich gut gekämpft, es zu mehr hat es aber einfach nicht gereicht“, räumte Trainer Meier zu Wickern, der das Finale gerne verlegt hätte, ein.

B-Jugend: TuS Brockhagen – TSG Harsewinkel 23:20. Die Harsewinkeler führten zur Pause gegen den Landesligisten mit 11:9, verloren dann aber durch zahlreiche technische Fehler und Abschlusschwächen gegen einen starken Brockhagener Keeper den Faden. „Hinten lassen wir die Leute laufen und vorne macht sich in so einem engen Spiel eine schlechte Chancenauswertung halt bemerkbar“, ärgerte sich Trainer Matthias Christ, „denn von der Spielanlage her war mehr drin.“



Jubel: Lena Uhlenbrock, Isabell Perdum, Johanna Rolfs, Julia Friesen, Maria Robers, Jana Matuschewsky, Anna-Lena Meier, Theresa Nordgerling, Marie-Sophie Eggersmann, Katharina Rolf, Celine Richter, Malin Reiker (v.l.) siegten mit der Harsewinkeler B-Jugend.



Pokalsieger: Trainer Guido Schäfer freute sich mit den A-Mädchen Rebecca Dirkorte, Ninive Cati, Vanessa Vollmer, Fiona Temme, Katharina Rolf, Nadine Toppmöller, Verena Stockmann, Daniela Voller (hinten v.l.) Sabrina Laumann, Tanita Belke, Karolin Scheck, Katharina Roggenland, Lara Uekötter und Carla Kruck (vorne v.l.)