

Zwei neue Bestzeiten der Leichtathleten

Mit zwei neuen Bestleistungen endete am Freitagabend der erste Tag des Laufevents der DJK-Weiden in Neustadt a.d. Waldnaab für die beiden Teilnehmer des TV Bad Kötzing. Jedes Jahr zum Saisonausklang treffen sich viele Langsprinter und Mittelstreckenläufer im idyllischen Waldstadion in der mittleren Oberpfalz. Das Nachwuchstalent des TV, Karina Mühlbauer Altersklasse W 13, startete im 800 m Lauf in der AK U 16 als eine der Jüngsten bei den Schülerinnen. Als Technikerin, die mehr ihre Stärken vor allem in den technischen Sprint- und Sprungdisziplinen hat, war es einmal auch ein Test in Sachen Mehrkampf im nächsten Jahr. In einem sehr guten Rennen mit einer optimalen Tempoeinteilung verbesserte sie ihren bisherigen Hausrekord von 2:53 Minuten auf nunmehr 2:48,27 Minuten. Mit etwas mehr Ausdauertraining in den Wintermonaten ist für sie noch eine größere Steigerung möglich.

Ihr männlicher Vereinskamerad, Sebastian Liebl AK U 18, wollte auch noch einmal einen schnellen 800 m Lauf auf die Bahn bringen. Dies gelang ihm dann auch in einer sehr souveränen Art. Wie in Neustadt schon lange Tradition wird dort altersübergreifend in etwa gleich starken Läufen gestartet. Hier gibt es immer spannende und schnelle Rennen zu sehen. So wurde Liebl in eine Gruppe gesetzt, wo alle achten Läufer innerhalb von 5 Sekunden ihre Bestzeiten hatten. So waren es für ihn optimale Voraussetzungen für eine schnelle Zeit. Und diese nützte er dann auch aus, um mit 2:06,42 Min eine neue Bestzeit auf die Bahn zu bringen. Damit hat er in dieser Saison seine Leistung von 2:11 Minuten um fünf Sekunden auf nunmehr 2:06 Min gesteigert. So war wie letztes Jahr der Saisonabschluss in Neustadt wiederum optimal für ihn. Jetzt geht es erstmals in die verdiente Trainingspause, um sich dann ab September wieder für die Halle und Freiluftwettkämpfe 2024 gut vorzubereiten.