



Obrigheimer  
**Hantelsblatt**



Eindrucksvolles  
Comeback beim  
Wettkampf gegen  
den AV Speyer

**Matthäus  
Hofmann**



Nr. 118

Januar 2018

## **SV Obrigheim gegen TSV Heinsheim**

20.01.2018 – 19.30 Uhr

Neckarhalle Obrigheim

Die Redaktion des Obrigheimer Hantelsblattes wünscht Ihnen ein glückliches neues Jahr 2018!

Für die Obrigheimer Mannschaft hat das Jahr zwar mit einer Niederlage geendet, aber der Wettkampf hat gezeigt, dass der SVO konkurrenzfähig ist und dass man auf dem richtigen Weg ist. Obrigheim hat den mächtigen Speyrern trotz der kurzfristigen Absage von Gheorghii Cernei einen Punkt abgejagt und dabei auch noch die zweitbeste Mannschaftsleistung des Jahres abgeliefert. Der Vorsprung auf den drittplatzierten SSV Samswegen beträgt fast 60 Punkte. Die Zeichen stehen gut, dass Obrigheim den Endkampf erreicht und die Chancen dürften dann dabei auch nicht schlecht stehen. Der Grundstein für eine erfolgreiche zweite Saisonhälfte kann bereits jetzt – beim Wettkampf gegen Heinsheim – gelegt werden. Wir wünschen dem Team dabei viel Glück und Ihnen einen kurzweiligen Abend.

**Ihre Hantelsblatt-Redaktion**

Editorial	Seite 2
Begrüßung	Seite 4
Gegnervorstellung	Seite 8
Rückblick SVO : Speyer	Seite 10
Im Gespräch: D. Gatzka	Seite 14
Relativabzugstabelle	Seite 18
Oberliga	Seite 20
Oberliga und Landesliga	Seite 22
Jugendinfo	Seite 24
Kurz notiert	Seite 26
Zahlen, Daten, Fakten 17/18	Seite 28
Die Heber u. ihre Leistungen	Seite 30

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** SV Obrigheim, Abt. Gewichtheben

**Anschrift:** In der Röte 16, 74847 Obrigheim

**Redaktion:** C. Diemer

**Mitarbeit:**

F., T. & V. Hauß, M.Noë, K. Ockert

**Alle Bilder:** Daniel Pischzan, privat

**Druck:** Metzger-Druck Obrigheim

**E-Mail:** hantelsblatt@gmail.com





**Sehr geehrte Leserinnen und Leser!**

**Verehrte Freunde der Obrigheimer Gewichtheber!**

Als erstes möchte ich Ihnen noch einen guten Start in das neue Jahr 2018 wünschen. Ich hoffe, dass alles, was Sie sich zum Ziel gesetzt haben, auch in Erfüllung gehen wird.

Die Obrigheimer Gewichtheber stehen nicht am Anfang der Saison, sondern bereits mittendrin, aber große Ziele haben der Verein und die Mannschaft trotzdem im Fokus.

Zum ersten Wettkampf des Jahres 2018 begrüßen wir recht herzlich den TSV Heinsheim mit ihren Verantwortlichen, Sportlern und mitgereisten Fans.

Das Jahr 2017 kann wieder als ein sehr erfolgreiches in der langen Vereinsgeschichte bezeichnet werden. Unser Bundesliga-Team erreichte das Finale in Speyer und belegte dort etwas ersatzgeschwächt den dritten Platz. Eine erfreuliche Tatsache ist zudem, dass Matthäus Hofmann seine lange Leidenszeit überwunden hat und bereits wieder tolle Leistungen für das Team vollbracht hat und schon wieder ganz nahe an seinen Bestleistungen dran ist.

Der bisherige Saisonverlauf war in etwa so zu erwarten und das Ziel „Finalteilnahme“ ist weiterhin sehr realistisch. Zwar sagt dies der aktuelle Tabellenstand noch nicht aus, was daran liegt, dass bereits mit Mutterstadt und Speyer zwei große Brocken auf unser Team trafen. In der zweiten Saisonhälfte sollte das Tabellenbild gerade gerückt werden.





Auch in der Jugend hat sich 2017 einiges getan. Es konnten im letzten Jahr fünf nationale Titel nach Obrigheim geholt werden. Ziel ist es, unsere erfolgreichen Nachwuchssportler in den nächsten Jahren in das Bundesliga-Team zu integrieren.

Auch die neue Ausländerregelung hat den SV Germania Obrigheim dazu bewogen, den Markt zu sondieren, um konkurrenzfähig zu bleiben. Schließlich konnten mit Alejandro Gonzalez und Acoran Hernandez zwei spanische Athleten verpflichtet werden, die uns bei der Umsetzung unserer Ziele behilflich sein werden.

Natürlich ist es nicht einfach, diese Ziele zu stemmen. Unterstützung erhielten wir in der Vergangenheit immer wieder durch Sponsoren, den Förderkreis und natürlich auch durch Sie, unser fantastisches Publikum. Dafür möchten wir uns bei allen, die zu unseren Erfolgen beigetragen haben, ganz recht herzlich bedanken.

Gleichzeitig möchten wir Sie bitten, dass Sie uns weiterhin die Treue halten und kräftig Werbung für uns in der Öffentlichkeit machen, damit wir auch in den Folgejahren hier in Obrigheim absoluten Spitzensport präsentieren können.

Für heute Abend wünsche ich uns allen einen schönen, spannenden und mitreißenden Wettkampf mit tollen Leistungen. Unserer Mannschaft wünsche ich den Erfolg, den sie sich erhofft.

Viel Spaß und gute Unterhaltung beim Wettkampf.

Volker Hauß

Stellvertretender Abteilungsleiter





## Der TSV Heinsheim

Das Sportjahr 2018 beginnt gleich mit einem Lokald Derby. Zum ersten Wettkampf des neuen Jahres dürfen wir den „Nachbar“ aus dem Bad Rappenauner Stadtteil Heinsheim recht herzlich in der Neckarhalle begrüßen.

Der TSV Heinsheim ist sehr erfolgreich in die Saison gestartet und kann bereits jetzt von der erfolgreichsten Bundesliga-Saison der Vereinsgeschichte sprechen. Mit acht Siegpunkten holten sie bis jetzt so viele, wie noch nie zuvor und stehen aktuell sogar vor dem SV Germania Obrigheim in der Tabelle.

Der Gast hat sich also durchaus in der ersten Bundesliga etabliert und hat dieses Jahr mit dem Abstieg nichts zu tun.

Zu diesen Erfolgen haben drei bulgarische Sportler beigetragen. Von Petar Angelov, Alexandar Dimitrov und Nikolay Georgiev dürfen allerdings immer nur zwei pro Wettkampf eingesetzt werden. Lassen wir uns überraschen, welche beiden Athleten es beim Wettkampf in Obrigheim sein

werden. Ebenfalls bewährt, hat sich die schon etwas zurückliegende Verpflichtung von Christopher Roland. Er bringt dauerhaft über 100 Relativpunkte und ist zu einer großen Konstante im Heinsheimer Team geworden.

Dies sollte auch Sophia Attilo werden. Sie kam vor der Saison aus Schifferstadt und ist eine der besten weiblichen Sportlerinnen in der Bundesliga. Leider hat sie sich im alten Jahr eine Verletzung zugezogen und konnte so ihrem Team nicht in allen Wettkämpfen zur Verfügung stehen. Falls sie in Obrigheim nicht an den Start gehen kann, wünschen wir ihr, dass sie schnell wieder fit wird und ihr Team möglichst bald wieder unterstützen kann.

Weiter im Team sind die Eigengewächse Edward Schuler und die Brüder Lars und Kai Wittmann.

Fabian Gallion, der sein Einzelstartrecht beim Kraft-Werk Schwarzach hat, startet seit letzter Saison in der Bundesligamannschaft. In der vergangenen Runde noch als Ersatzmann aufgerückt, weil es Verletzte gab, hat er sich in dieser Saison

zur Stammkraft entwickelt. Egal, wer bei Heinsheim heben wird, sie werden voll motiviert sein und vor dem Obrigheimer und dem sicher zahlreich mitgereisten Heinsheimer Publikum zeigen wollen, was sie können.

Unterschätzen darf man die Gäste auf keinen Fall. Beste Voraussetzungen also für einen spannenden Abend.







## Vorweihnachtliche Spannung in der Neckarhalle

Alle Jahre wieder kommt nicht nur das Christus Kind zur Weihnachtszeit, sondern auch der Wettkampf zwischen dem AV Speyer und dem SV Germania Obrigheim, wahlweise in Speyer oder in der heimischen Neckarhalle. Diesmal waren die Pfälzer wieder in Obrigheim zu Gast und mussten sich auf einen heißen Empfang vorbereiten.

Kurzfristig hatten sich die Neckartäler mit dem spanischen WM Teilnehmer Alejandro Gonzalez verstärkt und den zweiten Ausländerplatz erstmalig besetzt. Leider musste Gheorghii Cernei wegen einer Ellbogenblessur kurzfristig auf einen Einsatz verzichten. Aber auch auf Speyerer Seite hatte man Ausfälle zu beklagen, Almir Velagic kuriert noch eine Operation aus und der Spanier David Sanchez Lopez war ebenso verletzt. Deshalb verstärkte sich Speyer kurzfristig mit dem ungarischen Schwergewicht Peter Nagy.

Damit fand sich Obrigheim in der Außenseiterrolle wieder, welche man aber enthusiastisch annahm. Speziell im Reißen hatte man sich vorab Chancen ausgerechnet, wenn man mit vielen gültigen Versuchen den Gegner unter Druck setzen kann. Man musste sich einen Vorsprung herausheben, da mit den Superschweren Alexander Prochorow, Deutscher Nationalheber und Peter Nagy, Speyer die letzten beiden Heber an der Hantel haben würden. Die Mannschaft kämpfte bravurös und stellte einen Vorsprung von 6,2 Relativpunkten im Reißen zur Aufgabe. Doch statt sich die Punkte zu teilen, steigerte Peter Nagy um 7 Kilo. Diese Steigerung schlug fehl, danach musste Alexander Prochorow von

180 auf 187 kg steigern um den Siegpunkt im Reißen für Speyer zu sichern. Doch auch diese Last war zu schwer. Das Obrigheimer Team sicherte sich damit verdient einem Punkt im Reißen.

Dennoch war für das Stoßen abzusehen, dass sich Speyer im Vorteil befindet, einzig auf den Punkt im Zweikampf konnte man noch schielen. Aber Speyer ließ nichts anbrennen und siegte schließlich mit 947,1 zu 934,5 Punkten. Mit den 2:1 Siegpunkten dürfte Speyer der erste Platz in der Vorrunde nicht mehr zu nehmen sein.

Aber einen inoffiziellen Titel sicherte man sich dennoch auf Obrigheimer Seite. Der WM- Fahrer Nico Müller lieferte wieder mal eine Topleistung, nur zwei Wochen nach seinem Wettkampf in Anaheim, USA. Mit sechs gültigen Versuchen von 150 kg Reißen, 183 kg Stoßen zeigte er mit 182 Punkten die höchste Relativleistung an diesem Abend. Er bewältigte damit ebenso 333 kg im Zweikampf, wie bei seiner WM Teilnahme.

Auch Nationalheber, aber für Spanien und ebenfalls WM Fahrer Alejandro Gonzalez (Bild S. 12) lieferten seinen Einstand auf der Heberbühne ab. Motiviert, aber nicht nervös packte er die zweithöchste Punktzahl an diesem Tag aus dem Obrigheimer Team. Im Reißen startete er bis auf 145 kg, musste dann aber bei 150 kg die Segel streichen. Im Stoßen dann die Schrecksekunde, der erste Versuch ungültig an 175 kg. Danach souverän im Zweiten bewältigt und machte es kämpferisch mit gelungenen 180 kg im dritten Versuch nochmals spannend.







Einen Sahnetag und auf den Punkt fit stand Jakob Neufeld auf der Bühne. Hochmotiviert steigerte sich der ehemalige Nationalheber auf neue Rundenbestleistungen. Mit 138 kg im Reißen, 168 kg im Stoßen und sehr guten 155 Relativpunkten, Platz drei in der internen Teamwertung.

Damit setzte er sich knapp vor den immer besser werdenden Matthäus Hofmann. Man merkt ihm an, dass er mit jedem Wettkampf wieder mehr Routine und Praxis bekommt. Im Reißen mit sehr guten 165 kg schon nahe an seiner alten Bestleistung. Beim Stoßen hat sich der Schwergewichtler die 195 kg beim Umsatz etwas zu weit reingelegt. Damit wurde ihm nach dem Umsetzen schwindelig, sodass er die Hantel ablassen musste. Aber er kann durch aus zufrieden sein mit den erreichten 151 Punkte und es ist noch Luft nach oben zu erkennen gewesen.

Aus der Hauptstadt war auch Alexander Oberkirsch nicht nur für das Reißen, seiner Paradedisziplin, sondern diesmal auch für das Stoßen nach Obrigheim gekom-

men. Zwei gute Versuche im Reißen bis auf 135 kg waren schon in der Wertung, mit 138 kg wollte er noch mehr. Leider war die Zughöhe zu knapp und die Hantel landete vorzeitig auf der Bühne. Im Stoßen ebenfalls zwei gültige Versuche, im Dritten an 158 kg versagten nach großem Kampf die Beine den Dienst. Aber dennoch 138 Punkte für den sympathischen Berliner.

Fast schon obligatorisch teilen sich Adrian Müller und Marius Öchsle den Wettkampf bei sehr engen Kämpfen, um die höchstmögliche Punktzahl aus beiden Disziplinen zu sammeln. Adrian, in der Ausbildung zum Polizisten befindlich und deshalb nur mit sehr eingeschränktem Training zu Gange begann im Reißen. Mit guter Technik und großem Kampf bewältigte er drei gültige Versuche bis hin zu 112 kg, somit 54,5 Punkten. Marius Öchsle, betreut vom ehemaligen Obrigheimer Heber Mister Zuverlässig Karsten Kluge, machte ihm alle Ehre. Nach einem wackeligen Auftritt nach einer Verletzungspause in Mutterstadt nun das Comeback in Obrigheim. Hier scheint es besser zu klappen als in der Pfalz. Drei saubere Versuche von 145 auf 157 kg mit 83 Punkten für die Mannschaft. Weitere Tendenz nach oben ist zu erkennen. Doch im Stoßen gegen Spieß, Schwarzbach und Nagy war kein Kraut gewachsen. Am Ende wurden Höchstlasten von 210 und 220 kg im Stoßen aufgelegt, für jeden Zuschauer ein Erlebnis. Abschließend war dies sicherlich ein Highlight im Gewichthebersportjahr 2017 und wie es Teamleiter Manuel Noe formuliert hat: „Ich bin nicht nur zufrieden, sondern richtig stolz auf diese Jungs.“ Diesem Satz konnten sich sicherlich, trotz Niederlage einige Besucher anschließen.





**In der ersten Ausgabe im Jahr 2018 haben wir uns mit dem neuen Physiotherapeut unserer Bundesligamannschaft Daniel Gatzka über seine Aufgaben und Ziele unterhalten.**



**Hallo Daniel, seit dieser Saison betreust du ja die Bundesligamannschaft des SVO. Wie kam der Kontakt zustande?**

Schon seit meiner Selbständigkeit 1999 in Mosbach hatte ich immer wieder viele Gewichtheber (Volker & Thorsten Hauß, Kevin Ockert, Marco Frick etc.) in meiner Praxis in Mosbach zur Behandlung. Dann sprach mich Franz Hauß an, ob ich es mir vorstellen könnte die zweite Mannschaft der Oberrheimer Gewichtheber zu betreuen. Seit dem betreue ich diese und viele Gewichtheber aus der ersten Mannschaft kamen auch zur Therapie. Deswegen war schon immer ein enger Kontakt da und die neue Vorstandschaft kam dann auf mich zu.

**Kam so auch der Kontakt zur Nationalmannschaft? Was hat dich daran gereizt?**

Seit vielen Jahren schon betreue ich Jakob Neufeld und er ist auch seit dem mein bester Freund, "wir sind so was wie Blutsbrüder". Wir machten sehr viele enge Situationen in seiner Laufbahn als Nationalheber

durch und so einige Therapieergebnisse waren für viele Außenstehende sehr bemerkenswert. Da der aktuelle Bundestrainer der Gewichtheber Nationalmannschaft auch zeitweise Trainer von Jakob war, wusste dieser schon von mir und von unseren Behandlungserfolgen! Zudem betreute ich im Jahr 2016 drei Profisportler (Nico Müller, Alexej Prochorow und Eduard Popp), die sich für Olympia in Rio qualifiziert hatten. Es reizt mich mit Sportlern gemeinsam Grenzen zu überschreiten und am Ende einen gemeinsamen Erfolg zu feiern!

**Wie ist aus deiner Sicht die erste Saisonhälfte verlaufen? Warst du zufrieden und wie bist du im Team aufgenommen worden?**

Wenn ich die Ausgangssituation bewerte und den Heimkampf gegen Speyer Revue passieren lasse, dann sind wir auf dem richtigen Weg und abgerechnet wird erst beim Finale;-) Ich wurde sehr offen und herzlich aufgenommen. Zu Beginn gibt es natürlich erstmal viel Neues für beide Seiten und es ist natürlich ein großer Vorteil, dass ich viele Heber schon gut kenne und auch behandelt habe!

**Was ist das Besondere oder Spezielle an der Betreuung eines Leistungssportlers?**

Das Besondere ist, dass es um eine Höchstleistung geht, die nur erreichbar ist, wenn ein Sportler körperlich und mental topfit ist! Das Spezielle ist, dass es dabei ganz viele Dinge zu beachten gibt, die bei normalen Patienten keine so große Rolle spielen wie emotionale Situationen, Koordinationstraining, Mentaltraining, Regeneration, Ernährung, Schlafverhalten und das Umfeld des Sportlers!





**Wie definierst du einen "gesunden" Menschen bzw. Sportler und was sollte man in deinen Augen tun?**

Ein gesunder Sportler und Mensch ist im Einklang mit sich, kennt seinen Selbst-Wert, ist sich Selbst-bewusst, besitzt die notwendige Eigenliebe und hat vor allem viel Spaß und Freude in seinem Alltag. Denn jede Krankheit und jedes Symptom wird sehr stark emotional gefärbt. Habe ich sehr viele Probleme und ist das Leben durch Stress, Angst, Wut etc. geprägt, so wird unser System immer saurer und eine Krankheit hat leichtes Spiel! Mein Motto: "Stress macht dumm!"

**Du betreust ja neben den Gewichthebern noch andere Sportler. Wen genau und was ist der große Unterschied zu einem Gewichtheber?**

Ja intensiv betreue ich auch Marvin Fritz (Motorradrennsportler Langstrecken WM)



seit vielen Jahren. Dazu Eduard Popp (Dt. Meister Ringen Schwergewicht und Olympiateilnehmer Rio), die Bundesligahandballerinnen Maike Daniels und Melanie Herrmann aus Neckarsulm, Verena Thumm (Judo BL Speyer), Dominik Britsch (Boxprofi & Juniorenweltmeister) und Firat Arslan (ehem. WBO Boxwelt-

meister). Jeder Sportler hat Besondere Belastungen und andere Bewegungsmuster. Dies führt auch zu ganz bestimmten Verletzungsanfälligkeiten, die man mit der Alphatonus-Therapie optimal verhindern kann! Ein Gewichtheber hat eine extrem hohe Maximalbelastung in einem kurzen Moment (Explosivkraft) und nur kleinste muskuläre Probleme führen zu einem Fehlversuch oder sogar zu einer Verletzung.

**Zum Abschluss noch was persönliches. Wie hast du Weihnachten und Sylvester verbracht? Hast du dir auch Vorgaben für 2018 gemacht?**

Weihnachten habe ich ganz entspannt mit meiner Familie in Obrigheim bei meinen Schwiegereltern verbracht. Sylvester feiern wir immer zu Hause mit ein paar Freunden und da wir einen einjährigen Beagle haben, kam etwas anders gar nicht in Frage! Ich mache immer einen Jahresrückblick und daraus folgend meine Ziele (Familie, Beruf und Gesundheit) für das neue Jahr. Das Wichtigste ist natürlich die Gesundheit: "Denn Gesundheit ist nicht Alles, aber ohne Gesundheit ist Alles nichts!" Ich will in diesem Jahr noch mehr Betriebliche Gesundheitsförderung machen, da die Krankheitsausfälle immer stärker ansteigen und jeder Arbeiter/Angestellte auch ein Hochleistungsmensch in seinem Bereich ist. Und unser neues Projekt ist in dem Ästhetischen Bereich, denn auch Fettpölsterchen können schmerzhaft sein! Das 3 Gänge Sofort Menü gegen Fettzellen": 60 Min. Kryolipolyse - Stosswelle - Drainage!

**Vielen Dank Daniel für diese kurzen Einblicke und dir und deiner Familie alles Gute für 2018.**







## DIE RELATIVABZUGSTABELLE

Sicherlich ist Ihnen schon 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 Gewichtheberinnen und Gewichtheber besser miteinander zu vergleichen und sie führt zu dem Ergebnis, das unter allen Mannschaftsmitgliedern eine bessere Chancengleichheit gewährleistet ist. Zur Veranschaulichung werden hier zwei Beispiele genannt: Tom Schwarzbach vom AV Speyer hat bei der Begegnung SVO gegen Speyer im Dezember 84,7 kg gewogen. Er hat damit das Idealgewicht eines Gewichthebers und bekommt deshalb keinen Bonus. Seine Relativeistung ist die Differenz zwischen Körpergewicht und gehobener Leistung. Im Reißen hat er somit mit einem Gewicht

von 148 kg 63,3 Punkte erzielt. Im Stoßen, schaffte er mit 189 kg einen Wert von 100,3 Punkten. Insgesamt steuerte damit 163,6 Punkte zum Ergebnis der Speyerer bei.

Knapp darunter bleibt sein Teamkollege Alexej Prochorow mit 160 Punkten. Prochorow wiegt 135 kg und hat 180 kg gerissen und 210 kg gestoßen. Muss kein Mathegenie sein, um festzustellen, dass das gute Ergebnis des Superschwergewichtlers nur durch Einrechnung des Relativabzugs zustande kam. Der WM-Teilnehmer bekommt gemäß Tabelle als Körpergewicht 115 kg angerechnet und war dadurch in der Lage mit seinem Teamkollegen mitzuhalten.

Die Tabelle unten ist nur auszugsweise dargestellt. Eine vollständige Tabelle finden Sie unter <http://germanweightlifting.de/download/relativtabelle/>

<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





## **Obrigheim II gegen Eisenbach 438,0 : 235,5**

Beim Auswärtskampf in Eisenbach konnte die Oberligamannschaft einen unerwartet klaren 438,0 zu 235,5 Erfolg verbuchen. Für die „Zweite“ bedeutete dieser Sieg bei den stark ersatzgeschwächten Schwarzwäldern die Verteidigung der Tabellenführung und den vorzeitigen Gewinn der Herbstmeisterschaft.

Den größten Anteil am deutlichen Erfolg hatte der bundesliga-erfahrene Adrian Müller, der aufgrund seiner Polizeiausbildung derzeit nur sehr eingeschränkt trainieren kann, aber mit sehr guten 110,0 Punkten sein enormes Leistungspotenzial offenbarte. Ohne Fehlversuch meisterte er im Reißen 105 und im Stoßen 123 kg. Einen Klasse-Auftritt verzeichnete Celina Schönsiegel, die sich auf hervorragende 95,0 Punkte steigerte. Die 15-jährige brachte im Reißen 55 kg und im Stoßen die neue Bestleistung von 72 kg zur Hochstrecke. Ihr folgte Sarah Döll, die aufgrund bezwungener 63 bzw. 76 kg insgesamt 73,0 Punkte zum Mannschaftsergebnis beitrug.



Philipp Hülser laboriert immer noch an seinen Rückenproblemen, die sich besonders im Stoßen nachteilig auswirken. Unter diesem Aspekt kann seine Leistung von

105 kg im Reißen und die aus Vorsichtsgründen reduzierten 110 kg im Stoßen sowie 70,0 Punkten nicht hoch genug bewertet werden. Immer stärker präsentiert sich „Ersatzmann“ Janne Soldner, der mit lupenreinen 107 bzw. 137 kg gute 51,0 Punkte erzielte und erneut eine Empfehlung für die 2. Mannschaft abgab. Komplettiert wurde das Team durch die kurzfristig ins Team gerückte Marie Waldenberger. Mit 39,0 Punkten (Reißen 37 kg / Stoßen 43 kg) hat sie ihr Soll mehr als erfüllt.

## **Obrigheim II gegen Magstadt 519,0 : 477,4**

Im Oberliga-Wettstreit gegen Magstadt bekamen die leider nur spärlich anwesenden Zuschauer eine absolute Top-Begegnung mit äußerst sehenswerten Leistungen geboten. Beide Teams zeigten in dem spannenden Aufeinandertreffen Gewichtheben auf höchstem Niveau. Trotz des Fehlens der etatmäßigen Heber Sarah Döll und Ruben Hofmann konnten die Gastgeber die Begegnung mit der neuen Rundenbestleistung von 519,0 gegenüber 477,4 der Gäste mit 2:1 Punkten für sich entscheiden. Ausschlagend war das Mitwirken von Marius Oechsle, der aufgrund der spanischen Erstliga-Neuverpflichtung nun Startrecht für die 2. Mannschaft besitzt. Das Reißen verlief optimal und sah die Gastgeber deutlich in Front. Im Stoßen setzten die Gäste alles auf eine Karte und es gelang ihnen, die Begegnung auszugleichen. Den Gesamterfolg konnten sie den Germanen jedoch nicht mehr streitig machen, die damit ihre Tabellenführung verteidigten und wichtige Punkte in Richtung Meisterschaft sammelten.







Die Heber beider Teams vereint

Mit 125,0 Punkten den größten Anteil am Erfolg hatte der bundesliga-erfahrene Adrian Müller, der trotz eingeschränkter Trainings im Reißen 112 und im Stoßen 128 kg über dem Kopf fixierte. Ihm folgte Marius Oechsle mit 121,0 Punkten, der fehlerfrei 120 bzw. 152 kg zur Hochstrecke brachte. Celina Schönsiegel trug aufgrund bezwungener 56 bzw. 71 kg sehr gute 95,0 Relativpunkte zum Gesamtergebnis bei. Auf 75,0 Punkte (111 bzw. 112 kg) brachte es der im Stoßen immer noch gehandicapte Philipp Hülser, während Angelina Ursolino (46 bzw. 57 kg) gute 53,0 Punkte dem Mannschaftserfolg beifügte. „Ersatzmann“ Janne Soldner bekam für 106 kg im Reißen und 138 kg im Stoßen exakt 50,0 Punkte gutgeschrieben.

che 164,0 zu 262,5 Niederlage hinnehmen. Doch was sich als ursprünglich als reine Pflichtaufgabe angedeutet hatte entwickelte sich aus Obrighheimer Sicht zu einem wahren Rekordfestival. Obwohl personell dezimiert und dem Gegner hoffnungslos unterlegen zeigten sich die Germanen bestens aufgelegt, sodass sich Bestleistung an Bestleistung reihte.



Beispielhaft hierfür die Leistung von Elias Feil, der sich mit den persönlichen Rekorden von 97 kg im Reißen und 118 kg im Stoßen auf 50,0 Punkte steigerte. Mannschaftssprecher Martin Siegmann (74 bzw. 95 kg) überzeugte mit einem fehlerlosen Auftritt und 39,0 Punkten. Ben Schenk (58 bzw. 75 kg) zeigte sich weiter verbessert und fügte 33,0 Punkte zum Gesamtergebnis bei. Gute 22,0 Punkte erkämpfte sich Philipp Sailer, dem es gelang, 77 bzw. 96 kg über dem Kopf zu fixieren. Knapp Lisa Ohlms (37 bzw. 50 kg) mit 19,0 Punkten. Die in Würzburger beheimatete Athletin hat als Quereinsteigerin erst in diesem Jahr mit dem Gewichtheben begonnen. Großes Kino bot David Haaß (86 bzw. 106 kg), der unter dem Jubel der Zuschauer erstmals in seiner Karriere einen Relativpunkt erzielte.

## LANDESLIGA

### **Obrighheim III gegen Heinsheim II 164,0 : 262,6**

Trotz einer engagierten Leistung musste das Landesligateam gegen die Bundesliga-Reserve des TSV Heinsheim eine deutli-





## Obrigheim III gegen Durlach II 156,0 : 244,3

Nichts zu erben gab es in Durlach für die 3. Mannschaft, die in ihrer Landesliga-Begegnung den Gastgebern klar den Vortritt lassen musste. Das Team aus der Karlsruher Vorstadt erzielte insgesamt 244,3 Punkte, denen Obrigheim lediglich 156,0 Zähler entgegensetzen konnte.



Beste seines Teams war Martin Siegmann mit 45,0 Punkten (Reißen 80 kg, Stoßen 98 kg) vor Elias Feil mit 40,0 Punkten (92 kg bzw. 115 kg), Marie Waldenberger (38,0 P. – 38kg / 45 kg), Lisa Ohlms (18,0 P. – 36 kg / 52 kg), Ben Schenk (15,0 P. – 53 kg / 66 kg) sowie David Haaß (80 bzw. 100 kg). Beste auf Seiten der Durlacher war Lena Bopp mit 75,0 Punkten.

### KURZ NOTIERT

#### Schrottsammlung der Gewichtheberjugend

Die Obrigheimer Gewichtheberjugend führt auch im Jahr 2018 in Zusammenarbeit mit der Fa. INAST eine Schrottsammlung durch. Der Erlös fließt wie gewohnt in die Förderung der Jugendarbeit. Die

Sammlung erstreckt sich auf das erste Halbjahr 2018 und endet am 07. Juli mit einem offiziellen Sammelfinale. Dank der Unterstützung durch das KWO kann ab März 2018 wieder ein fester Container-Standplatz genutzt werden. Der Container ist mit dem Gewichtheber-Logo gekennzeichnet und befindet sich auf dem unteren Parkplatz des Firmengeländes (videoüberwacht), wo er direkt befüllt werden kann. Zudem können erneut Abholungen vereinbart werden. Ansprechpartner hierfür sind Franz Hauß (06261/62747) und Walter Kretz (06261/60746).

Die Gewichtheberjugend bedankt sich schon im Voraus für die Unterstützung und hofft auf einen ähnlichen Sammelerfolg wie in den Vorjahren.

### JUGENDINFO

#### Intern. Deutsche Jugendmeisterschaft am 01./02.12.2017 in Plauen

Nach einigen Jahren Frankfurt/Oder und Berlin wechselte die Ausrichtung der internationalen deutschen Jugend-Mehrkampfmeisterschaft diesmal nach Plauen im Vogtland, seit 2003 bestens in Erinnerung als Stadt des ersten Obrigheimer Bundesliga-Triumphes. Mit 70 Teilnehmern (44 männlich und 26 weiblich) der Jahrgänge 2000/01/02 war die Veranstaltung ähnlich gut besucht wie im Vorjahr, aber nicht mehr vergleichbar mit den über 200 Teilnehmern früherer Jahre. Eine bedauerliche Entwicklung, ausgelöst durch die Verlegung der Meisterschaft vom Sommer in den Winter, wodurch sie für ausländische Teilnehmer offenbar deutlich an Reiz verloren hat.







Der SV Germ. Obrigheim als teilnahme-stärkster Verein war mit insgesamt neun Athleten/innen am Start. Diese hatten einen Fünfkampf, bestehend aus den Gewichtheber-Disziplinen Reißen und Stoßen sowie den Athletikübungen Lauf, Sprung und Wurf, zu absolvieren. Alle präsentierten sich sehr gut vorbereitet und überzeugten durch hervorragende Leistungen und Top-Platzierungen.

Beim Jahrgang 2002 bestätigte die EM-Teilnehmerin Celina Schönsiegel ihre ausgezeichnete Form und ging trotz starker Konkurrenz mit Silber dekoriert aus dem Wettkampf. Im Gewichtheben steigerte sie sich auf überragende 58 kg im Reißen und 74 kg im Stoßen, was ihr erstmals 100,0 Relativpunkte einbrachte. Hinzu kamen 7,15 m im Sprung, 10,5 s im Lauf und 7,52 m im Wurf, was sie in Summe zu 572,4 Mehrkampf-Punkten führte. Auf dem 10. Platz Angelina Ursolino mit 457,6 Punkten. Im Reißen erzielte sie gute 50 kg und im Stoßen ließ sie 57 kg folgen, ergänzt durch ihre Athletikergebnisse von 8,68 m im Wurf, 10,7 s im Lauf und 6,15 m im Sprung.

Ihren dritten Meistertitel in diesem Jahr sicherte sich Sarah Döll. Mit 517,2 Punkten, resultierend aus den neuen Bestmarken von 70 kg im Reißen und 82 Punkten im Stoßen sowie 9,55 m im Wurf, 6,61 m im Sprung und 10,8 s im Lauf lag sie deutlich vor der Konkurrenz. Marie Waldenberger erkämpfte sich mit 166,3 Punkten (Reißen 38 kg, Stoßen 47 kg) den 7. Platz, musste aber krankheitsbedingt vor der Athletik den Wettkampf abbrechen.

Bei der männlichen Jugend erwies sich Ruben Hofmann (2. Platz) als bester Obrigheimer. Nach einer Schrecksekunde, als er im Reißen seine Anfangslast von 106

kg erst im 3. Versuch gültig bewältigte, fand er sehr gut in den Wettkampf und verbesserte im Stoßen seine Bestmarke auf 135 kg gleich 102,0 Relativpunkte. Nimmt man die Athletikergebnisse von 9,15 m im Sprung, 9,3 s im Lauf und 14,94 m Wurf dazu kam er auf sehr gute 728,0 Mehrkampfpunkte. Beeindruckend auch der Auftritt von Elias Feil, der erneut mit Bestleistungen (Reißen 96 kg / Stoßen 120 kg) aufwartete und zusammen mit 11,36 m im Wurf, 8,66 m im Sprung und 10,1 s im Lauf insgesamt 586,6 Punkte (Platz 8) sammelte.

Philipp Sailer (539,6 Punkte 6. Platz) durfte sich im Jahrgang 2001 ebenfalls über neue Bestleistungen freuen. In Rekordlaune präsentierte sich Ben Schenk, 6. Platz Jahrgang 2002 mit 528,9 Punkten. Er brachte 60 kg im Reißen, 77 kg im Stoßen, 8,30 m im Wurf, 7,21 m im Sprung und 10,1 s im Lauf in die Wertung. David Haaß belegte mit 405,2 Punkten und den Einzelergebnissen 86 bzw. 105 kg im Gewichtheben sowie 9,88 m (Wurf), 6,51 m (Sprung) und 11,7 s (Lauf) den 9. Platz.



Große Erwartungen setzte man auf den nach Relativpunkten ausgetragenen Mannschaftswettbewerb. Vierzehn Jahre nach dem Triumph des Bundesliga-Teams holte sich auch die Jugendmannschaft den Meistertitel. In der Besetzung Ruben Hofmann (102,0 Punkte), Celina Schönsiegel (100,0), Sarah Döll (86,0) und Angelina Ursolino (56,0) lag man mit 344,0 Punkten deutlich vor Grünstadt u. Gräfenroda.





**1. BUNDESLIGA – GRUPPE A**

**30.09.2017:**

Durlach – AV Speyer 03	718,6: 855,4
AC St. Ilgen – Mutterstadt	597,1: 800,4
Heinsheim – TB Roding	717,0: 707,0
Schifferstadt – Pforzheim	547,0: 586,4

**13.10.2017:**

AV Speyer – AC St. Ilgen	905,4: 509,8
--------------------------	--------------

**14.10.2017:**

<b>SV Obrigheim</b> – Durlach	794,6: 664,8
AC Mutterstadt – Heinsheim	745,8: 611,4
TB 03 Roding – Schifferstadt	707,0: 287,6

**11.11.2017:**

Mutterstadt – <b>Obrigheim</b>	801,8: 827,6
AC St. Ilgen – SC Pforzheim	795,4: 605,6
Heinsheim – Schifferstadt	655,0: 552,4
KSV Durlach – TB Roding	731,6: 732,0

**09.12.2017:**

AC St. Ilgen – TB Roding	566,2: 626,6
--------------------------	--------------

**16.12.2017:**

SC Pforzheim – Heinsheim	517,6: 650,6
Mutterstadt – KSV Durlach	785,8: 377,5
<b>Obrigheim</b> – AV Speyer	934,5: 947,1

**20.01.2018:**

KSV Durlach – AC St. Ilgen
AC Mutterstadt – SC Pforzheim
<b>SV Obrigheim</b> – TSV Heinsheim
AV Speyer 03 – KSC Schifferstadt

**03.02.2018:**

KSV Durlach – KSC Schifferstadt
AC St. Ilgen – TSV Heinsheim
SC Pforzheim – <b>SV Obrigheim</b>
AV Speyer 03 – TB 03 Roding

**17.02.2018:**

TSV Heinsheim – KSV Durlach
SC Pforzheim – AV Speyer 03
TB 03 Roding – AC Mutterstadt
KSC Schifferstadt – <b>SV Obrigheim</b>

**10.03.2018:**

SC Pforzheim – KSV Durlach
TB 03 Roding – <b>SV Obrigheim</b>
KSC Schifferstadt – AC St. Ilgen
AV Speyer 03 – AC Mutterstadt

**07.04.2018:**

TSV Heinsheim – AV Speyer 03
<b>SV Obrigheim</b> – AC St. Ilgen
TB 03 Roding – SC Pforzheim
KSC Schifferstadt – AC Mutterstadt

**GEWICHTHEBEN IM INTERNET**

Alle Bundesliga-Ergebnisse finden Sie stets aktuell auf der Homepage des Bundesverbands Deutscher Gewichtheber

**[german-weightlifting.de](http://german-weightlifting.de)**

Neben Ergebnissen gibt es dort aktuelle Infos und Links zu den Auftritten der Gewichtheber auf Facebook, Instagram und Youtube.

Konkrete Information zu Ihren Obrigheimer Gewichthebern, alle Ergebnisse, die den SVO betreffen und den Link zu den Obrigheimer Gewichthebern bei Facebook finden sie weiterhin auf

**[obligheimer-gewichtheber.de](http://obligheimer-gewichtheber.de)**

Infos in englischer Sprache gibt es unter [ewfed.com](http://ewfed.com) (europäischer Gewichtheberverband) oder [iwf.net](http://iwf.net) beim Weltverband der Gewichtheber.





# DIE HEBER UND IHRE LEISTUNGEN 2017/2018

	<b>14.10.</b>	<b>11.11.</b>	<b>16.12.</b>	<b>20.01.</b>	<b>04.02.</b>	<b>18.02.</b>	<b>10.03.</b>	<b>07.04.</b>
	Dur- lach	Mutter- stadt	Speyer	Heins- heim	Pforz- heim	Schif- ferstadt	Roding	St. Ilgen
	Heim	Auswärts	Heim	Heim	Auswärts	Auswärts	Auswärts	Heim
<b>Nico</b>	153,0	148,0	150,0					
<b>MÜLLER</b>	186,0	175,0	183,0					
	180,0	167,0	182,0					
<b>Jakob</b>	130,0	130,0	138,0					
<b>NEUFELD</b>	155,0	160,0	168,0					
	131,0	139,0	155,0					
<b>Alexander</b>	133,0	132,0	135,0					
<b>OBBERKIRSCH</b>	152,0	151,0	154,0					
	131,0	132,0	138,0					
<b>Adrian</b>	-	108,0	112,0					
<b>MÜLLER</b>	-	-	-					
	-	49,0	54,5					
<b>Marius</b>	-	-	-					
<b>OECHSLE</b>	-	145,0	157,0					
	-	69,5	83,0					
<b>Gheorghii</b>	140,0	137,0	-					
<b>CERNEI</b>	160,0	164,0	-					
	133,6	140,6	-					
<b>Ruben</b>	107,0	-	-					
<b>HOFMANN</b>	129,0	-	-					
	100,0	-	-					
<b>Matthäus</b>	148,0	154,0	165,0					
<b>HOFMANN</b>	175,0	180,0	190,0					
	119,0	130,0	151,0					
<b>Alejandro</b>	-	-	145,0					
<b>GONZALES</b>	-	-	180,0					
	-	-	171,0					
<b>Gesamt:</b>	<b>794,6</b>	<b>827,1</b>	<b>934,5</b>					





