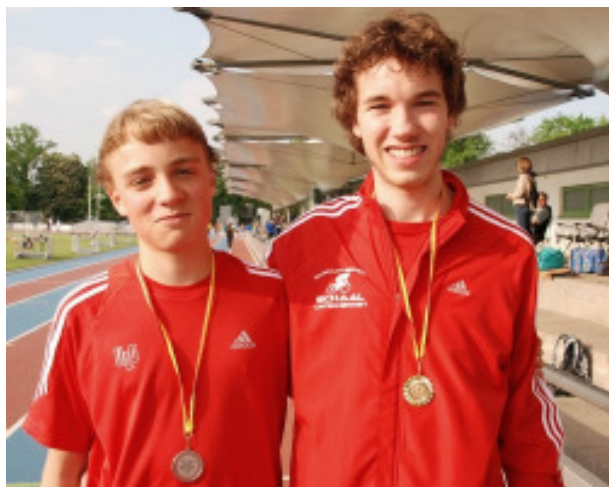


## Fünf Mal Edelmetall bei den Regio-Meisterschaften in Mannheim

Bei den Regio-Meisterschaften kämpften die Sportler aus Heidelberg, Mannheim, Heilbronn und den Landkreisen Schwäbisch Hall, Hohenlohe, Heilbronn, Neckar-Odenwald und Rhein-Neckar am vergangenen Wochenende im Stadion der MTG Mannheim um die Titel.

Einen tollen Auftakt steuerte **Robin Föll** zum insgesamt sehr guten Abschneiden der Heinrieter Mannschaft bei. Im Rennen der männlichen B-Jugend über 800 m setzte sich Robin Föll vom Start weg an die Spitze des Feldes und legte ein hohes Tempo vor. Nach 400 m führte Robin eine Dreiergruppe an, der der Rest des Feldes nicht mehr folgen konnte. Die Attacke eines Läufers aus St. Ilgen wehrte Robin noch vor der letzten Kurve ab und holte sich in neuer persönlicher Bestzeit von 2:00,21 Minuten den Meistertitel.



**Oscar (li.) und Robin: Regio-Vizemeister und Meister**

**Oscar Silcher** erkämpfte sich kurz darauf die Vizemeisterschaft über die 3.000 m der B-Jugend. Er hatte sich sein Rennen über die 7 ½ Stadionrunden gut eingeteilt und kam nach 10:33,69 Minuten als Zweiter ins Ziel.

Der zweite Wettkampftag begann für die Heinrieter mit den 300 m-Sprints bei den Schülerinnen A und der weiblichen Jugend B. Für **Carolin Föll** war es das erste Rennen über diese Sprintstrecke. Auf Anhieb schaffte sie es, unter der 46 Sekundenmarke zu bleiben und gewann in 45,95 Sekunden die Bronzemedaille. Noch besser lief es bei **Miriam Odenwälder**, die das beste Stehvermögen aller Mädchen ihrer Altersklasse hatte. In neuer persönlicher Bestzeit von 43,82 Sek. wurde Miriam Regio-Meisterin 2010.



**Starke Sprinterinnen über 300 m: Carolin und Miriam**

Obwohl **Henry Silcher** eher die längeren Strecken bevorzugt, startete er in Mannheim über die 1.000 m der A-Schüler. Nach 2 ½ Stadionrunden in 3:18,53 Minuten belegte er den achten Platz. Die gleiche Strecke lief auch **Christian Silcher** (in Mannheim „Silschar“ gesprochen) bei den B-Schülern. Für ihn blieben die Uhren nach 3:22,22 Minuten stehen womit er auf Platz fünf landete. Die gleiche Platzierung erreichte auch **Rasa Fuchs** bei den B-Schülerinnen über die 800 m. Sie war die kleinste im Feld der Starterinnen und kam nach zwei Runden und 2:40,21 Minuten ins Ziel.



**Gut gelaufen: Rasa Fuchs, Henry und Christian Silcher**

Zum Schluss lief **Miriam Odenwälder** auch noch die 800 m. Obwohl ihr der 300 m-Lauf noch in den Beinen steckte, erkämpfte sie sich nach 2:33,58 Minuten den dritten Platz und holte sich damit ihre zweite Medaille bei diesen Regio-Meisterschaften. Somit erwies sich die Mannheimer Bahn wieder einmal als sehr erfolgreiches Pflaster für die kleine Heinrieter Mannschaft.

## Erfolgreiche Trolli-Generalprobe beim Südzuckerlauf in Duttenberg!

Als willkommener Test zur Formüberprüfung für den Trollinger-Marathon diente der Südzuckerlauf über 10 km in Duttenberg am vergangenen Samstag. Auf der sehr selektiven Strecke mit einem giftigen Anstieg auf dem letzten Kilometer liefen **Isabel Leibfried** und **Jan Hollstein** ein perfektes Rennen.

Nach verhaltenem Beginn durchpflügten die Beiden regelrecht das Läuferfeld und landeten am Ende im Gesamteinlauf auf den 8. und 11. Platz bei 188 Teilnehmern, die ins Ziel kamen. Im Endergebnis bedeutet dies für Isabel Leibfried einen klaren Sieg bei den Frauen mit neuem Streckenrekord von **38:45 Minuten**, vor der ebenfalls der Jugendklasse angehörenden **Tessa Götz** mit 43:38 Minuten. Jan Hollstein war mit großem Abstand schnellster Jugendlicher mit **39:01 Minuten**.



*Isabel (Nr. 292) und Jan (Nr. 291) zeigen den "Alten" wie der Hase läuft.*

Am kommenden Sonntag starten alle Drei beim „Trolli“ über die Halbmarathon-Distanz. Nach den Voranmeldungen werden rund 5.000 Läufer/-innen die 21,1 km bestreiten. Dann wird sich zeigen, ob die intensive Vorbereitung der letzten Wochen Früchte trägt.

Obwohl man noch mit einigen hochkarätigen Nachmeldungen rechnen muss, bestehen für Isabel beste Chancen unter die ersten Drei der Frauen zu kommen. Auch Tessa und Jan können in Ihren jeweiligen Altersklassen einen vorderen Platz belegen.

-SZ-