



**ALMIR VELAGIC**

will nach seiner Verletzung schnellstmöglich wieder an die Hantel greifen

Nr. 80

15.11.2008

## **SV Obrigheim gegen TSV Heinsheim**

15.11.2008 – 19.30 Uhr

Neckarhalle Obrigheim

Vorkampf um 16.30 Uhr:

SV Obrigheim II gegen AC Weinheim

**Die Vorzeichen sprechen für einen spannendes Derby!**

Eine besonders hohe Attraktivität geht für die Zuschauer immer von den Begegnungen der Nachbarteams TSV Heinsheim und SV Obrigheim aus. Dies liegt zum einen daran, dass zwischen den beiden Gewichtheberhallen gerade mal 11 km liegen und beide Vereine bereits seit langem freundschaftlich miteinander verbunden sind.

Zum anderen liegt es aber auch daran, dass die Heinsheimer bereits mehrfach die oftmals favorisierten Obrigheimer Gewichtheber unter Druck setzen konnten. Im Jahr 2003 beispielsweise konnten sich die Obrigheimer mit nur 9,5 Relativpunkten Vorsprung zu einem Sieg retten. Auch der heutige Wettkampf hat die besten Voraussetzungen um spannend zu werden. 22,2 Punkte beträgt der Unterschied der Saisonbestleistungen der beiden Teams und sowohl der Gastgeber als auch der Aufsteiger Heinsheim wollen sich noch deutlich steigern.

**Die Hantelsblatt wünscht ihnen viel Vergnügen beim Derby und einen spannenden Gewichtheberabend!**

**Werner Diemer bewältigt zum zweiten Mal die Marathonstrecke.**

Das 52-jährige Vorstandsmitglied der Obrigheimer Gewichtheber, welches sich schon vor mehreren Jahren dem Ausdauersport verschrieben hat, trat am 28.09.2008 zu seinem zweiten Marathon an. Austragungsort des so genannten „schnellsten Marathons der Welt“ war die Bundeshauptstadt Berlin. W. Diemer nutzte die Kulisse unter strahlender

Herbstsonne und den Augen von über 500.000 Zuschauern und erreichte eine Bestleistung von 3:42:44 Std.



Der Lauf wurde seinem Namen gerecht, da der Äthiopier Haile Gebrselassie, die 42,195 km, als Erster der 40.000 Läufer in neuer Weltrekordzeit lief.

DER INHALT IM ÜBERBLICK

Begrüßung	Seite 4
Der TSV Heinsheim	Seite 8
SVO gegen Duisburg	Seite 10
Durlach gegen SVO	Seite 14
Punktequiz	Seite 16
Im Gespräch mit ...	Seite 18
10 Jahre Aerobic-Gruppe	Seite 22
Die Mannschaft des SVO	Seite 24
Der AC Weinheim	Seite 30
2. Bundesliga	Seite 32
Landesliga	Seite 34
Jugendinfo	Seite 35
DM der C-Jugend	Seite 39
Mastersinfo	Seite 42
Die Relativabzugstabelle	Seite 43
Zahlen, Daten, Fakten	Seite 44
Leistungen im Überblick	Seite 46

IMPRESSUM

**Herausgeber:** SV Obrigheim, Abt. Gewichtheben **Anschrift:** Im Rotletterle 5, 74847 Obrigheim **Redaktion:** C. Diemer, V. Hauß, T. Hauß, K. Ockert **Mitarbeit:** W. Diemer, F. Hauß **Druck:** Metzger-Druck Obrigheim **E-Mail:** hantelsblatt@gmx.de





**Werte Freunde des Obrigheimer  
Gewichthebersports!**

Nach dem "Projekt 2008", mit dem Gewinn der Deutschen Mannschaftsmeistermeisterschaft, sind unsere Heber sehr schwer in die laufende Runde hineingekommen. Bedingt durch Verletzungen und berufliche Verpflichtungen konnten die Trainingsumfänge nicht in dem Maße durchgeführt werden, dass es für zwei Auftaktsiege gereicht hätte. Mit 636,6 Punkten musste man im letzten Auswärtskampf in Durlach eine Niederlage einstecken.

Zum heutigen Lokalderby gegen den TSV Heinsheim stehen die Aussichten auf einen Heimsieg aber wieder günstiger. Die Gäste starteten mit Kübler, Wittmann, Teichert, Heinzelmann, Ehemann und Osuch in die Runde und erreichten 614,2 Punkte bei der Heimniederlage gegen St Ilgen. Sie bewegen sich also z.Zt. auf Augenhöhe mit dem SVO und streben sicher eine Verbesserung der Rundenbestleistung an. Mit dem Einsatz von Almir Velagic und einer weiteren Steigerung aller Heber in unserer Mannschaft, sollte die Generalprobe für den Auswärtskampf gegen St. Ilgen aber doch deutlich gewonnen werden.

Am 13.12.08 in St. Ilgen wird man dann aber nur bestehen können mit Topleistungen aller Heber und einer Besetzung des Ausländerplatzes mit einem Spitzenathleten. Ob dies gelingt, lassen wir uns überraschen.



Mit der Präsentation der neuen Werbewand hinter der Heberbühne ist uns auch ein erster Schritt gelungen, die Werbepartner des SV Obrigheim noch besser zu präsentieren. Vielleicht sehen auch sie dort noch freie Stellen, helfen sie mit diese zu füllen.

Noch ein Wort an alle Gewichtheberfreunde. Sicher kann unsere Mannschaft in dieser Saison nicht die Superleistungen der letzten Runde wiederholen, doch jeder Heber wird immer versuchen, sein Bestes zu geben. Geben wir der Mannschaft Zeit und Rückendeckung, sich mit den Neuzugängen weiterzuentwickeln.

Bleiben sie uns als Zuschauer und Fan gewogen, bringen sie Freunde und Bekannte mit, denn es soll auch in Zukunft heißen: „Bei den Heimkämpfen der Obrigheimer Gewichthebern ist immer etwas los!“

Für den heutigen Kampf wünsche ich ihnen und uns allen guten Sport, neue Bestleistungen und natürlich einen Heimsieg unserer Mannschaft.

*Bruno Völker*

Bruno Völker  
Abteilungsleiter Organisation und Verwaltung  
Vorsitzender des Förderkreises Gewichtheben



Unser heutiger Gegner:

## TSV Heinsheim

Im zweiten Heimkampf der Vorrunde erwartet der SV Germania Obrigheim den TSV Heinsheim zum Lokalderby. Nach der Niederlage in Durlach gibt es für die Heimmannschaft einiges wieder gut zumachen.



Doch auf die leichte Schulter sollte man den heutigen Gegner auf gar keinen Fall nehmen. Denn durch die geringe Entfernung werden sicher sehr viele Heinsheimer Fans in die Neckarhalle pilgern, um ihr Team leidenschaftlich zu unterstützen. Dies wird die Mannen aus dem Bad Rappenauser Vorort sicher beflügeln und zu Höchstleistungen treiben. Wenn die Obrigheimer sich nicht gewaltig steigern, ist ein sehr enger und spannender Wettkampfverlauf zu erwarten.

Der TSV Heinsheim wurde in der letzten Saison Meister der Zweiten Bundesliga Südwest und schaffte somit den Aufstieg in die Erste Liga. Bisher absolvierten sie erst einen Wettkampf gegen den AC Germania St. Ilgen, der nur knapp verloren

wurde. Sie erzielten dabei 614 Relativpunkte.

Heinsheim ist der Heimatort unseres Bundesligahebers Ingo Fein, wodurch das Duell eine besondere Brisanz erhält. Doch zum alten Bruderduell zwischen Ingo und seinem Bruder Ralf wird es nicht mehr kommen, da Ralf Fein nach der letzten Saison seinen Rücktritt aus der Bundesligamannschaft erklärte. Im Kader des Gegners stehen Oliver Ehemann, Falk Künzel, Marcel Heinzlmann, Michael Teichert, Kai Wittmann und Erik Kübler.

Auf der Position des Ausländers ist seit vielen Jahren der Bulgare Ilian Tzankov eine feste Größe. Doch durch die vorolympischen Dopingfälle in der bulgarischen Nationalmannschaft wurden sämtliche bulgarischen Heber für Auslandswettkämpfe gesperrt. Daraufhin verpflichteten die Heinsheimer den Polen Osuch vom SSV Samswegen. Inzwischen ist die Sperre für die Bulgaren wieder aufgehoben und somit hat der TSV Heinsheim das Luxusproblem, zwei ausländische Heber in seinen Reihen zu haben. Starten kann aber immer nur einer.

Da Ilian Tzankov wohl seine letzte Saison im Heinsheimer Dress bestreitet, hat man sich dazu entschlossen, die beiden Heber abwechselnd einzusetzen. Im Kampf gegen Obrigheim wird aller Voraussicht nach Ilian Tzankov seinen letzten Auftritt in der Obrigheimer Neckarhalle haben. Das Obrigheimer Publikum kann sich also noch einmal auf diesen Ausnahmeathleten freuen, der durch seine konstanten Leistungen in fast jedem Bundesligakampf zum besten Heber avancierte.



Obrigheim – Duisburg:**Neue Mannschaft, müheloser Sieg**

Etwa ein halbes Jahr nach dem Gewinn der Deutschen Meisterschaft begann das Vorhaben Titelverteidigung in der Neckarhalle. Dabei rieben sich sicherlich viel Zuschauer die Augen, denn in dieser Konstellation ist der SV Germania Obrigheim noch nicht angetreten. Teamchef Edmund Ehrmann hatte alle Mühe eine schlagkräftige Truppe zusammenzustellen, da die Vorbereitung alles andere als gut verlaufen war. Der bereits perfekte Wechsel des Olympia-Zweiten Vencelas Dabaya platzte, da dieser sich verletzt hatte und voraussichtlich für ein halbes Jahr ausfällt. Damit würde er im wichtigen Kampf gegen St Ilgen nicht zur Verfügung stehen. Ebenso verletzungsbedingt konnten Almir Velagic und Marco Frick nicht an die Hantel treten. Jörg Mazur und Ingo Fein hatten beide nach dem Finale ihren Rücktritt angekündigt.

Dennoch wurde der VfL Duisburg mit 626,0 zu 552,4 Punkten recht deutlich geschlagen. Einen großen Anteil daran hatte das erst 14-jährige Eigengewächs Nico Müller (Bild oben).

Ingo Fein erkannte den Personalmangel in seinem Team und startet im Alter von 37 Jahren in seine 12. Saison für den SVO.

Er brachte sechs blitzsaubere Versuche mit 110 Kilo im Reißen und 126 Kilo im Stoßen auf die Bühne. Dies brachte ihm mit 114 Relativ-



besten Punktzahl seiner Mannschaft und er übertraf sogar seinen Trainer Oliver Caruso. Dieser musste sich mit, für ihn bescheidenen 105 Punkten begnügen. Die momentane berufliche Belastung und der parallele Hausbau fordern ihren Tribut und ließen kein regelmäßiges Training zu.

Dass er nicht nur hinter den Kulissen als Chef des Showteams das Vorprogramm präsentieren kann, sondern auch selbst im Rampenlicht stehen kann zeigte Thorsten Hauß. Der 30-Jährige war im Reißen noch reichlich nervös und konnte nur seinen ersten Versuch an 125 kg gültig gestalten. Im Stoßen zeigte er sein Kämpferherz mit



166 kg. Der Lohn waren 90 Punkte auf dem Konto des Bankkaufmanns.

Eine ebenfalls solide Leistung lieferte Carsten Diemer mit fünf gültigen Versuchen ab. Leider konnte er seinen letzten Versuch im Stoßen wegen einer technischen Unachtsamkeit nicht gültig gestalten, dennoch verbuchte er 97 Punkte für die Mannschaft.

Den Rücktritt vom Rücktritt präsentierte der 37-jährige Ingo Fein, der das Flehen von Teamchef Ehrmann er hörte. Er schnürte also wegen den Personalproblemen nochmals die Gewichtheberschuhe. Dabei zeigte er, dass er nichts verlernt hat und konnte mit nur zwei Wochen Hanteltraining bereits 90 Punkte beisteuern. Vielleicht sollte er die Schuhe noch ein Weilchen anbehalten!?

Sein Debüt im Obrigheimer Dress gab der vom AC Forst gewechselte Rene Horn. Dabei schwächelte er etwas im Reißen mit nur einem gültigen Versuch an 135 kg. Dafür präsentierte er sich topfit in seiner Paradedisziplin, dem Stoßen an 186 kg. Mit den damit erreichten 130 Punkten avancierte er sogleich zum punktbesten Heber der Obrigheimer.

Geschlagen wurde er nur vom Armenier Artyom Krtschyan mit 138 Punkten auf Duisburger Seite, die aber dennoch zu keinem Zeitpunkt eine Siegchance besaßen. Aber Duisburg wird nicht immer der Gegner sein, sodass eine Steigerung notwendig ist und auch kommen wird. Denn das Ziel ist die Finalteilnahme!

---

Neuzugang Rene Horn war bei den Wettkämpfen gegen Duisburg und Durlach jeweils bester Heber seines Teams.

Durlach – Obrigheim:

### **Jede Runde wieder**

Am 18.10.08 zum Auswärtskampf KSV Durlach gegen SV Germania Obrigheim war sicher noch nicht Weihnachten. Aber man fühlte sich ein bisschen an das Weihnachtslied alle Jahre wieder erinnert. Wie in der Runde 2007/ 08 verlor die Obrigheimer Mannschaft gegen die starken Heber aus Durlach.

Diesmal benötigten die Karlsruher Vorstädter allerdings kein Loch auf Obrigheimer Seite. Dies lag vor allem an der angespannten Personalsituation. Der Olympia-Achte Almir Velagic operierte noch an einer Ellenbogenverletzung, ebenso wie Marco Frick. Weiter blieb auch der Ausländerplatz unbesetzt, da sich auch der französische Olympia-Zweite Vencelas Dabaya wie bereits oben erwähnt verletzt hatte und kurzfristig nicht ersetzt werden konnte.

Aber selbst mit Almir Velagic und Marco Frick hätte sich der Rest der Mannschaft noch steigern müssen um Durlach zu schlagen.

Die Steigerung des Mannschaftsergebnisses zum letzten Wettkampf von nur mageren zehn Punkten war ein Beweis dafür, dass nach der Sommerpause die



Mannschaft erst langsam Fahrt aufnimmt. Auch der Ausfall des Durlacher Stammhebers Max Platzer konnte leider nicht genutzt werden, da dieser adäquat ersetzt werden konnte. Außerdem hatten die Karlsruher mit Robert Oswald (133) und dem Bulgaren Stefan Georgiev (130) die stärksten Heber auf ihrer Seite.

Trotz einer Steigerung von 15 Punkten gegenüber dem Heimkampf gegen Duisburg konnte Oliver Caruso diese Punktzahl noch nicht schlagen. Die 120 Punkte konnten sich allerdings sehen lassen und waren mit sechs gültigen Versuchen souverän vorgetragen.



Der leitende Landestrainer des BWG Oliver Caruso kämpft gemeinsam mit seinem talentiertesten Nachwuchsathleten Nico Müller in der Bundesligamannschaft des SVO.

Geschlagen wurde er auf Obrigheimer Seite nur von Rene Horn (122,6). Er

leistete sich dafür aber weniger souverän drei Fehlversuche. Er war allerdings auch auf einem kräftezehrenden Feldwebellahrgang in Sonthofen. Im Gleichschritt um jeweils fünf Punkte steigerten sich Ingo Fein und Carsten Diemer. Der „alte Mann“ Ingo konnte es wieder einmal nicht lassen und folgte dem verzweifelten Ruf von Teamchef Edmund Ehrmann nochmals an die Hantel zu greifen. Im Kampf gegen seinen Heimatverein Heinsheim wird er nach den sechs gültigen Versuchen in Durlach sicher noch etwas drauf packen.

Dies hat sich sicher auch Carsten Diemer vorgenommen. Der Polizeibeamte präsentierte in der ersten Disziplin sauberes und gutes Reißen. Leider platzte der Knoten im Stoßen erst im dritten und nicht schon im zweiten Versuch an 167 kg.

Unter den Erwartungen bei seinem ersten Einsatz blieb leider der Ungar Laszlo Kiraly. Er bracht nur vier gültige Versuche und 84 Zähler in die Wertung. Eigentlich hatte man mit einem dreistelligen Ergebnis gerechnet.

Dafür erfüllte der erst 14-jährige Nico Müller wieder alle Erwartungen, obwohl er sich diesmal mit 113 Punkten seinem Trainer Oliver Caruso beugen musste. Bei einem gültigen Versuch an 130 Kilogramm im Stoßen wäre er ganz nahe rangekommen. Doch leider scheiterte er nach gutem Umsatz im Ausstoß oder wollte er sich den Rekord für den Heimkampf aufheben?

Steigerungen werden auf jeden Fall notwendig sein, denn ab jetzt muss jeder der restlichen Wettkämpfe gewonnen werden, um das Finale zu erreichen.



Sehr schwer hatten es diesmal die Teilnehmer am Punktequiz, wie eigentlich bei jedem Wettkampf zum Rundenaufakt. Es ist schwer die Mannschaft einzuschätzen. Aber dadurch, dass mit Jörg Mazur ein Athlet seine aktive Laufbahn beendet hatte und zudem noch mit Almir Velagic und Marco Frick zwei weitere Stammheber verletzungsbedingt fehlten, war von vorneherein kein überragendes Ergebnis zu erwarten. Das wurde auch so in den Presseveröffentlichungen bekannt gegeben. Natürlich hat die Mannschaftsleitung ein etwas höheres Ergebnis erwartet, aber es hat nicht sollen sein.

Vor diesem Hintergrund verwundert nicht, dass die Tipper aus dem hiesigen Bereich optimistisch vorsichtig tippten.

So lagen fast alle mit ihren Tipps über der Leistung der Mannschaft.

Zwei Mitspieler lagen mit ihrem Tipp unter der Mannschaftsleistung und gewannen auch gleich den 1. und 3. Preis des Punktequiz.

Die höchsten Tipps kamen, was auch nicht verwundert, von den nicht informierten Gästen aus Duisburg. Die mitgereisten Fans erwarteten von den Obrigheimern eine Leistung von weit über 800 Punkten, der höchste Tipp aus Duisburg lag bei 864 Punkten.

Goldrichtig lag die Familie Neumann aus Mosbach. 3 Familienmitglieder landeten mit ihrem Tipp in den Preisrängen.

**Die Preise des Punktequiz vom 04.10. liegen an der Kasse für die unten genannten Gewinner bereit.**

Mannschaftsleistung 626,0 Punkte

**Teilnehmer** : 91 (ca. 25 % der Zuschauer)

**Abweichungen:**

über 100 Punkte : 7 ( 7,7 % der Teilnehmer)  
 50 bis 100 Punkte : 45 ( 49,5 % der Teilnehmer)  
 10 bis 50 Punkte : 35 ( 38,5 % der Teilnehmer)  
 0 bis 10 Punkte : 4 ( 4,3 % der Teilnehmer)

Höchster Tipp: 864,0 Punkte niedrigster Tipp: 618,0 Punkte

Jackpot für den genauen Tipp **50 €**

Teilnehmer mit der **weitesten Anreise**: Herr Andre Bartels, Duisburg

<b>Die Gewinner:</b>	<b>Die Punkte</b>	<b>Der Gewinn</b>	<b>Der Spender</b>
1. R. Neumann, Mosbach	622,5	Kinderfahradhelm	Fa. Levior
2. B. Neckarzimmern	633,3	Verzehrgutschein 30 €	Hohbergklaus
3. S. Neumann, Mosbach	618,0	Friseurutschein 20 €	Friseur Elena, Dallau
4. M. Neumann, Mosbach	635,4	Adidas Kulturbeutel	Fa. Rajakov
5. E. Rau, Obrigheim	638,0	Adidas Kulturbeutel	Fa. Rajakov
6. W. Geier, Obrigheim	642,9	Schweizer Taschenmesser	
7. S. Jakob, Obrigheim	643,5	Buchpreis	
8. B. Gehrig, Obrigheim	647,0	Thermosflasche	





Mit insgesamt 81 Bundesligaeinsätzen gehört **Carsten Diemer** zu den Routiniers der Obrigheimer Mannschaft. Als einziger Heber hat er es geschafft bei allen sechs Finalteilnahmen des Obrigheimer Teams in der Aufstellung zu stehen.

Die Hantelsblatt-Redaktion hat den 30-jährigen Polizeibeamten, der in diesem Jahr in seine 15. Bundesligasaison startet, zum Interview gebeten und dabei zum bisher Erreichten bzw. zu den Zielen der Obrigheimer Erstligamannschaft in der laufenden Saison befragt.

**Carsten, bisher konnte die Obrigheimer Mannschaft erst eine der beiden Begegnungen gewinnen und auch bei der Punktezahl ist man einiges mehr von den Obrigheimern gewohnt. Was war bisher los?**

Ich glaube jedem Mannschaftsmitglied ist bewusst, dass wir vor allem was die Leistung angeht noch deutlich zulegen müssen. Die Niederlage gegen Durlach sehe ich als nicht so dramatisch an -

durch unsere geringe Leistung haben wir es den Durlachern einfach zu leicht gemacht. Durlach hat in dieser Saison bereits gegen St. Ilgen verloren und dieser Umstand bedeutet für uns eine gute Voraussetzung auf die Finalteilnahme, wenn wir ab jetzt alle Wettkämpfe gewinnen.

**Um St. Ilgen - den wohl stärksten Gegner in dieser Saison - zu schlagen fehlen aber noch fast 100 Punkte?**

100 Relativpunkte sind schon eine ganze Menge. Man muss aber berücksichtigen, dass bei uns momentan zwei Stammheber – nämlich A. Velagic und M. Frick – fehlen. Außerdem ist auch der Ausländerplatz noch unbesetzt und man muss kein Experte sein um zu sehen, dass unsere Resultate in Bestbesetzung wieder ganz anders aussehen werden.

**Das Ziel für die Mannschaft ist also eine Siegesserie in den kommenden Begegnungen. Wie lauten die Ziele von Carsten Diemer für die Saison 2008/09?**

In der vergangenen Saison habe ich verletzungsbedingt zu spät mit dem Training angefangen. Das hat dazu geführt, dass ich eigentlich nie das Niveau hatte, welches ich mir vorgenommen habe. In diesem Jahr habe ich eine andere Marschrouten. Meine Trainingsgewichte sind zwar momentan noch eher niedrig, aber ich habe kontinuierlich trainiert und will vor allem bei den beiden Wettkämpfen gegen St. Ilgen mehr als 130 Punkte machen.



**Du hast gerade die vergangene Saison angesprochen. Obwohl du mit deinen Leistungen eher unzufrieden warst, so muss doch das Finale genau nach deinem Geschmack gewesen sein.**

Wenn jetzt mit ein bisschen Abstand darüber nachdenke, so kann ich mir eigentlich keinen besseren 30. Geburtstag vorstellen. Ich habe gemeinsam mit der Mannschaft in der Nacht auf den 05.04. auf Schloß Neuburg übernachtet. Danach habe ich einen aufregenden Tag genossen, an dem die Spannung stets gestiegen ist und abends durfte ich dann überraschend doch noch aktiv ins Geschehen eingreifen und meinen Teil zum Gewinn des Meistertitels beisteuern.

**Nach all den Mühen hast du dann aber sicher die Sommerpause genossen?**

Ganz und gar nicht. Ich engagiere mich in meiner Freizeit beim Bundesverband Deutscher Gewichtheber und habe Anfang Juli gemeinsam mit dem damaligen BVDG - Geschäftsführer Jochen Stüber das Olympiaqualifikationsturnier in Heidelberg organisiert. Die Veranstaltung war ein voller Erfolg und die guten Ergebnisse der deutschen Gewichtheber in Peking kennt ja jeder.

Anfang September war dann aber doch noch eine Phase der Erholung angesagt. Gemeinsam mit einem Teil der Mannschaft war ich drei Tage auf Mallorca.

**Die Sommer- und Urlaubspausen sind jetzt vorbei und die Saison ist in vollem Gange. Deshalb nun zum Abschluss des**

**Interviews die beiden obligatorischen Fragen: Wer gewinnt heute Abend und wie viele Punkte macht der SV Obrigheim bei der Begegnung gegen den TSV Heinsheim?**

Wie bereits oben erwähnt ist es Ziel der Mannschaft die kommenden Wettkämpfe – also auch den gegen Heinsheim – zu gewinnen. Bezüglich der Punktezahl bin ich der Meinung, dass es Zeit ist, dass wir die 700er-Marke knacken!



Carsten Diemer ging beim Bundesligafinale am 05.04.2008 im Stoßen an den Start und brachte als Ersatz für den verletzten Ingo Fein drei Versuche in die Wertung.



## 10 Jahre Aerobic-Fitness-Gruppe

Was vor 10 Jahren aus einer Laune heraus begann, ist mittlerweile zum festen Bestandteil der Abteilung Schwerathletik geworden: **Die Aerobic-Fitness-Gruppe**. Seit 10 Jahren treffen sich jeden Dienstagvormittag unter der Leitung von Christel Brodhäcker 10 bis 15 Frauen im Gymnastikraum. Herzkreislauf-Training (Step-Aerobic), Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur sowie Dehn- und

Entspannungsübungen stehen auf dem sportlichen Programm – alles unter dem Motto: **Beweg Dich!**

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann schnuppern Sie unverbindlich bei uns mal rein.

Wir treffen uns jeden Dienstagvormittag um 08.30 Uhr im Trainingsraum der Schwerathleten. Neuzugänge sind willkommen.



Die Aerobic-Fitness-Gruppe in ihrem 10-jährigen Jubiläum unter der Leitung von Christel Brodhäcker





**Die 1. Bundesligamannschaft der Obergheimer Gewichtheber in der Saison 2008/2009**

Stehend von links: Betreuer V. Hauß, Teamchef E. Ehrmann, Ingo Fein, Almir Velagic, Oliver Caruso, Carsten Diemer, Physiotherapeut D. Belvedere, Betreuer A. Strompf  
Sitzend von links: Rene Horn, Nico Müller, Thorsten Hauß (auf dem Bild fehlt Marco Frick)

Mindestens zehn Personen umfasst das Team des SV Germania Obrigheim, wenn die Bundesligamannschaft zu einem Wettkampf antritt.

Neben den sieben Sportlern (6 Mannschaftsmitglieder und 1 Ersatzmann) werden an dieser Stelle die Personen vorgestellt, die für den Erfolg der Mannschaft unersetzbar sind, ohne dabei ein einziges Gewicht zu stemmen.



**Edmund Ehrmann** (59) ist seit 1990 der Teamchef der Obrigheimer Erstligamannschaft. Unter seiner Führung konnte die Mannschaft in sechs Bundesligafinals ein-

ziehen und dabei zwei Mal die Deutsche Meisterschaft erkämpfen. E. Ehrmann kennt sich nicht nur hervorragend mit dem Sport an sich aus, sondern ist auch mit den Regeln der Gewichtheber-Bundesliga bestens vertraut.

Außerdem gilt er als exzellenter Taktiker, der auch in den größten Stressmomenten einen kühlen Kopf behält.

**Damiano Belvedere** (44) ist in erster Linie für die Gesundheit des Teams verantwortlich.

Der Physiotherapeut aus Mosbach, der die Mannschaft bereits seit 1994 betreut, knetet aber nicht nur die Muskeln der starken Männer sondern gilt als Vertrauensperson der Sportler.

Damiano Belvedere ist seit über zehn Jahren Physiotherapeut der deutschen Gewichthebernationalmannschaft und war



zuletzt bei den Olympischen Spielen in Peking im Einsatz.



**Volker Haub** (31) war früher selbst Mitglied der Obrigheimer Erstligamannschaft. Der stellvertretende Jugendleiter des SVO und Jugendwart des BWG kümmert sich bei den Wettkämpfen meist um Carsten Diemer und Nico Müller. Sein enormes Fachwissen im Gewichtheben und die ebenfalls vorhandene Fähigkeit stets einen kühlen Kopf zu bewahren machen ihn aber bei allen Mannschaftsmitgliedern zu einem beliebten Betreuer.



Ebenfalls Bundesligaauf Erfahrung hat **Axel Strompf** (44). Bis 1993 stemmte er selbst in Obrigheim die Hantel. Seit der Saison 2004/05 ist er nun auch als Betreuer seines

ehemaligen Teams aktiv. Vor allem Marco Frick wird bei den Wettkämpfen von A. Strompf gecoacht und zu Höchstleistungen motiviert.

Selbstverständlich ist diese Vorstellung nicht abschließend. Je nach Bedeutung des Wettkampfes und Stärke des Gegners wirken bis zu 8 Personen bei einem Wettkampf hinter Bühne mit.

Bei solchen Wettkämpfen hat meist jeder Athlet einen eigenen Betreuer und E. Ehrmann kann sich bei seinen taktischen Überlegungen auf die Hochrechnungen von Werner Diemer verlassen.



**Oliver CARUSO**

**Alter:** 34  
**Beruf:**  
 Diplom-Trainer,  
 Landestrainer BW  
**Familienstand:**  
 verheiratet, 2 Kinder



**Bestleistungen:**

Reißen: 182,5 kg  
 Stoßen: 220,5 kg  
 Relativpunkte: 210,4

Bundesliga in Obrigheim seit: 12.01.1991  
 Bundesliga-Einsätze für Obrigheim: 107

**Größte Erfolge:**

Deutscher Mannschaftsmeister 2003, 2008  
 Mehrf. Welt- und Europameister  
 Olympiadritter 1996 in Atlanta

**Carsten DIEMER**

**Alter:** 30  
**Beruf:**  
 Polizeioberkommissar  
**Familienstand:**  
 ledig



**Bestleistungen:**

Reißen: 165,0 kg  
 Stoßen: 200,0 kg  
 Relativpunkte: 155,5

Bundesliga in Obrigheim seit: 04.03.1995  
 Bundesliga-Einsätze für Obrigheim: 81

**Größte Erfolge:**

Deutscher Mannschaftsmeister 2003, 2008  
 Mehrf. Deutscher Meister  
 Junioren-Vizeeuropameister im Stoßen

**Rene HORN**

**Alter:** 23  
**Beruf:**  
 Sportsoldat  
**Familienstand:**  
 ledig



**Bestleistungen:**

Reißen: 157,0 kg  
 Stoßen: 205,0 kg  
 Relativpunkte: 162,0

Bundesliga in Obrigheim seit: 04.10.2008  
 Bundesliga-Einsätze für Obrigheim: 2

**Größte Erfolge:**

Mitglied der deut. Nationalmannschaft  
 Mehrf. Deutscher Meister der Jugend und  
 Junioren

**Nico MÜLLER**

**Alter:** 14  
**Beruf:**  
 Schüler  
**Familienstand:**  
 ledig



**Bestleistungen:**

Reißen: 104,0 kg  
 Stoßen: 128,0 kg  
 Relativpunkte: 124,0

Bundesliga in Obrigheim seit: 23.02.2008  
 Bundesliga-Einsätze für Obrigheim: 3

**Größte Erfolge:**

Deutscher Mannschaftsmeister 2008  
 Mehrf. Deutscher Meister



**Ingo FEIN**

**Alter:** 37  
**Beruf:**  
 Elektroniker  
**Familienstand:**  
 verheiratet, 1 Kind



**Bestleistungen:**

Reißen: 162,5 kg  
 Stoßen: 195,0 kg  
 Relativpunkte: 150,5

Bundesliga in Obrigheim seit: 28.09.1996  
 Bundesliga-Einsätze für Obrigheim: 88

**Größte Erfolge:**

Mehrf. Deutscher Meister der Jugend  
 Deutscher Mannschaftsmeister 2003, 2008  
 Europameister der Masters 2006

**Almir VELAGIC**

**Alter:** 26  
**Beruf:**  
 Kfz-Mechaniker, Soldat  
**Familienstand:**  
 ledig



**Bestleistungen:**

Reißen: 188,0 kg  
 Stoßen: 225,0 kg  
 Relativpunkte: 181,0

Bundesliga in Obrigheim seit: 23.09.2006  
 Bundesliga-Einsätze für Obrigheim: 17

**Größte Erfolge:**

Mehrf. Deutscher Meister  
 Mehrf. WM- und EM-Teilnehmer  
 Mitglied der Nationalmannschaft  
 Deutscher Mannschaftsmeister 2008  
 8. Platz bei den Olymp. Spielen 2008

**Marco FRICK**

**Alter:** 21  
**Beruf:**  
 Student  
**Familienstand:**  
 ledig



**Bestleistungen:**

Reißen: 133,0 kg  
 Stoßen: 161,0 kg  
 Relativpunkte: 142,0

Bundesliga in Obrigheim seit: 12.02.2005  
 Bundesliga-Einsätze für Obrigheim: 29

**Größte Erfolge:**

Deutscher Jugendmeister  
 Mitglied der Juniorennationalmannschaft  
 3. u. 2. Pl. DMM 2005 und 2007  
 Deutscher Mannschaftsmeister 2008

Der Platz des ausländischen Gasthebers ist derzeit leider noch unbesetzt.

Normalerweise hätte der Olympiazweite von Peking Vencelas Dabaya aus Frankreich in dieser Saison die Obrigheimer Gewichtheber unterstützen sollen. Leider hat sich der 27-jährige bei seinem Wettkampf in Peking verletzt und musste den Obrigheimern deshalb absagen. Die Obrigheimer Vereinsführung war aber nicht untätig und hat sich umgehend um einen Ersatz für den Weltklasseathleten gekümmert. Der Neuzugang, der in den entscheidenden Wettkämpfen schon Ende diesen Jahres in das Obrigheimer Trikot schlüpfen soll, und sein Kommen zugesagt hat, wird kurz vor seinem Debüt in der Tagespresse vorgestellt. Verraten werden kann aber schon, dass es sich bei der Verpflichtung um einen Westeuropäer handelt, der in Peking den 10. Platz belegt hat und dabei über 195 Relativpunkte erzielen konnte.



Heute zu Gast in der Neckarhalle:

### AC Weinheim

Bevor es am Abend zum Erstliga-Derby gegen Heinsheim kommt, bestreitet die 2. Mannschaft im Rahmen der 2. Bundesliga ihren Rundenkampf gegen Weinheim. Die Bergsträß'ler haben in dieser Runde bisher zwei Wettkämpfe bestritten und nehmen derzeit mit 2 zu 2 Punkten den 2. Tabellenplatz ein. Dabei haben sie 574,6 bzw. 568,6 Relativpunkte erzielt.

Das sind Bereiche, die sich die Germanen im Vorfeld für ihre „Zweite“ ebenfalls ausgerechnet hatten. Doch da ahnte noch niemand, mit welchen personellen Problemen sich die Germanen zu Rundenbeginn würden herumschlagen müssen. Karsten Kluge stand kurzfristig nicht mehr zur Verfügung, Dieter Wolf verschob das geplante Comeback auf unbestimmte Zeit, mit „Neuzugang“ Laszlo Kiraly läuft es auch noch nicht wie erhofft. Hinzu kam, dass Marco Frick und Andre Hemmann wegen ihres Studiums deutlich zurückstecken mussten und Jan Baumung immer noch an den Folgen seiner Rückenverletzung laboriert.

Somit alles andere als gute Voraussetzungen für solch einen schweren Wettkampf. Zum Einsatz kommen werden aller Voraussicht nach Thorsten Hauß, Daniel Pischzan, Jan Baumung, Marco Frick und Andre Hemmann. Um Platz 6 bewerben sich Kevin Ockert und Patrick Ehrmann.

Leistungsträger der Gäste waren in den vorausgegangenen Begegnungen der aus

Albanien stammende Artur Durai und der in Laufenburg beheimatete Tobias Strittmatter, die beide für über 110 Punkte gut sind. Weiter gehören zum Team die beiden Ex-Fellbacher Andreas Wagner und Milan Horak, deren Leistungsvermögen um die 100 Punkte betragen dürfte. Aus dem eigenen Nachwuchs entstammt Sascha Münzner, der für etwas über 90 Punkte gut ist. Den 6. Platz könnte der Ex-St. Ilgener und jetzt bei München wohnende Danny Sembach einnehmen, der aber bisher mit 64 Punkten noch nicht sein wahres Leistungsvermögen abrufen konnte.

Der SV Germ. Obrigheim bedankt sich an dieser Stelle beim AC Weinheim für die Bereitschaft, das Heimrecht zu tauschen und die Begegnung nach Obrigheim zu verlegen.

### 2. BUNDESLIGA RÜCKBLICK

#### Hostenbach gegen Obrigheim II 462,8 : 422,8

Kein geglückter Saisoneinstieg für den SV Germ. Obrigheim. Statt des erhofften Sieges in der Auftaktbegegnung zur 2. Liga musste man beim KSV Hostenbach eine unglückliche 422,8 zu 462,8 Niederlage hinnehmen. Der kurzfristige Ausfall von Laszlo Kiraly und Karsten Kluge konnte gegen die mit Olympiateilnehmer Tom Goegebuer angetretenen Saarländer trotz großen kämpferischen Einsatzes aller eingesetzten Heber nicht ausreichend kompensiert werden.



Der erste Block war mit dem kurzfristig eingesprungenen Kai Waldenberger, Jan Baumung und Nico Müller besetzt. Kai Waldenberger zeigte sechs gültige Versuche, bewältigte im Reißen 73 kg und ließ im Stoßen die neue Bestmarke von 95 kg folgen. Damit trug er 32 Relativpunkte zum Gesamtergebnis bei.

Ebenfalls fehlerfrei blieb Jan Baumung, der eigentlich aufgrund von Rückenproblemen pausieren sollte, wegen des personellen Engpasses jedoch die Mannschaft unterstützte. Er brachte im Reißen 100 und im Stoßen 120 kg zur Hochstrecke, was ihm 50,8 Punkte einbrachte.

Einen tollen Wettkampf lieferte der noch 14-jährige Nico Müller ab. Er beeindruckte mit 98 kg im Reißen und 125 kg im Stoßen und war mit 111,0 Punkten bester Heber seines Teams, nur übertroffen von dem Tom Goegebuer, dem belgischen Gastgeber der Saarländer.

Auch der zweite Block mit Andre Hemmann, Daniel Pischzan und Thorsten Hauß zeigte eine engagierte Leistung und versuchte alles, die Begegnung aus dem Feuer zu reißen. Andre Hemmann erzielte im beidarmig Reißen 104 und im beidarmig Stoßen 123 kg, was einer Relativleistung von 73,0 Punkten gleichkam. Daniel Pischzan präsentierte sich kämpferisch wie immer, bewältigte in den beiden Teildisziplinen 125 bzw. 150 kg, was ihn zu 67,0 Punkten führte. Die höchsten Lasten bewegte Thorsten Hauß. Seine 130 kg im Reißen und 163 kg im Stoßen zeugten von einer bereits sehr guten Frühform. Mit 89,0 Punkten war er zweitbesten Heber seines Teams.

Die Saarländer hatten ihre beste Kraft im Olympiateilnehmer Tom Goegebuer, der 132,0 Punkte erzielte, gefolgt von Peter Schorr (90,0), Thomas Kuke (82,8), Alexander Heib (73,2), Frank Schackmann (47,8) und Hendrik Schmitt (37,0).

### **Obrigheim II gegen Speyer 395,9 : 707,4**

Die Gäste aus Speyer, die sich vor dieser Saison enorm verstärkt hatten und vehement den Erstliga-Aufstieg anstreben, ließen den ohnehin personell stark gebeutelten Gastgebern nicht die Spur einer Chance. Die Pfälzer übertrafen mit 707,4 Punkten erneut die 700er Marke, während sich die Germanen mit lediglich 395,9 Punkten zufrieden geben mussten. Der Mannschaft muss man trotzdem eine ansprechende Leistung bescheinigen. Sie verzeichnete lediglich einen Fehlversuch, obwohl praktisch jeder an seine Grenze ging. Mehr war unter diesen Voraussetzungen einfach nicht machbar.

Bester Obrigheimer war Thorsten Hauß, der es auf 90,0 Punkte brachte. Er bot eine kämpferisch starke Leistung und bezwang im Reißen 127 und im Stoßen 164 kg. Ihm am nächsten kam Daniel Pischzan, der 75,0 Punkte in die Wertung brachte. Pischchi machte seinem Beinamen „der Kämpfer“ alle Ehre und erzielte im Reißen 125 und im Stoßen 158 kg. Andre Hemmann, der gerade sein Studium in Karlsruhe aufgenommen hat und deshalb nur unzureichend trainieren konnte, trug 70,0 Punkte zum Gesamtergebnis bei. Seine Einzelergebnisse waren 103 kg im Reißen und 118 kg im Stoßen.



Marco Frick, der wegen seiner Ellenbogenprobleme und seinem Einstieg ins Studium derzeit nur unzureichend trainieren kann, steuerte 64,0 Punkte (Reißen 93 kg / Stoßen 114 kg) zum Gesamtergebnis bei.

Auf 61,8 Punkte brachte es Jan Baumung, der immer noch an den Nachwehen einer Rückenverletzung laboriert. Er brachte im Reißen 105 und im Stoßen 125 kg zur Hochstrecke. Den 6. Platz im Team teilten sich Kevin Ockert (trotz Bänderdehnung im Fußgelenk) und „Betreuer“ Volker Hauß, die wegen des Aufrückens von Laszlo Kiraly in die „Erste“ kurzfristig diese Position einnahmen. Kevin übernahm den Reißpart und bewegte 87 kg (7,1 Punkte) über den Kopf. Volker ließ im Stoßen 150 kg (28,0 Punkte) folgen, sodass sie zusammen 35,1 Punkte auf das Mannschaftskonto sammelten.



Der Mannschaftsführer der Obrigheimer Zweitligamannschaft hat in dieser Saison bereits drei Bundesligawettkämpfe absolviert.

Die Pfälzer hatten ihre beste Kraft in Harut Jafarov, der 157,0 Punkte erzielte, gefolgt von Olympiateilnehmer Artyom Shaloyan (135,0), Lars Blanke (124,2), Amreyan Hovhannes (124,0), Alexander Moskwitin (88,6) und Sergej Kisser (78,6).

#### Was steht an?

15.11.08 Obrigheim II gegen Weinheim  
13.12.08 Obrigheim II gegen Ladenburg

#### LANDESLIGA

#### KSV Mannheim gegen Obrigheim III 263,1 : 244,5

Zum Auftakt der Landesliga-Saison musste Obrigheims „Dritte“ beim Oberliga-Absteiger KSV 84 Mannheim antreten. Die Gastgeber galten als hoher Favorit, hatten aber mit personellen Problemen zu kämpfen, sodass sich die Begegnung plötzlich als recht offen gestaltete. Die Germanen boten eine ausgezeichnete und ausgeglichene Mannschaftsleistung mit nur einem Fehlversuch und sie taten alles, um vielleicht doch für eine Überraschung zu sorgen. Doch leider blieben auch sie nicht vom Pech verschont. Jochen Kreth zog sich beim Reißen eine Zerrung zu und musste im Stoßen durch Mannschaftsführer Walter Kretz ersetzt werden. Der fügte sich nahtlos ins Team ein und kam fast an die für Jochen Kreth eingeplante Leistung heran. Letztendlich musste man jedoch eine knappe 244,5 zu 263,1 Niederlage akzeptieren.



Bester Obrigheimer Heber war der noch C-Jugendliche Matthias Trummer. Die Leistungskurve des deutschen C-Jugendmeisters zeigt weiterhin steil nach oben. Nach einem kleinen Patzer im ersten Reißversuch war er voll im Wettkampf und bezwang im Reißen 92 kg. Im Stoßen steigerte sich der in Schwarzach beheimatete Nachwuchsathlet auf die neue Bestmarke von 113 kg, was ihm insgesamt 57,0 Relativpunkte einbrachte. Mit 47,0 Punkten folgte „Oldie“ Ralf Eicher. Er laborierte zwar noch an den Nachwehen einer Grippe, brachte aber routiniert und ohne Fehler 83 bzw. 105 kg zur Hochstrecke. Patrick Ehrmann überzeugte mit 45,0 Relativpunkten. Der ehemalige deutsche Jugendmeister bewies, dass er das Gewichtheben nicht verlernt hat und konnte 70 bzw. 90 kg über dem Kopf fixieren.

Der zweite Jugendliche im Team war Kai Waldenberger. Er glänzte mit den neuen Bestmarken von 75 kg im Reißen und 96 kg im Stoßen. Damit trug er 35,0 Punkte zum Gesamtergebnis bei. Ihm folgte die junge Dame im Team Carolin Kretz. Obwohl ihr Job als Krankenschwester kaum Training zulässt, ist sie ein wichtiger Bestandteil der Mannschaft und stellte dies mit 32,0 Punkten (Reißen 38 kg / Stoßen 49 kg) unter Beweis. Die sechste Position teilten sich der verletzt ausgeschiedene Jochen Kreth (Reißen 87 kg) mit 6,0 Punkten und der eingewechselte Walter Kretz (Stoßen 85 kg) mit 21,5 Punkten. Zusammen brachten sie 28,5 Punkte in die Wertung.

Die Gastgeber hatten ihre beste Kraft in Oliver Frank (99,0 Punkte), gefolgt von

Jürgen Sieth (55,0), Enrico Cicogni (48,6), Dominic Amato (44,0) und Marc Sengewitz (16,5).

#### Was steht an?

01.11.2008 Obrigheim 3 – Waldhof  
 22.11.2008 Weinheim 2 - Obrigheim 3  
 10.01.2009 Obrigheim 3 – Heinsheim 2  
 24.01.2009 Obrigheim 3 – KSV

JUGENDINFO

**Internationales Jugendturnier  
 am 05./06.09.2008  
 in Ranshofen/Österreich**

Das Städtchen Braunau am Inn, genauer gesagt der Stadtteil Ranshofen, war traditioneller Austragungsort des international ausgeschriebenen Günther-Stapfer-Gedächtnisturniers, dem größten Jugendturnier auf österreichischem Boden. Mit 100 jugendlichen Gewichthebern aus vier Nationen (Ungarn, Tschechien, Deutschland und Österreich) war die Veranstaltung sehr gut besucht. Für den Obrigheimer Gewichthebernachwuchs eine willkommene Gelegenheit zu einer Standortbestimmung hin zu den deutschen Meisterschaften.

Die nunmehr achte Teilnahme brachte den Germanen vier Jahrgangssiege durch Nico Müller, Matthias Trummer, Adrian Müller und Laura Waldenberger sowie zwei 2. Plätze durch Selina Dietzer und Lena Trummer, einen 4., einen 6. und einen 16. Platz, sodass man erneut als erfolgreichster Verein aus diesem Turnier hervorging.



Nico Müller avancierte wie im Vorjahr zum punktbesten Heber der gesamten Veranstaltung.

Bei der weiblichen Jugend wiederholte Laura Waldenberger ihren Vorjahreserfolg. Sie gewann mit 33 kg im Reißen und 44 kg im Stoßen (gleich 110,7 Punkte) die Wertung des Jahrgangs 1997 vor ihrer Vereinskameradin Lena Trummer, die im Reißen 25 und im Stoßen 36 kg (gleich 93,7 Punkte) zur Hochstrecke brachte. Nachdem Leah Kratschmann (Jahrgang 1996) kurzfristig passen musste war Selina Dietzer (Jahrg. 1995) die Dritte im Bunde. Sie bezwang im Reißen 30 und im Stoßen 37 kg. Das brachte sie auf 119,2 Punkte, womit sie knapp geschlagen den 2. Platz belegte. Ein Fehlversuch an 39 kg verhinderte leider den Gesamterfolg.

Beim Jahrgang 1995 der männlichen Jugend hatte Obrigheim zwei Eisen im Feuer. Es siegte der auch im Vorjahr erfolgreiche Adrian Müller mit sehr guten 228,0 Punkten. Der knapp 32 kg „leichte“ Athlet absolvierte einen fehlerfreien Wettkampf mit Bestwerten von 35 kg im Reißen und 48 kg im Stoßen. Mit einer ebenfalls makellosen Serie und 164,8 Punkten (Reißen 35 kg / Stoßen 50 kg) kam Philipp Hülser auf den 4. Platz. Auch der Jahrgang 1994 sah einen Obrigheimer vorn. Matthias Trummer nutzte das Fehlen seines Vereinskollegen Matthäus Hofmann, zeigte sechs sichere und gültige Versuche und war mit 83 kg im Reißen und 100 kg im Stoßen sowie 236,1 Punkten nicht zu schlagen. Höhepunkt des Tages war sicherlich der Wettbewerb des Jahrgangs 1993 mit dem

Duell der 3 EM-Teilnehmer Istvan Dudas (Ungarn), Stefan Secka (Österreich) und dem Obrigheimer Nico Müller sowie dem starken Bayern Alexander Narr. Nico als der leichteste dieser vier legte im Reißen 98 kg vor, womit er praktisch alle bis auf den Österreicher aus dem Rennen warf. Im Stoßen galt es nun, eine so hohe Hürde zu setzen, dass sein Gegner nicht mehr nachziehen konnte.

Die taktische Marschroute von Trainer Volker Hauß führte ihn in seinem 3. Versuch an 123 kg, womit er seinen Gegner an nicht bezwingbare 136 kg zwang. Der Lohn waren Platz 1 und glänzende 316,9 Punkte. Auf Rang 16 landete der leicht verletzte Daniel Schwenzer mit 155,5 Punkten (Reißen 55 kg / Stoßen 65 kg), der im Stoßen leider nur einen Versuch absolvieren konnte.

Zum Abschluss gab es beim Jahrgang 1992 nochmals einen 6. Platz durch Kai Waldenberger. Er zeigte mit 75 kg im Reißen und 93 kg im Stoßen einen sehr guten Wettkampf, was sich in seinen persönlichen Rekorden im Stoßen und im Zweikampf sowie 220,8 Punkten niederschlug. Mit ihrem überzeugenden und erfolgreichen Auftritt in Österreich unterstrich der Germanennachwuchs seine Dominanz in diesem Altersbereich und nährte zugleich die Hoffnungen auf ein erfolgreiches Abschneiden bei den deutschen C-Jugendmeisterschaften.

**Was steht an?**

- 08.11.08 IDJM in Ohrdruf
- 29.11.08 2-Burgen-Turnier in Weinheim
- 07.12.08 Vereinsmeisterschaft



### Landesmeisterschaft der C/D/E-Jugend im Zweikampf am 27.09.2008 in Lörrach

Mit sechs Titeln, zwei 2. Plätzen und fünf 3. Plätzen sowie Platz 3 im Mannschaftswettbewerb kehrten Obergheims Nachwuchsheber aus Lörrach zurück. Sie machten dabei mit sehr guten Leistungen und überdurchschnittlich ausgeprägten technischen Fertigkeiten auf sich aufmerksam. So kam es nicht von ungefähr, dass sich alle Obergheimer auf dem Treppchen platzieren konnten.

Bei der E-Jugend hatten die Germanen zwei Heber im Wettbewerb. Ruben Hofmann belegte in der Klasse bis 30 kg mit 18 kg im Reißen und 24 kg im Stoßen den 3. Platz. Einen Rang besser platzierte sich Janne Soldner, der in der Klasse bis 45 kg 19 bzw. 29 kg in die Wertung brachte.

Bei der D-Jugend setzte sich die Reihe der guten Platzierungen fort. In der Klasse bis 50 kg verpasste Robin Pischzan nur knapp die Vizemeisterschaft. Er brachte dabei im Reißen 25 und im Stoßen 32 kg zur Hochstrecke. In seinem ersten Wettkampf schaffte es Norman Großkinsky in der Klasse bis 56 kg gleich auf den 3. Platz. Auch seine Leistungen von 21 bzw. 33 kg können sich sehen lassen. In der Klasse über 62 kg lag Philipp Dojwa klar an der Spitze. Er war mit den neuen Bestmarken von 33 bzw. 48 kg erfolgreich. Auf dem 3. Platz Nils Tessmer, der sich auf 26 bzw. 35 kg steigerte.

Erfreulich auch das Abschneiden der weiblichen D-Jugend. Leah Kratschmann machte in der Klasse bis 44 kg mit dem 1. Platz und den neuen persönlichen Bestwerten von 29 kg im Reißen und 39 kg im Stoßen auf sich aufmerksam.

Gleiches trifft für Laura Waldenberger zu, die sich in der Klasse bis 48 kg mit 34 bzw. 45 kg die Vizemeisterschaft holte. Auf Platz 3 mit einer ebenfalls sehr guten Leistung Lena Trummer. Sie verbesserte sich auf 30 kg im Reißen und 37 kg im Stoßen.

Bei der C-Jugend war Selina Dietzer in der Klasse bis 44 kg erfolgreich. Sie bezwang im Reißen 32 und im Stoßen 39 kg. Gleichzeitig bedeutete dies für sie die Qualifikation zur deutschen C-Jugendmeisterschaft.

Nicht zu schlagen war Adrian Müller in der Klasse bis 35 kg. Er zeigte sechs gültige Versuche mit den Bestleistungen von 39 kg im Reißen und 50 kg im Stoßen. In der Klasse bis 45 kg erkämpfte sich Philipp Hülser mit den persönlichen Rekorden von 38 bzw. 52 kg den Sieg. Den Schlusspunkt setzte Matthias Trummer als Sieger der Klasse über 69 kg. Der Senkrechtstarter des letzten Jahres bezwang im Reißen 91 kg und brachte im Stoßen erstmals 110 kg zur Hochstrecke.

Im Mannschaftswettbewerb kam Obergheim in der Besetzung Matthias Trummer (56,0 Punkte), Laura Waldenberger (49,0), Selina Dietzer (45,0) und Adrian Müller (42,0) mit 192,0 Punkten auf den 3. Platz hinter Flözlingen (235,0) und Gastgeber Lörrach (205,0). Allerdings musste man den Ausfall von Spitzenheber Matthäus Hofmann verkraften, dessen Mitwirken das Team mit Sicherheit weiter nach vorne gebracht hätte.



**Deutsche Meisterschaften der C-Jugend  
am 25.10.2008 in Obrigheim**

Die Obrigheimer Gewichtheber waren am Wochenende Ausrichter der deutschen C-Jugendmeisterschaft. Die unter der Schirmherrschaft der Sparkasse Neckartal-Odenwald stehende Veranstaltung hatte insgesamt 130 Teilnehmer ins Neckartal gelockt. Was sie dort erwartete war eine rundum gelungene und dank der zahlreichen, engagierten Helfer bestens durchgeführte Veranstaltung. Dem angepasst war auch die Qualität der Ehrenpreise, deren Beschaffung von vielen Firmen und Institutionen gefördert wurde.

Sportlich gesehen war die als Mehrkampf ausgetragene Veranstaltung für die Germanen ebenfalls ein toller Erfolg. Bei der weiblichen Jugend Jahrgang 1995 platzierte sich Selina Dietzer mit 663,3 Punkten auf einem hervorragenden 3. Platz. Sie bewältigte dabei im Reißen 30 und im Stoßen 38 kg. Im Sprung erreichte sie 6,66 m, im Lauf 12,7 Sek. und im Wurf 7,73 m.



Bei der männlichen Jugend Jahrgang 1995 Feder erzielte Adrian Müller mit 799,5 Punkten das Top-Ergebnis und holte sich damit die deutsche Meisterschaft. Der 32kg-Athletik steigerte sich im Reißen auf

40 und im Stoßen auf 52 kg. Ähnlich sah es in der Athletik aus, wo er im Lauf 12,4 Sek. benötigte, im Wurf 6,42 m erzielte und im Sprung mit 7,02 m die Topweite erzielte.



In der Gruppe 1995 Leicht verpasste Philipp Hülser mit Platz 4 und 650,9 Punkten nur knapp das Podest. Er egalisierte mit 38 bzw. 52 kg seine Bestmarken und erzielte in den Athletikdisziplinen im Lauf 13,5 Sek., im Wurf 7,12 m und im Sprung 6,46 m.



Der letzte Veranstaltungsabschnitt brachte nochmals einen Höhepunkt aus Obrigheimer Sicht. Beim Jahrgang 1994 Schwer war Matthias Trummer der überragende Athlet. Mit 845,1 Punkten war er nicht zu schlagen und holte damit aus Germanensicht den 2. Titel. Besonders beeindruckend seine Steigerungen auf 95 kg im Reißen und 115 kg im Stoßen, was auch den Tageshöchstlasten entsprach. Seine Athletikergebnisse mit 11,9 Sek. im Lauf, 13,82 m im Wurf und 8,54 m im Sprung bewegten sich auf einem ähnlich hohen Niveau.

Doch das war nicht alles. Matthias Trummer wurde zudem als technisch bester Heber der Veranstaltung ausgezeichnet. Den dafür ausgesetzten Wanderpokal übernahm er von seinem Vereinskameraden Matthäus Hofmann, der diesmal krankheitsbedingt nicht mitwirken konnte.

Gespannt erwartete man das Ergebnis im Mannschaftswettbewerb um den Sparkassen-Cup. Titelverteidiger Obrigheim hatte durch den Ausfall von Matthäus Hofmann zwar nicht die besten Karten, doch das Team mit Matthias Trummer, Adrian Müller, Philipp Hülser und Selina Dietzer (auf dem Foto unten links) war zur Freude von Betreuern und Fans stark genug, sich die Vizemeisterschaft zu sichern. Die Meisterschaft holte sich verdient der SV Flözlingen, auf Platz 3 der KSC Schifferstadt vor dem ASK Frankfurt/Oder I, dem SV Gräfenroda, der FTG Pfungstadt und dem ASK Frankfurt/Oder II.



Pünktlich um 18.00 Uhr erfolgte die Siegerehrung, die von Landrat Dr. Prötel, Bundesjugendleiter Michael Thomas und Landestrainer Oliver Caruso durchgeführt wurde. Erfreulich war auch, dass die Olympiateilnehmer Julia Rhode und Almir Velagic ihr Interesse an der Jugend bekundeten und zumindest zeitweise der Veranstaltung beiwohnten und auch eifrig Autogrammwünsche erfüllten.

Die Abteilung Schwerathletik bedankt sich an dieser Stelle bei allen Helferinnen und Helfern für ihren Einsatz und ihre Unterstützung. Dank geht an die Sparkasse Neckartal-Odenwald sowie den vielen anderen Spendern von Ehrenpreisen. Ebenfalls gedankt sei allen, die die Veranstaltung mit einer Kuchenspende unterstützt haben. Alle zusammen haben dazu beigetragen, dass Obrigheim mit der Ausrichtung dieser Meisterschaft wieder neue Maßstäbe gesetzt hat.

#### MASTERSINFO

##### **Landesmeisterschaft der Masters am 20.09.2008 in Ladenburg**

Mit drei 1. und einem 2. Platz kehrten Obrigheims Masters-Heber (über 35 Jahre) aus Ladenburg zurück. Horst Nitschke war in der Klasse bis 69 kg der über 70-jährigen erfolgreich. Mit 50 kg im Reißen und 60 kg im Stoßen gewann er seine zwölfte Landesmeisterschaft in Folge. Ebenfalls ganz oben platzierte sich Walter Kretz in der Klasse bis 69 kg der bis 55-jährigen. Er bezwang im Reißen 66 und im Stoßen 86 kg. In derselben Alterskategorie holte sich Christian Schramm den Titel in der Klasse bis 94 kg. Er brachte 65 bzw. 99 kg in die Wertung. Bei den bis 45-jährigen schaffte

Stefan Kempf in der Klasse bis 94 kg den 2. Platz, indem er 78 bzw. 90 kg zur Hochstrecke brachte.

##### **Weltmeisterschaften der Masters vom 27.09. bis 04.10.2008 in Kefalonia**

Die 24. Weltmeisterschaften der Masters fanden in der letzten Woche auf der griechischen Insel Kefalonia statt. Sie gestalteten sich für die beiden Obrigheimer Teilnehmer Walter Kretz und Horst Nitschke zu einer äußerst erfolgreichen Unternehmung.

Bei den 70- bis 75-jährigen feierte Horst Nitschke seinen bisher wohl größten Erfolg. Er startete in der Klasse bis 62 kg und sah sich nach dem Reißen mit bezwungenen 51 kg auf einem unerwarteten 2. Platz. In Führung der Israeli Teddy Kaplan, der diese Führung auch im Stoßen nicht mehr hergab. Der Obrigheimer hatte sich aber der Angriffe seines Mannschaftskollegen Georg Schall und des Japaners Yoneda zu erwehren. Er legte 60 kg vor und seinen Konkurrenten gelang es nicht, hier noch vorbei zu ziehen. Somit war für den derzeit ältesten aktiven Gewichtheber in Reihen des SVO der 2. Platz und somit die Vizeweltmeisterschaft perfekt.

Bei den 50- bis 55-jährigen erreichte Walter Kretz einen ausgezeichneten 4. Platz. Auch er ging in der Klasse bis 62 kg an die Hantel und blieb im Reißen leider an seiner Einstiegslast von 60 kg hängen. Im Stoßen gab er sich keine Blöße und brachte 83 kg zur Hochstrecke. Das bedeutete einen erfreulichen 4. Platz, womit er das optimal mögliche erreicht hatte. Der Titel ging an Frankreich, der 2. Platz an Japan und der 3. Platz an den Titelverteidiger aus Ungarn



Vielleicht ist Ihnen schon einmal aufgefallen, dass das Körpergewicht der Gewichtheber manchmal ein wenig von der auf den Videowänden angezeigten Zahl abweicht. Die angezeigte Zahl wird Relativabzug genannt. Mit dieser Zahl ist es möglich, leichte und schwere Gewichtheber besser miteinander zu vergleichen und sie führt zu dem Ergebnis, das unter allen Mannschaftsmitgliedern Chancengleichheit gewährleistet ist. Zur besseren Veranschaulichung werden hier zwei Beispiele genannt:

M. Frick hat mit seinen 73 kg Körpergewicht noch nicht das „Idealgewicht“ (Verhältnis der Körpergröße zum Körpergewicht) eines Gewichthebers erreicht. Aus der Tabelle (siehe unten) können sie entnehmen, dass zur Ermittlung seiner Relativpunktzahl der

Relativabzug von 70,5 kg verrechnet wird. Bei einer Leistung von 120 kg im Reißen und 145 kg im Stoßen ergibt sich ihm eine Punktzahl von 124 Punkten. Er erhält also einen Bonus von fünf Relativpunkten.

O. Caruso hingegen hat das Idealmaß eines Gewichthebers. Er erhält diesen Bonus nicht und seine Punkteleistung wird anhand seines tatsächlichen Körpergewichts errechnet. Mit einem Körpergewicht von 95,5 kg erzielt er so bei einer Leistung von 141 kg im Reißen und 180 kg im Stoßen exakt 130 Relativpunkte.

Die Tabelle unten ist nur auszugsweise dargestellt. Eine vollständige Tabelle finden Sie unter [http://www.bvdg-leimen.de/bvdg-online/bvdg/sport/sport\\_bundesliga.htm](http://www.bvdg-leimen.de/bvdg-online/bvdg/sport/sport_bundesliga.htm) unter dem Link Relativabzugstabelle.

<b>Körpergewicht</b>	<b>71,0</b>	<b>72,0</b>	<b>73,0</b>	<b>74,0</b>	<b>75,0</b>	<b>76,0</b>	<b>77,0</b>	<b>78,0</b>	<b>79,0</b>	<b>80,0</b>
<b>Männer</b>	68,0	69,5	70,5	71,5	72,5	74,0	75,5	77,0	78,0	-----
<b>Frauen</b>	37,0	38,0	39,0	39,5	40,0	40,5	41,0	41,5	42,0	42,5
<b>Körpergewicht</b>	<b>81,0</b>	<b>82,0</b>	<b>83,0</b>	<b>84,0</b>	<b>85,0</b>	<b>86,0</b>	<b>87,0</b>	<b>88,0</b>	<b>89,0</b>	<b>90,0</b>
<b>Männer</b>	----- von 79,1 kg bis 95,5 kg volles Körpergewicht -----									
<b>Frauen</b>	43,0	43,5	44,0	44,5	44,5	45,0	45,5	46,0	46,0	46,5
<b>Körpergewicht</b>	<b>91,0</b>	<b>92,0</b>	<b>93,0</b>	<b>94,0</b>	<b>95,0</b>	<b>96,0</b>	<b>97,0</b>	<b>98,0</b>	<b>99,0</b>	<b>100,0</b>
<b>Männer</b>	bis 95,5 kg volles Körpergewicht -					95,5	96,0	96,5	97,0	97,5
<b>Frauen</b>	47,0	47,5	47,5	48,0	48,5	48,5	49,0	49,5	49,5	50,0
<b>Körpergewicht</b>	<b>101,0</b>	<b>102,0</b>	<b>103,0</b>	<b>104,0</b>	<b>105,0</b>	<b>106,0</b>	<b>107,0</b>	<b>108,0</b>	<b>109,0</b>	<b>110,0</b>
<b>Männer</b>	98,5	99,5	100,5	101,0	102,0	103,0	103,5	103,5	104,0	104,0
<b>Frauen</b>	50,5	50,5	51,0	51,0	51,5	51,5	52,0	52,0	52,5	52,5
<b>Körpergewicht</b>	<b>111,0</b>	<b>112,0</b>	<b>113,0</b>	<b>114,0</b>	<b>115,0</b>	<b>116,0</b>	<b>117,0</b>	<b>118,0</b>	<b>119,0</b>	<b>120,0</b>
<b>Männer</b>	104,0	104,5	104,5	105,0	105,0	105,5	106,0	106,5	107,0	107,5
<b>Frauen</b>	53,0	53,0	53,5	53,5	54,0	54,0	54,5	54,5	55,0	55,0
<b>Körpergewicht</b>	<b>121,0</b>	<b>122,0</b>	<b>123,0</b>	<b>124,0</b>	<b>125,0</b>	<b>126,0</b>	<b>127,0</b>	<b>128,0</b>	<b>129,0</b>	<b>130,0</b>
<b>Männer</b>	108,0	108,5	109,0	109,5	110,0	110,5	111,0	111,5	112,0	112,5



**04.10.08:**

**SV Obrigheim** – Duisburg 626,0: 552,4  
AC St. Ilgen – KSV Durlach 733,4: 714,2

**18.10.08**

Durlach – SV Obrigheim 723,2 : 636,6  
Heinsheim – AC St. Ilgen 614,2: 656,0

**31.10.08:**

VfL Duisburg – AC St. Ilgen 549,4: 684,4

**15.11.08:**

VfL Duisburg – KSV Durlach  
**SV Obrigheim** – TSV Heinsheim

**06.12.08:**

KSV Durlach – TSVHeinsheim

**13.12.08:**

TSV Heinsheim - VfL Duisburg-Süd  
AC St. Ilgen – **SV Obrigheim**

**31.01.09:**

TSV Heinsheim – KSV Durlach  
AC St. Ilgen – VfL Duisburg-Süd

**14.02.09:**

VfL Duisburg-Süd – **SV Obrigheim**  
KSV Durlach– AC St. Ilgen

**07.03.09:**

**SV Obrigheim** – KSV Durlach  
AC St. Ilgen – TSV Heinsheim

**28.03.09:**

VfL Duisburg-Süd - KSV Durlach  
TSV Heinsheim - **SV Obrigheim**

**18.04.09:**

VfL Duisburg-Süd – TSV Heinsheim  
**SV Obrigheim** – AC St. Ilgen

---

**Tabelle**

**1. Bundesliga Mitte**

1. AC Germ. St. Ilgen	2073,8	6 : 0
2. KSV Durlach	1437,4	2 : 2
3. SVG Obrigheim	1262,6	2 : 2
4. TSV Heinsheim	614,2	0 : 2
5. VfL Duisburg-Süd	1101,8	0 : 4



Horst Nitschke – derzeit ältester aktiver „Obrigheimer Gewichtheber“ – feierte bei den Weltmeisterschaften der Masters mit dem zweiten Platz den größten Erfolg seiner Laufbahn.

	04.10.	18.10.	15.11.	13.12.	14.02.	07.03.	28.03.	18.04.
	Duisburg	Durlach	Heinsheim	St. Ilgen	Duisburg	Durlach	Heinsheim	St. Ilgen
	Heim	Auswärts	Heim	Auswärts	Auswärts	Heim	Auswärts	Heim
<b>Carsten</b>	143,0	145,0						
<b>DIEMER</b>	166,0	167,0						
	97,0	102,0						
<b>Ingo</b>	133,0	136,0						
<b>FEIN</b>	164,0	166,0						
	90,0	95,0						
<b>Marco</b>	-	-						
<b>FRICK</b>	-	-						
	-	-						
<b>Oliver</b>	133,0	140,0						
<b>CARUSO</b>	165,0	171,0						
	105,0	120,0						
<b>Rene</b>	135,0	135,0						
<b>HORN</b>	186,0	177,0						
	130,0	122,6						
<b>Almir</b>	-	-						
<b>VELAGIC</b>	-	-						
	-	-						
<b>Thorsten</b>	125,0	-						
<b>HAUB</b>	166,0	-						
	90,0	-						
<b>Nico</b>	100,0	103,0						
<b>MÜLLER</b>	126,0	125,0						
	114,0	113,0						
<b>Laszlo</b>	-	110,0						
<b>Kiraly</b>	-	125,0						
	-	84,0						
<b>Gesamt:</b>	<b>626,0</b>	<b>636,6</b>						



Die Obrigheimer  
Cheerleader  
unterstützen die  
Mannschaft bei  
jedem Heimkampf.