

Unsere Kadersportlerinnen und -sportler 2024

Für das Jahr 2024 wurden zwei Sportler unserer Abteilung in den Bundeskader berufen. Hinzu kommen insgesamt 14 Landeskaderathletinnen und -athleten. Die mit Abstand dabei am häufigsten vertretene Disziplingruppe ist wenig überraschend der Sprintbereich mit 12 Landes- und einem Bundeskader. Im Berliner Landeskader stellen wir damit mehr als ein Viertel aller Sprintkader in der Stadt.

Name	Vorname	Jahrgang	AK	Trainer*in	Kader	Disziplin
Bundeskader						
Brause	Daniel	2007	U18	Druck	NK ₂	110H
Rommel	André	2006	U18	Pfeiffer	NK ₂	Hammer
Landeskader						
Hildebrandt	Balthus	2007	U18	Druck	LK	Sprint
Hoffmann	Joschua	2006	U20	Stephan	LK	Lauf
Jäger	Jill Leonie	2006	U20	Schnicke	LK	Sprint
Kalski	Lukas	2006	U20	Druck	LK	Sprint
Kolbe	Carolina	2008	U18	Schnicke	LK	Sprint
Lessing	Lisa	2007	U18	Schnicke	LK	Sprint
Quinze	Shelton	2002	U23	Druck	LK	Sprint
Rennert	Justin	2005	U20	Schnicke	LK	Sprint
Schindler	Leonik	2005	U20	Schnicke	LK	Sprint
Schnick	Karl Fridrik	2007	U18	Druck	LK	Sprint
Schwartz	Philina	2006	U20	Schnicke	LK	Sprint
Seiler	Alexandro	2005	U20	Schnicke	LK	Sprint
Sdorra	Lara Maria	2006	U20	Schnicke	LK	Sprint
Soukri	Ilayda	2005	U20	Druck	LK	Sprung

Insgesamt 30 Medaillen bei Berliner und Berlin-Brandenburgischen Hallen- und Winterwurfmeisterschaften

Ganze 30 Medaillen, darunter 10 Titel, konnten unsere Athletinnen und Athleten in diesem Winter von der U12 bis zu den Männern und Frauen bei ihren verschiedenen Landesmeisterschaften sammeln. Besonders häufig präsentierten sich dabei die Sprinterinnen und Sprinter -egal ob mit und ohne Hürden. Aber auch auf der Mittelstrecke, im Hammerwurf und im Weitsprung konnte gegläntzt werden.

Mit gleich drei Titeln über die 60m und die 60m Hürden der U18 sowie mit der 4x200m-Staffel der Männer war Daniel Brause der erfolgreichste Athlet. Auch Philina Schwartz, Leonik Schindler, Karl Fridrik Schnick, Balthus Hildebrandt, Justin Rennert, Franz Schuler & Julian Molkenthin sowie die 10-jährige Rahel Ritter durften dank ihrer Leistungen mehrfach auf das Siegertreppchen steigen. Hinzu kamen zahlreiche persönliche Bestleistungen, gute Platzierungen und Normen für Deutsche Meisterschaften – eine insgesamt großartige Bilanz.

Unsere Meisterinnen und Meister



(Bilder 3-5 & 7: Christian Bunke)

🏆			🏆			🏆		
Rahel Ritter	50m	W10	Louin Korn	800m	M10	Jakob Knapp	3-K	M12
Rahel Ritter	Weit	W10	Jakob Knapp	60mH	M12	Jakob Knapp	800m	M12
Daniel Brause	60m	U18	Kolja Kosak	3-K	M13	Moritz Andres	5-K	M15
Daniel Brause	60mH	U18	Paulina Paukert	Kugel	W15	Balthus Hildebrandt	60mH	U18
André Rommel	Hammer	U18	Tessa Wiesenhütter	300m	W15	Karl F. Schnick	200m	U18
Justin Rennert	200m	U20	Moritz Andres	Weit	M15	Franz Schuler	800m	M
Lukas Kalski	60mH	U20	Karl F. Schnick	60mH	U18	Julian Molkenthin	60mH	M
Joshua Hoffmann	800m	U20	Balthus Hildebrandt	60m	U18			
Philina Schwartz	60m	F	Philina Schwartz	200m	U20			
Schindler, Schuler, Brause, Molkenthin	4x200m	M	Justin Rennert	60m	U20			
			Leonik Schindler	400m	U20			
			Shelton Quinze	60mH	M			
			Franz Schuler	400m	M			

🇩🇪 5 Titel bei den Norddeutschen Hallen- und Winterwurfmeisterschaften

Nach den erfolgreichen Landesmeisterschaften konnten unsere Athleten auch bei den Norddeutschen Hallenmeisterschaften (03.-04.02.2024) der Männer, Frauen und U20 glänzen. Insgesamt konnten gleich 4 Meistertitel ersprintet und erlaufen werden. So konnten in der Hamburger Leichtathletikhalle Shelton Quinze über 60m Hürden der Männer, Lukas Kalski über die 60m Hürden der U20, Philina Schwartz über 60m der U20 und Joshua Hoffmann über 800m der U20 Gold entgegennehmen. Zwei Mal Bronze sicherte sich Julian Molkenthin – erst über die 60m Hürden der Männer und direkt im

Anschluss auch im Weitsprung. Im Winterwurf im Berliner Sportforum wurde zudem André Rommel seiner Favoritenrolle im Hammerwurf der U18 gerecht.

Darüber hinaus gab es diverse gute Platzierungen, persönliche Bestleistungen und Saisonbestleistungen

André Rommel holt Silber bei den Deutschen Meisterschaften im Winterwurf

Auf dem Siegereck bei Deutschen Jugendmeisterschaften fühlt sich André Rommel mittlerweile wohl schon heimisch. Bereits zwei Mal konnte sich der Hammerwerfer bei nationalen Titelkämpfen die Silbermedaille und damit die Vizemeisterschaft sichern - zunächst 2022 in der U16 und dann 2023 in der U18.



Nachdem André in diesem Winter bereits seine Bestweite auf über 69m gesteigert und sich standesgemäß den Berlin-Brandenburgischen und den Norddeutschen Meistertitel im Winterwurf der U18 gesichert hatte, macht er an diesem Wochenende bei den Deutschen Meisterschaften im Winterwurf (24.-25.02.2024) sein persönliches Silber-Triple voll. Mit 69,81m steigerte er seine Bestweite dabei erneut und nähert sich den magischen 70 Metern immer weiter.

Wir gratulieren André und seinen Trainern Vanessa Pfeiffer und Ron Hüttcher.

Kalski überraschend Deutscher Jugendmeister – 3 emotionale Medaillen in Dortmund

Sie sollten der emotionale Höhepunkt einer für den SC Berlin überaus erfolgreichen Hallensaison werden - die Deutschen Jugendhallenmeisterschaften U20 in der Dortmunder Helmut-Körnig-Halle (24.-25.02.2024). Und sie wurden es auch.



Foto: Joshua Kühn

Schon am Samstag sollte es für das neunköpfige SCB-Team um die Trainer Hansi Stephan, Max Schnicke und Christopher Druck in nur 30min einen Doppelschlag geben, wie ihn so wohl die wenigsten erwartet hatten. Mit 8,14s war Hürdensprinter Lukas Kalski als Fünftschnellster mit guten Finalchancen nach Dortmund gereist, wenn auch der Kampf um die Medaillen doch noch ein Stück weg schien. Bereits im Halbfinale steigerte Lukas seine Bestzeit dann aber deutlich auf 8,00s und fand sich mit der zweitbesten Zeit plötzlich im Kreis der Medaillenanwärter wieder. Favorit Timon Dethloff (Cologne Athletics) allerdings schien mit seiner Zeit dem Rest des Feldes enteilt. Doch der 60m-

Hürdensprint hat eigene Gesetze, kleinste Fehler werden bestraft. Und so konnte Lukas im Finale nicht nur die Fehler der Konkurrenz nutzen, sondern mit einem brillanten Lauf auch seine Bestzeit erneut auf 7,96s steigern und sich den deutschen Meistertitel der U20 sichern. "Es fühlt sich unglaublich an. Ich habe gar nicht damit gerechnet. Ich wusste schon vorher, dass es bei den Deutschen schneller geht, weil die Läufe zuvor nie gut waren. Aber so schnell – unglaublich", sagte der Schützling von Christopher Druck im Anschluss im Interview für leichtathletik.de.

Viel Zeit den Erfolg zum Feiern gab es unterdessen nicht, denn schon 30 Minuten später stand das nächste große Finale mit SCB-Beteiligung an, wenn auch unter anderen Vorzeichen. Als Drittschnellste U20 60m-Sprinterin war Philina Schwartz bereits nach Dortmund gereist. Im Gepäck hatte sie eine überzeugende Saison, in der sie Zeiten auf konstant hohem Niveau abliefern konnte - zuletzt auch bei den Deutschen Hallenmeisterschaften der Frauen. Entsprechend groß waren sicherlich die Hoffnungen auf eine Medaille bei Philina und ihrem Trainer Max Schnicke. Akribisch hatten sich die beiden in den Wochen zuvor vorbereitet. In einem hochklassigen 60m-Finale, das Philina souverän erreichte, war nach engem Zieleinlauf nicht sofort klar, ob es für die Medaille gereicht hatte. Nach banger Sekunden, leuchtete Philinas Name dann an Rang drei auf und die Bronzemedaille konnte ausgelassen gefeiert werden.

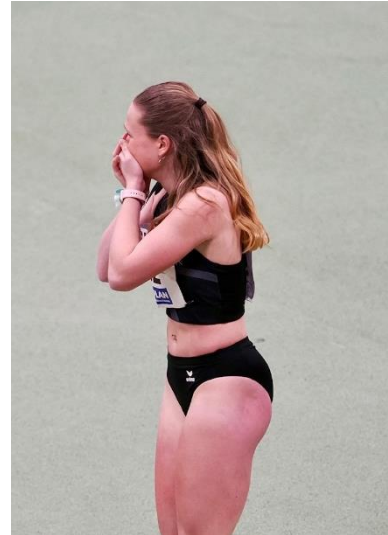


Foto: Joshua Kühn



Auch am Sonntag sollte es dann Grund zum Feiern geben. Noch standen drei weitere Finals für das SCB-Team an. 800m-Läufer Joshua Hoffmann hatte bereits am Samstag den Finaleinzug souverän abgehakt, die 4x200m-Staffel um den Deutschen Jugendmeister Lukas Kalski sollte in das Geschehen eingreifen und Sprinter Justin Rennert hatte im Halbfinale am Sonntagmorgen überzeugt und das Finalticket gebucht. In 21,97s blieb er dabei erstmals knapp unter der 22-Sekunden-Marke. Im Finale standen für den Schützling von Max Schnicke die Zeichen noch einmal auf Attacke. Mit einem beherzten Rennen steigerte sich Justin erneut deutlich auf starke 21,68s und erfüllte auch sich den Traum von einer DM-Medaille. In der Vergangenheit war er häufig von Verletzungsphasen geplagt, aus denen er sich herauskämpfen musste.

Nicht ganz optimal lief es in der 4x200m-Staffel. Zwar konnte sich das Quartett aus DM-Debütant Lewis Härtl, Lukas Kalski, Daniel Brause und Karl Schnick um gut eine halbe Sekunde auf 01:31,22min steigern und damit einen guten 6. Platz herauslaufen. Aber einige taktische Fehler verhinderten eine noch bessere Leistung für das junge Team an dem auch zwei U18-Athleten beteiligt waren. Über 800m erreicht Joshua Hoffmann im Finale den 8. Platz. Zwar haderte Joshua etwas mit seiner Leistung, da er in 01:57,54min nicht ganz an seine Vorleistungen anknüpfen konnte, hat aber einmal mehr bewiesen, dass er zu den Top 800m-Läufern des Landes gehört!

Insgesamt waren es die erfolgreichsten Deutschen Jugendhallenmeisterschaften für den SC Berlin seit langer Zeit. Das SCB-Team holte dabei alleine 3 der 5 Berliner Medaillen und war damit der mit Abstand erfolgreichste Berliner Verein.



Wir gratulieren allen Athletinnen und Athleten sowie ihren Trainern Hansi Stephan, Maximilian Schnicke und Christopher Druck.

Deutsche Hallenmeisterschaften der Männer und Frauen: zum Finale fehlt dieses Mal das nötige Glück

Mit einem Trio aus den U23-Hürdensprintern Shelton Quinze und Julian Molkenthin sowie U20-Sprinterin Philina Schwartz waren wir in diesem Jahr bei den Deutschen Hallenmeisterschaften (16.-17.02.2024) in Leipzig vertreten. Vor mehreren tausend Zuschauern in der Leipziger Arena, reichte es dieses Mal aber leider nicht zu einer Finalteilnahme. Zwar wäre die für Shelton Quinze mit seiner Saisonbestzeit im Bereich des möglichen gewesen. Doch der Norddeutsche Hallenmeister erwischte vom Start weg keinen guten Lauf und blieb am Ende deutlich hinter seinen Möglichkeiten zurück. Besser lief es für Julian Molkenthin, der in 8,17s seine Saisonbestzeit im richtigen Moment verbessern konnte. Während er bei den letzten beiden Meisterschaftsaufgaben den Sprung in Deutschlands Top-8 schaffte, reichte diese Zeit dieses Mal dennoch leider denkbar knapp um zwei Hundertstel nicht.

Für Nachwuchssprinterin Philina Schwartz sollten die Meisterschaften eine willkommene Durchgangsstation in der Vorbereitung auf ihre Jugendmeisterschaften und eine Möglichkeit wertvolle Erfahrung zu sammeln sein. In 7,50s und 7,51s machte sie ihre Sache auch auf der großen Bühne gut und schaffte den Sprung ins 60m-Halbfinale der Frauen.

News aus der Vorstandsarbeit: Wir informieren und erklären

Digitaler Mitgliedsantrag



Schon zum Ende des vergangenen Jahres haben wir als erste Abteilung des SC Berlin den digitalen Mitgliedsantrag eingeführt. Neue Mitglieder können sich nun bequem online anmelden und das digitale Anmeldeformular über einen QR-Code oder einen Link erreichen. Damit haben wir den Antrag in Papierform vollständig abgelöst und auf eine modernere, einfachere und nachhaltigere Lösung umgestellt.

App-Einführung verzögert sich



Angekündigt hatten wir die Einführung unserer abteilungseigenen App. Hier befinden wir uns noch in der Testphase und sind dabei Fehler zu identifizieren und weitere Verbesserungen anzustoßen, bevor wir sie für alle einführen können.

Mitgliederentwicklung ungebrochen positiv



Die Zeichen unserer Mitgliederentwicklung stehen weiterhin auf Wachstum. Nachdem wir im letzten Jahr schon einen großen Zuwachs verzeichnen konnten, haben wir zum 01.03.2024 nun bereits 322 Mitglieder in unserer Leichtathletikfamilie, das sind rund 100 Mitglieder mehr als vor genau einem Jahr und immerhin bereits 40 mehr als zum Jahresende. Nach wie vor ist die Nachfrage in fast allen Altersgruppen ungebrochen – sicherlich auch aufgrund der erfolgreichen Abteilungs- und Nachwuchsarbeit der letzten Jahre, die eine erhebliche Außenwirkung haben. Darum planen wir mittelfristig die Anzahl unserer Nachwuchsgruppen weiter zu erhöhen. Die größte Herausforderung ist sicherlich die Gewinnung von weiteren Trainerinnen und Trainern, auch wenn unser Team auf mittlerweile 25 angewachsen ist.

Verbandstag 2023



Im November fand der Verbandstag des Berliner Leichtathletik-Verbandes (BLV) für das Jahr 2023 statt. Neben den Tätigkeitsberichten des Präsidiums des BLV ging es hier vor allem darum, den Haushalt für das nun laufende Jahr 2024 zu beschließen. Leider enthielt der Haushaltsentwurf aus unserer Sicht schmerzliche

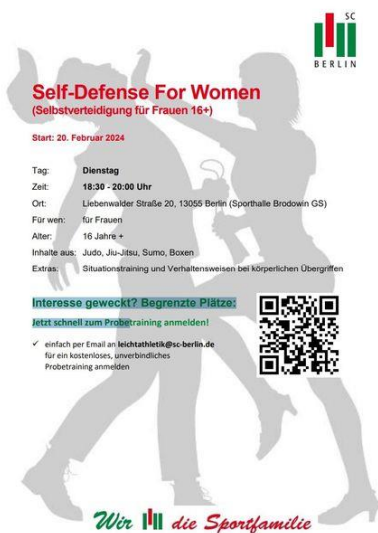
Mittelkürzungen vor allem für die Förderung des Nachwuchsleistungssports, indem etwa Mittel für die Kaderförderung, das Degewo Juniorteam sowie das Lotto Team Berlin geringer ausfallen. Der Haushaltsplan kann indes nur als Ganzes abgestimmt werden. Wir haben daher als einziger der anwesenden Vereine dem Haushalt nicht zugestimmt, sondern uns enthalten.

Wir sind jetzt Teil von „Die 6“

6

Unter dem Titel „Die 6“ wurde vor einiger Zeit vom leitenden Koordinator Landestrainer, Thomas Brack, ein Beratungsgremium mit den Leistungssporttragenden Vereinen initiiert, indem aktuelle Themen und Fragen rund um den Berliner Leistungs- und Wettkampfsport besprochen und miteinander abgestimmt werden. Aufgrund der hohen Anzahl an Kadersportlern sind seit diesem Jahr auch wir Teil dieses Gremiums.

Neue Sportangebote: Selbstverteidigung und Zumba



Self-Defense For Women
(Selbstverteidigung für Frauen 16+)


Start: 20. Februar 2024


Tag: **Dienstag**
Zeit: **18:30 - 20:00 Uhr**
Ort: Liebenwalder Straße 20, 13055 Berlin (Sporthalle Brodowin GS)

Für wen: für Frauen
Alter: 16 Jahre +
Inhalte aus: Judo, Jiu-Jitsu, Sumo, Boxen
Extras: Situationstraining und Verhaltensweisen bei körperlichen Übergriffen

Interesse geweckt? **Begrenzte Plätze!**
Jetzt schnell zum Probetraining anmelden!

✓ einfach per Email an leichtathletik@sc-berlin.de
für ein kostenloses, unverbindliches Probetraining anmelden



Wir  die Sportfamilie

wir haben tolle News für euch! Vielleicht erinnert ihr euch noch an unsere Umfrage vor einiger Zeit? Wir wollten von euch wissen, was für Sportangebote wir vor allem für euch Eltern noch schaffen können, worauf ihr Lust habt und wo ihr euch vorstellen könntet, euch einzubringen. Dabei kamen von euch einige Vorschläge, darunter auch Zumba oder Selbstverteidigung.

Und wir sind fündig geworden!

Vor kurzem haben wir unsere Gruppe **Self Defense for Women** ab 16 Jahren gestartet. In unserem Selbstverteidigungstraining machen wir euch mit Inhalten aus dem Judo, Jiu-Jitsu, Sumo und Boxen nicht nur fit, sondern führen mit euch auch Situationstraining durch und zeigen euch Verhaltensweisen bei körperlichen Angriffen. Unsere Gruppe wird dazu von ausgewiesenen Expertinnen und Experten geleitet:

Tag: Dienstag

Zeit: 18:30-20:00

Ort: Liebenwalder Str. 20, 13055 Berlin (Sporthalle der Brodowin Grundschule)

Noch haben wir ein paar freie Plätze. Meldet euch per Email an leichtathletik@sc-berlin.de an.

Wenn ihr mehr auf coole Beats mit Bewegung steht, dann ist das hier vielleicht das Richtige für euch:

Zumba-Fiesta: Dein Workout mit Latin Vibes und jeder Menge Spaß!



Tauche ein in die mitreißende Welt lateinamerikanischer Rhythmen und erlebe Fitness auf eine völlig neue, energiegeladene Art. Unser Latin Zumba Kurs kombiniert Tanzbewegungen mit lebendigen lateinamerikanischen Beats, um dir ein unvergessliches Fitnesserlebnis zu bieten. Egal, ob du schon tanzen kannst oder nicht – unser Zumba-Kurs ist für alle gedacht! Hier geht es um Spaß und Bewegung, unabhängig von Tanzniveau oder Fitnessgrad.

Start: 13. März 2024

Tag: Mittwoch

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Ort: Gymnastikhalle der Picasso Grundschule, Meyerbeerstr. 95, 13088 Berlin

Die Plätze sind begehrt, also meldet euch schnell für ein Probetraining per E-Mail an leichtathletik@sc-berlin.de an.

Unterstützt uns bei der Vereinsspendenaktion des Netto Markendiscout

Als Abteilung nehmen wir an der Vereinsspendenaktion des Netto Markendiscout teil. Damit wir ausgewählt werden und zukünftig im Markt präsent sein und Spenden erhalten können, benötigen wir eure Stimmen – und zwar so viele wie möglich!

Abstimmen kann man ganz einfach auf den Aktionsseiten auf der Homepage des Netto Markendiscout: www.netto-online.de

Alle Infos und den Link findet ihr regelmäßig auch auf unserem Instagram-Kanal [@scb_leichtathletik](https://www.instagram.com/scb_leichtathletik).