

4. RKS-Werfertag von Phoenix Mutterstadt am 05.03.2016 Die Phoenix-Senioren starten durch und Samantha Boruttas zweiter Streich!

Bei diesem Sportfest, das organisatorisch in ein Trainingslager eingebettet war, hatten die „Wetterfrösche“ starken Dauerregen und Kälteeinbruch vorhergesagt. Daher meldeten sich viele angemeldete Sportler/-innen kurzfristig ab. Doch erneut hatten wir Glück. Lediglich zu Beginn der Veranstaltung regnete es etwas (siehe Bild), so dass die 17 verbliebenen Sportler/-innen unbeeinträchtigt gute Leistungen zeigen konnten.



Die von Phoenix-Trainer Lutz Caspers optimal vorbereitete und eingestellte B-Jugendliche Samantha Borutta schleuderte ihr „Arbeitsgerät“ insgesamt sechs Mal (!) über die begehrte 51-m-Linie. Die besten Weiten wurden schließlich mit 52,03 und 52,20 m notiert. Dieser neue Phoenix-Vereinsrekord bedeutet gleichzeitig Rang 8 in der aktuellen DLV-Bundesbestenliste, nur 1,75 m von Platz 6 entfernt! Bei den bevorstehenden drei Frühlingswettkämpfen in Alzey und Mutterstadt sind bei der derzeitigen Hochform weitere und deutliche Verbesserungen zu erwarten.



*Samantha Borutta mit Vater Peter
in der Wettkampfpause!*

Zusätzliche „Coups“ landete die aufstrebende Nachwuchsathletin mit ihren deutlichen Siegen beim Gewichtwerfen (21,54 m – Vereinsrekord!), Steinstoßen (7,71 m) und RKS-Dreikampf (2.318 Punkte – Vereinsrekord)!

Stark präsentierten sich auch die Gäste. Herausragend waren hierbei im Hammerwerfen die vom VfL Waiblingen angereisten Silke Finkbeiner (mit Deutschem Rekord – 49,81 m), Sylvia Beyer (39,35 m) und Michael Erhardt (48,99 m), alle AK 50!



Silke Finkbeiner beim Hammerwurf!

Michael Erhardt siegte zudem auch noch im Gewichtwerfen sehr deutlich (18,76 m). Die höchste Punktzahl des Tages im Weight-Pentathlon lieferte der 80-jährige Leander Rückeshäuser (TSG Heidesheim) mit 3.869 Punkten ab. Alessandro Minnella (MTG Mannheim) verbesserte sich in der Klasse U 16 mit dem Wurfhammer auf 49,81 m und liegt damit gut platziert in der aktuellen deutschen Bestenliste. Stark war erwartungsgemäß auch der Senioreneuropameister im Speerwerfen, Helmut Hessert (M 70) vom TSV Schott Mainz, der im Speerwerfen nur knapp an der 40 m-Grenze scheiterte und im Wurf-Fünfkampf mit guten 3.488 Punkten Torsten Lange von Phoenix (3.112P.) das Nachsehen gab.



Die Speerwerfer/-innen in der Vorbereitungsphase (vorne Helmut Hessert)!

Deutlich verbessert zeigte sich im Wurf-Fünfkampf auch dessen Teamkollegin Katrin Oppermann, die auf 3.058 Punkte kam. Mario Göthel (M 55) lieferte 2.959 Fünfkampfpunkte ab. Ferner siegte er mit dem schweren RKS-Steinstoßgerät mit ordentlichen 6,78 m und zeigte sich hierbei technisch verbessert. Im RKS-Dreikampf

steigerte er sich auf 1.921 Punkte. Im Kommen ist der Deutsche Meister Gerhard Zachrau (M 65). Zwar „ließ“ er beim Hammerwerfen „einige Meter liegen“ (41,50 m), doch zeigte er zumindest beim Gewicht- und Heavy-Weight-Werfen (20,00 bzw. 16,84 m) aufsteigende Tendenz. Den Wurf-Fünfkampf beendete der amtierende Deutsche Meister mit 3.379 Punkten. Im Diskuswerfen ist er ebenfalls wieder im Kommen.

Im RKS-Dreikampf siegte Torsten Lange mit ordentlichen 2.098 Punkten vor Helmut Hessert (1.977), nachdem beim LA-Wurf-Fünfkampf noch Hessert die Nase vorne gehabt hatte. Hans Joachim Heinzl siegte in der Mittelgewichtsklasse (RKS)



*Hans Joachim Heinzl beim Steinstoßen!
Mario Göthel beim Hammer- und Helmut Hessert beim Gewichtwurf!*

Bei den M 80 (MS 5) lag Erich Kreit (Phoenix) am Ende mit 1.735 RKS-Dreikampfpunkten hauchdünn vor seinem Teamgefährten Dr. Ernst Zuber, der 1.733 Zähler notieren ließ. Im Hammerwerfen und Steinstoßen dagegen hatte Dr. Zuber jeweils die Nase knapp vor Kreit, der wiederum im Fünfkampf den 2. Platz der M 80 belegte.

Im Fünfkampf der Klasse M 85 kam Dr. Zuber auf sehr gute 3.390 Punkte und ist gerüstet für die kommenden Seniorenmeisterschaften.



*Torsten Lange prüft beim Einwerfen der Speerwurfdisziplin
die Schärfe der Speerspitze.*

Claudia Ernst-Offermann belegte bei den W 50 vier Mal Rang 2. Im RKS-Dreikampf dürfte sie schon sehr bald die 2.000-Punkte-Grenze überschreiten. Im Hammer- und Gewichtwerfen (35,58 bzw. 17,04 m) zeigte sie sich ebenso deutlich verbessert wie

ihre Teamgefährtin Katrin Oppermann (W 60), die in diesen Disziplinen auf 31,71 bzw. 17,18 m kam. Zusätzliches Potenzial offenbarten die beiden Athletinnen auch im Stein- und Kugelstoßen, wo demnächst deutliche Weitenverbesserungen zu erwarten sind. Ishild Müller (W 75) rundete das gute Gesamtergebnis für Phoenix mit einem Fünffachsieg ab. Ihre besten Szenen hatte sie hierbei beim Steinstoßen und Hammerwerfen.



Nach getaner Arbeit (v.l.n.r.: Claudia Ernst-Offermann – Erich Kreit mit Banane – Helmut Hessert bei seinem ersten Statement – Hans Joachim Heinzl – Torsten Lange).

Den Abschluss feierten wir im nahegelegenen Vereinsheim der FG 08 Mutterstadt (Kegelcenter).



Blick auf die Diskussionsrunde!

Da die theoretische Nachbereitung der zahlreichen absolvierten Wurfdisziplinen sehr intensiv betrieben wurde, wurde es verständlicherweise wieder einmal sehr spät.