



 Sparkasse
Saarbrücken

SV GO! Saar 05

Leichtathletik-Magazin

AUSGABE 2025



 **prowin**
international

GO!
EXPRESS & LOGISTICS



Victor's

 **LOTTO**
Saartoto



Wir gestalten Zukunft.



Als nachhaltig agierendes Unternehmen übernehmen wir Verantwortung. Nicht nur für unsere Produkte, auch für die Gesellschaft. Ressourcenschonung und Plastikvermeidung stehen bei uns im Fokus. Du möchtest in Deinem Haushalt möglichst nachhaltig leben? Das ist möglich. Natürlich mit proWIN. **Feiere mit uns 30 Jahre Sauberkeit, Nachhaltigkeit und Innovation – für ein Zuhause, in dem du dich wohlfühlst!**

Finde eine proWIN-Beratung für **Deine proWIN-Party** ganz in Deiner Nähe.

www.prowin.net



Du willst nichts mehr verpassen?
Dann folge uns auf Instagram und Facebook.



Liebe Leichtathletik-Freunde,

die **GO! Saar 05 Athletinnen und Athleten** konnten im Berichtszeitraum wiederum zahlreiche ausgezeichnete Leistungen erzielen.

Herausragend in diesem Jahr erneut **Timo Port**, der zwei Deutsche Jugendmeistertitel im Hammerwurf gewann und zudem bei der U20 Europameisterschaft einen ausgezeichneten 5. Platz erreichte. Nur knapp dahinter die beiden 400m-Spezialisten **Maja Schorr (U 23)** und **Lucca Agostini (U20)**, die beide bei der Europameisterschaft in ihrer Altersklasse Platz 4 mit der 4x400m Staffel erlaufen konnten. Beide sind zudem nur knapp an einem 400m-Einzelstart vorbeigeschrammt.

Hervorzuheben sind darüber hinaus unsere Spitzenkräfte im Erwachsenenbereich **Ksenia Helios, Saskia Woidy, Joelle Schmidt, Charel Gaspar, Lennart Zehfeld, Mohammed Rekna** und **Alexander Jung** sowie unsere besten Jugendlichen **Luisa José, Sara Janes, Luisa Rothfuchs Galan, Alisha Schmidt, Jule Hanni Korter, Friederike Albersdörfer, Bible Wisdom Dadzie, Lenie Dorst, Manuel Bernabeu Walz, Tyrese Omoregbee, Abie Hensgen, Vincent Sempruch, Jonas Fahrig, Noah Schales, Coirvin Schwarz, Lasse Oldenburg** und **Simon Puskeiler**.

Aufgrund der Vielzahl herausragender Erfolge wurden Ende September die Jahresbesten im Rahmen



Axel Buchholz (links) mit unserem neuen Ehrenmitglied Lutz Bender

einer Ehrung besonders gewürdigt. In den Räumlichkeiten des Victor's Residenz-Hotels am Rodenhof trafen sich die allerbesten Sportlerinnen und Sportler aus den Altersklassen U18 bis Erwachsene gemeinsam mit ihren Trainerinnen und Trainern, unserem Vorstand sowie Vertretern unserer wichtigsten Sponsoren zu einer sehr gelungenen Veranstaltung in würdigem Rahmen.



Herzlichen Glückwunsch an alle erfolgreichen Sportlerinnen und Sportler. Ihr seid echte Vorbilder! Die exakten Erfolge sind in den Tabellen auf den Seiten 32 - 36 nachzulesen.

Darüber hinaus setzten auch die **Senioren**sportler von **GO! Saar 05** wie gewohnt viele Ausrufezeichen. Die von **Heinz Motsch** und **Lutz Bender** betreuten Athleten konnten gerade bei Staffeln und Mannschaftswettkämpfen ihren Teamgeist unter Beweis stellen. Explizit nennen möchte ich **Ute Schweitzer, Gisela Mellmann, Heike Maas, Audrey Vaughan, Lutz Bender, Gerhard Adams, Horst Backes, Axel Buchholz, Dieter Dörr, Nihat Kont, Günter Rausch, Georg Müller, Dirk Rheinfrank, Michael Klein, und Ulrich Greuther**. Aber auch zahlreiche weitere Wettkämpfer aus dem Seniorenbereich haben die Farben von **GO! Saar 05** wieder in beeindruckender Art und Weise vertreten.

Wie gewohnt finden Sie im vorliegenden Jahresmagazin schöne Bildergalerien vom **Ford Adventlauf 2024** sowie dem **GO! Halbmarathon 2025**, dem **Sparkassen City-Lauf 2025** und der **proWIN Kinderolympiade 2025**. Wir hatten jeweils Glück mit dem Wetter und zahlreiche glückliche und zufriedene Teilnehmer, die alle mit Spaß bei der Sache waren. Zudem startete bei unseren Straßenläufen mit **Jan Lukas Becker** von Bayer Leverkusen ein echter Spitzenathlet. Der gebürtige Saarbrücker legte eine perfekte Siegesserie hin.

Unser nächster Lauf wird wiederum der **Ford Adventlauf** sein. Dieser bildet am Sonntag, dem 30. November 2025 den Abschluss des diesjährigen **Sparkassen Cups**. Wir freuen uns auf viele Meldungen und möchten wieder gerne mehr als 300

Läuferinnen und Läufer am Start begrüßen. Die entsprechende Bildergalerie finden Sie dann in zwölf Monaten im Jahresmagazin 2026.

Ich möchte mich wie gewohnt bei allen **Helferinnen und Helfern** ganz herzlich bedanken. Bei den Sportlerinnen und Sportlern aus unseren Jugendgruppen, ihren Eltern sowie gerade unseren Senio-



Maja Schorr mit ihrem Trainer und Vater Werner Schorr



Lennart Zehfeld



Luna Galan-Rothfuchs

rinnen und Senioren aus Breiten- und Leistungssport. Ohne diese tatkräftige Unterstützung wären unsere Events nicht zu stemmen. Und ohne diese Events wäre der übrige Sportbetrieb nicht zu finanzieren. Herzlichen Dank dafür! Ohne diese Hilfe könnten wir unser hohes Niveau nicht realisieren.

Bitte schreibt euch die nächsten Termine bereits heute in den Kalender. **Oliver Jakobs** wird wieder Streckenposten benötigen, insbesondere für den **GO! Halbmarathon** am 15. März 2026. **Angelika Reiß** und **Bärbel Breder** freuen sich über Unterstützung an der Verkaufstheke für Speis und Trank. Und selbstverständlich über zahlreiche Kuchen Spenden. Und für die proWIN Kinderolympiade am Sonntag, dem 31. Mai 2026 sind mindestens 30 Kampfrichter sowie weitere Helfer nötig, vorwiegend aus dem Kreis jugendlicher Sportlerinnen und Sportler. Die Kinderolympiade dient im nächsten Jahr auch als Test für die Leichtathletik-Wettbewerbe der Special Olympics. Nach umfangreicher Sanierung wird der Kieselhumes erstmals wieder genutzt werden.

Ich nutze die Gelegenheit auch gerne, mich bei allen weiblichen und männlichen **Vorstandskollegen und Trainern** ganz herzlich für die Unterstützung in der abgelaufenen Saison zu bedanken. Alle haben ihre Expertise und ihr Engagement in hervorragender Weise eingebracht.

Stellvertretend aus dem Kreis der vielen Trainerinnen und Trainer, möchte ich in diesem Jahr unseren langjährigen Sprinttrainer **Werner Schorr** nennen. Mit Kompetenz und Engagement hat er seit Jahren seine Tochter Maja in die nationale und internationale Spitze geführt. Der behutsame Aufbau führte zu zahlreichen Erfolgen und kann nun Garant dafür sein, diese Erfolgsgeschichte auch im Erwachsenenalter fortzuschreiben. Ein besonderer Dank geht auch an **Nihat Kont**, den Trainer unserer Langstreckler. Er hat in den letzten Jahren wieder eine starke Gruppe aufgebaut. Sowohl zahlen- als auch leistungsmäßig. Die Erfolge bei Straßenläufen lassen aufhorchen. Viele gute Platzierungen bei Meisterschaften sowie in der saarländischen Bestenliste sind der verdiente Lohn.

Darüber hinaus möchte ich mich bei **Andrea Wilking**, unserer langjährigen Trainerin im Seniorenbereich, sehr herzlich bedanken. Sie ist zugleich fundierte Expertin wie gute Seele der Sportabzeichen-Gruppe. Sie hält „die Alten“ bei der Stange. Eine Kombination aus Gesundheits- und Freizeitsport, der durch den Erwerb des Sportabzeichens durchaus auch leistungssportliche Komponenten beinhaltet. Eine enorm wichtige Aufgabe, die bei Andrea in den besten Händen ist. Sie schafft es,



Trainerin Mawoin Beavogui

gleichzeitig sympathisch und konsequent zu sein. Beides wichtige Charakterzüge für diese Aufgabe.

Stellvertretend für den Vorstand möchte ich mich diesmal bei **Fritzi Albersdörfer** bedanken. Sie ist bei der Akquise von Helferinnen und Helfern Gold wert. Sowohl bei unseren Straßenläufen als auch bei der Kinderolympiade benötigen wir jeweils zwischen 20 und 50 Helferinnen und Helfer. Ohne die Überzeugungsarbeit von Fritzi wäre dies kaum machbar. Gemeinsam mit **Ksenia Helios** und **Robert Herrmann** hat Fritzi den Vorstand in den letzten beiden Jahren deutlich verjüngt. Auch der neue stellvertretende Vorsitzende **Joachim Mues** hat noch zu dieser notwendigen Verjüngung beitragen können. Ein wichtiger Schritt in die Zukunft.

Großen Anteil an unserer erfolgreichen Vereinsarbeit haben auch **unsere Sponsoren**. Ohne die großzügige finanzielle Unterstützung unserer langjährigen Partner wäre der Sportbetrieb auf unserem Niveau nicht leistbar. Ich bedanke mich daher im Namen der gesamten **GO! Saar 05-Familie** ganz herzlich bei all unseren Sponsoren. Besonderer Dank gilt unserem **Namenssponsor GO!** sowie unserem **neuen Trikotsponsor Victor's Residenz-Hotels**. Diese beiden Partner sichern uns eine stabile finanzielle Basis. Darüber hinaus profitieren wir sehr vom Namenssponsoring unserer Veranstaltungen durch die **Sparkasse Saarbrücken, Ford, proWIN** und **Lotto**. Die finanzielle Unterstützung unserer Veranstaltungen sowie die Einnahmen aus diesen Veranstaltungen sind ebenfalls eine tragende Säule unseres Sportbetriebs in allen Altersklassen. Bei der **Victor's Group** möchte ich mich zusätzlich für die Unter-

Saskia Woidy eingearhmt von Sportwart Claus Keil und **GO!** Chef Wolfgang Sacher

stützung des **Victor's Track Teams** bedanken. Unsere besten Sportlerinnen und Sportler werden freundlicherweise hinsichtlich ihres beträchtlichen Aufwandes im Training und bei Wettkämpfen auch persönlich unterstützt.

Zum Abschluss noch ein wichtiger Ausblick auf nächste Saison. Aus bisher unbekannten Gründen hat der SLB die Zusammenarbeit mit seiner erfolgreichen Landestrainerin Lena Barthel nicht verlängert. Das war zunächst auch für uns eine schlechte Entwicklung. Lena hat mit einigen unserer besten Sportlerinnen und Sportlern und insbesondere deren Trainern sehr kompetent, empathisch und insbesondere erfolgreich zusammengearbeitet. Glücklicherweise hat sich Lena dazu entschieden, weiterhin im Saarland zu bleiben. Sie gehört seit 01. November ebenfalls zu unserem Trainerteam. Ein weiterer Grund, optimistisch in die Zukunft zu blicken.

Ich persönlich freue mich schon heute auf das Jahr 2026 und wünsche allen Mitgliedern eine gesunde, erfolgreiche und glückliche Zeit in diesem außergewöhnlichen Verein!

Mit sportlichen Grüßen

A stylized handwritten signature in black ink.

Dr. Bernd Coen • Vorsitzender

Mehr als nur Bewegung

Die Kinderleichtathletik ist ein fester Bestandteil unseres Sportvereins – und das aus gutem Grund. Mit einem vielseitigen, spielerischen und altersgerechten Training bietet sie Kindern nicht nur Bewegung, sondern fördert auch wichtige körperliche, soziale und geistige Fähigkeiten.

Leichtathletik ist die Grundlage vieler anderer Sportarten. Laufen, Springen und Werfen sind natürliche Bewegungsformen, die in der Kinderleichtathletik gezielt, aber mit viel Spaß und Abwechslung trainiert werden. Dadurch entwickeln Kinder früh ein gutes Körpergefühl, verbessern ihre Koordination, Ausdauer, Schnelligkeit und Kraft – alles Fähigkeiten, die für eine gesunde körperliche Entwicklung wichtig sind.

Darüber hinaus lernen die Kinder spielerisch wichtige Werte wie Fairness, Teamgeist und Durchhaltevermögen. In vielen Übungen und Wettkämpfen steht nicht das Gewinnen im Vordergrund, sondern das gemeinsame Erleben, gegenseitige Unterstützen und das Wachsen an Herausforderungen.

In unseren wöchentlichen Trainingseinheiten stehen Spaß und Bewegung im Mittelpunkt. Durch abwechslungsreiche Übungen, Parcours, Staffelläufe und spielerische Wettkämpfe bleibt das Training spannend und motivierend. Die Kinder werden altersgerecht gefördert und haben die Möglichkeit, sich individuell zu entwickeln, ohne überfordert zu werden.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Kinderleichtathletik des Deutschen Leichtathletik-Verbandes (DLV), die speziell für Kinder im Alter von 6 bis 11 Jahren entwickelt wurde. Sie setzt



auf Teamwettbewerbe und vielseitige Bewegungsformen, die an die klassischen Disziplinen angelehnt sind – angepasst an die kindlichen Bedürfnisse.

Neben der körperlichen Entwicklung ist es uns ein großes Anliegen, den Kindern Selbstvertrauen zu vermitteln. Erfolgserlebnisse im Training und bei kleinen Wettkämpfen, das gemeinsame Erreichen von Zielen und das Gefühl, Teil eines Teams zu sein, stärken das Selbstbewusstsein und die soziale Kompetenz.

Auch in diesem Jahr haben wieder zahlreiche Sportlerinnen und Sportler an den Wettkämpfen im Regionalverband Saarbrücken, Saarpfalz/Neunkirchen und St. Wendel teilgenommen. Insgesamt konnte der SV GO! Saar 05 19 Mannschaften an den 5 Wettkampfterminen melden.

Das Team der U 8 und U 10 erhielt bei der vom Verein ausgetragenen Kinderolympiade sogar den von proWIN gestifteten Pokal, der nun stolz von Sportler zu Sportler weitergegeben wird.

Beim KiLa-Finale am Sportcampus durften alle Altersklassen U 8, U 10 und U 12 teilnehmen. Auch wenn es nicht zu einem vorderen Platz gereicht hat, waren alle von dem Wettkampf in der Leichtathletikhalle begeistert.

Einladung zum Schnuppertraining

Wir freuen uns immer über neue Gesichter! Kinder zwischen 6 und 11 Jahren sind herzlich eingeladen, bei einem Schnuppertraining mitzumachen und die Leichtathletik für sich zu entdecken. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur Freude an Bewegung und bequeme Sportsachen!



Bärbel Breder Thonet mit Schwester Andrea Breder

36. proWIN Kinderolympiade – 14.06.2025



Der handballspielende Windhund

Am liebsten „ballert“ **Lucca Agostini** in Höchstgeschwindigkeit über die 400-Meter-Bahn. Doch auch der Mannschaftssport hat für das 18-jährige Langsprint-Talent des SV **GO! Saar 05** seine Reize.

Am Anfang stand das Laufen: Bei den „Windhunden“, einer Laufgruppe in seiner Kita, kam Lucca Agostini erstmals zaghaft mit dem Laufsport in Kontakt. Inzwischen gehört das Talent des SV **GO! Saar 05** zu den Besten seiner Altersklasse. Im Februar dieses Jahres wurde er deutscher U20-Vizemeister über 400 Meter in der Halle. Mitte Juni 2025 stellte er bei der Sparkassen-Gala in Regensburg mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 47,27 Sekunden auch einen neuen U20-Saarlandrekord auf. Zudem erfüllte er mit dieser starken Zeit die Norm zur Teilnahme an den U20-Europameisterschaften, die von 7. bis 10. August im finnischen Tampere ausgetragen werden, wo er in der 4x400-Meter-Staffel starten wird. Apropos: Beim jüngsten Wettkampf mit der deutschen Staffel kam er als Starter sogar handgestoppt auf eine Zeit unter 47 Sekunden.



Bei der U20-EM startet Lucca Agostini in der 4x400-Meter-Staffel

„Ich war schon in jungen Jahren ziemlich aktiv und wollte am liebsten immer Sport treiben“, erinnert sich Lucca, der heute 18 Jahre alt ist: „Das war eine gute Möglichkeit, die überschüssige Energie abzubauen.“ Seine Klassenlehrerin in der Grundschule, selbst frühere Handballerin, entdeckte im Sportunterricht sein Handball-Talent und führte ihn zum HSV Püttlingen zu einer weiteren Gelegenheit, regelmäßig überschüssige Energie loszuwerden. Ein kurzes Intermezzo als Motocross-Fahrer im Grundschulalter fand hingegen nach einem Sturz ein jähes Ende. „Ich habe mich dabei nicht wirklich verletzt, aber hab mich danach nicht mehr auf eine Maschine getraut“, verrät Agostini. Mit einer kurzen Unterbrechung ist er also seit inzwischen etwa zehn Jahren auch im Handball im Leistungssportbereich unterwegs. Derzeit spielt er für den HC Dillingen/Diefflen, zu dem er 2024 aus der A-Jugend des HSG Völklingen gewechselt war, in der Männer-Oberliga.

„Mein Fokus liegt aber auf der Leichtathletik“, stellt Agostini klar. Hier machte er seine ersten Schritte, Sprünge und Würfe beim TV Püttlingen. Über einen Handball-Kumpel kam der Wechsel zum TV Ludweiler zustande, dem Verein des früheren Weltklasse-Speerwerfers Boris Obergföll (früher Henry). „Damals habe ich noch alles trainiert und mich noch nicht auf das Laufen spezialisiert“, berichtet Agostini. Sein früherer Trainer René Schwarz hat ihn schließlich für die Laufgruppe der Landestrainerin Aline Zaar empfohlen und nach der Zwischenstation beim LC Rehlingen landete Agostini schließlich beim SV **GO! Saar 05**. Doch was treibt den 400-Meter-Spezialist an, immer und immer wieder „seine“ Runde zu drehen? „Das kann ich ehrlich gesagt gar nicht so in Worte fassen. Mir hat es einfach immer Spaß gemacht, eine Runde lang so schnell zu laufen wie es nur geht und der Schnellste zu sein“, antwortet er. Früher war er nicht schon nach einer Runde damit fertig – eigentlich kommt er von der Langstrecke, also 3.000 Metern. „Dieses Gefühl, wenn man in der höchsten Geschwindigkeit angekommen ist und die Bahn entlangballert – das mag ich einfach“, versucht er sich an einer Beschreibung des Hochgefühls, das das perfekte Zusammenspiel von Körper und Geist in ihm hervorruft: „Ich mag es auch, den inneren Schweinehund zu überwinden. In jeder Trainingseinheit muss man über seine Grenzen hinausgehen und das macht mir einfach Spaß.“

Der Handball bietet ihm über den Reiz der körperlichen Auslastung hinaus die Zugehörigkeit zu einer Mannschaft und eine spezielle Atmosphäre in der Halle. „Dass man gemeinsam auf dem Feld steht

und versucht, das Spiel zu gewinnen, ist etwas ganz anders, als alleine gegen die Uhr zu rennen“, sagt er und ergänzt: „Außerdem passiert im Handball unheimlich viel in ganz kurzer Zeit. Man muss sehr darauf achten, keine Fehler, keine falschen Bewegungen zu machen oder falsche Entscheidungen zu treffen. Das macht mir auch unheimlich viel Spaß.“ Auf der Position Linksaußen kann Agostini seine für gegnerische Spieler brutale Schnelligkeits- und Ausdauer Vorteile ausspielen. Ligaweit kann ihm diesbezüglich keiner das Wasser reichen. In seiner eigenen Mannschaft kann nur Mitspieler Hendrik Huth mithalten – allerdings nicht lange.

Nach dem Abitur im kommenden Jahr am Saarbrücker Gymnasium am Rotenbühl, einer Eliteschule des Sports, plant der 18-Jährige ein duales Studium bei einer Bank. Das soll ihm einerseits das Einkommen sichern und die berufliche Perspektive bieten, andererseits den nötigen Freiraum für die Leistungssportkarriere bieten. Vorrang hat die Leichtathletik, aber der Handball darf auch nicht zu kurz kommen: „Meine Trainer und ich finden, dass dieses ‚stop and go‘, also das Abbremsen und wieder Beschleunigen, im Handball auch unheimlich viel für die Leichtathletik bringt und quasi ein wertvolles zusätzliches Training für meine Muskeln ist“, erklärt Agostini, der sogar dem Handball-Landeskader angehörte, diesen aber freiwillig verließ, um seinen Körper nicht mit noch mehr Trainingseinheiten pro Woche zu überlasten. Das vermeidet er auch in der aktuell laufenden Vorbereitung auf die Handballsaison mit Extra-Ausdauerseinheiten: „Ich kann zwar nicht an allen Laufseinheiten teilnehmen, aber mein Trainer weiß ja, dass ich Läufer bin und dass ich genug trainiere.“ Darüber hinaus gibt es derzeit keine Überschneidungen des Mannschaftstrainings mit Laufeinheiten.

Auch die schulischen Leistungen von Lucca Agostini litten bisher nicht angesichts seines hohen Trainingsaufkommens. Das Sommer-Zeugnis nach der zwölften Klasse ist jedenfalls mit vielen Einsern, Zweiern und Dreien gespickt – nur eine Vier trübt die Freude darüber etwas: „Deutsch ist nicht gerade meine Stärke“, gibt Agostini zu: „Ich kriege es aber immer irgendwie hin, noch eine Note über dem Strich zu bekommen. Dafür lief der Rest wirklich gut und ich denke schon, dass ich mich mit diesem Zeugnis gut bewerben kann.“ Ganz zu schweigen von seinen jüngsten sportlichen Erfolgen, die ihn auch weiterhin auf den Zetteln der Leichtathletik-Bundestrainer auftauchen lassen.

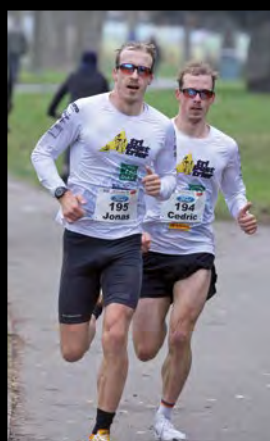
Sebastian Zenner

(Dieser Artikel erschien in
FORUM - Das Wochenmagazin, Ausgabe 31/2025)



Agostinis persönliche Bestleistung
liegt derzeit bei 47,27 Sekunden

30. Ford Advent-Lauf – 01.12.2024



Ausweichquartier während der Sanierung des Kieselhumes

Im Sommer 2025 musste die Sportabzeichengruppe ihr Training auf eine Ersatzanlage verlegen. Der Kieselhumes, die gewohnte Trainingsstätte, wird im Rahmen der Vorbereitungen auf die Special Olympics 2026 umfassend saniert und modernisiert.

Nach längerer Suche konnte dank Sportwart **Claus Keil** der Sportplatz des **Turnvereins Schafbrücke e.V. am Halberg** als Ausweichort gefunden werden. Die Anlage bietet eine kurze Tartanbahn, eine Sprunggrube sowie eine ausgedehnte Rasenfläche. Da die Gruppe dort nur zu Gast war, galten besondere Regeln: Die Duschen sollten nicht genutzt werden, und beim Training auf der – im Vergleich zum Kieselhumes – kleineren Sportfläche war Rücksicht auf andere Nutzerinnen und Nutzer sowie auf den empfindlichen Rasen geboten.

Die Trainingsbedingungen unterschieden sich deutlich vom gewohnten Umfeld. Das Aufwärmen erfolgte auf verkürzter Strecke; die 3- und 10-km-Läufe wurden entweder vorgezogen oder auf andere Strecken – etwa an den Leinpfad an der Saar – verlegt. Sprints und Lauf-ABC konnten auf der kleinen Bahn weiterhin durchgeführt werden. Auch Schleuderball- und Weitwurftraining ließen sich organisieren. Kleinere Probleme, wie der verhärtete Sand in der Sprunggrube, wurden pragmatisch gelöst: Eine einfache Gießkanne sorgte schnell wieder für geeignete Bedingungen beim Weitsprung.



Die kleinen Transporter genügen zum Gerätetransport

Mit dem Ende der Sommerferien wurde es auf dem Platz deutlich belebter. Das Kinder- und Jugendtraining fand parallel statt, wodurch die Sportabzeichengruppe ihr Training mehrfach anpassen musste. Auch der Schutz des Rasens führte gelegentlich zu Einschränkungen.

Trotz dieser besonderen Umstände konnte das Training erfreulicherweise kontinuierlich fortgesetzt werden – was zu Beginn des Sommers nicht selbstverständlich war. Ein besonderer Dank gilt daher **Sportwart Claus Keil**, der sich mit großem Einsatz um eine geeignete alternative Trainingsanlage für die Sportabzeichengruppe bemüht hat.

Neben den klassischen Disziplinen stand im Sommer 2025 vor allem eines im Mittelpunkt: **Flexibilität und Geduld** – Eigenschaften, die auch ohne Medaille ein sportliches Lob verdienen.



Die Akteure der Sportabzeichen Gruppe in gewohnt guter Laune

Sprintgruppe A. Schanding

Das Jahr 2025 war für unsere Sprintgruppe ein intensives, forderndes und vor allem erfolgreiches Jahr. Mit einer Vielzahl an persönlichen Bestleistungen, Podestplatzierungen bei regionalen und nationalen Meisterschaften sowie richtungsweisenden Entwicklungen im Training konnten wir wichtige Meilensteine setzen.

Gleichzeitig zeigte sich, dass in unserer Gruppe nicht nur schnelle Beine, sondern auch Charakter, Zusammenhalt und Kontinuität ihren Platz haben – alles entscheidende Faktoren für den langfristigen Erfolg.

Süddeutsche Meisterschaften – Frühform mit Ausrufezeichen

Ein erster sportlicher Höhepunkt waren die Süddeutschen Meisterschaften. Unsere U23-Frauenstaffel – ausschließlich mit U20-Athletinnen besetzt – überzeugte in Kandel mit einer **Silbermedaille über 4x100m**. In der Besetzung **Luisa Jose – Sara Janes – Alisha Schmidt-Luna Rothfuchs** konnte sich das Quartett nicht nur technisch souverän präsentieren, sondern auch unter Druck Leistung abrufen – eine Fähigkeit, die in Staffelnrennen oft den Unterschied ausmacht.

Ksenia Helios bestätigte dort ihre starke Form ebenfalls frühzeitig und gewann Silber über 100m der Juniorinnen. Bei den Süddeutschen Aktiven-Meisterschaften in St. Wendel legte sie mit **11,60 Sekunden** nach – gleichbedeutend mit der Bronze-

Die erfolgreiche Sprintstaffel der U20



medaille. Die Aktiven-Frauenstaffel platzierte sich solide auf Rang 4. In der Halle erreichte Ksenia zudem das Finale der Süddeutschen über 60m – ein guter Indikator für die Tiefe ihrer Entwicklung über das gesamte Jahr.

Deutsche Meisterschaften – Präsenz auf nationaler Ebene

Die Deutschen Meisterschaften markierten auch 2025 wieder die Gradmesser für unsere Leistungsfähigkeit.

Luisa Jose verbesserte bei der DM Jugend in Wattenscheid ihre persönliche Bestzeit über 100m auf **12,26 Sekunden** – eine Leistung, die ihr die Spitze der saarländischen U20-Bestenliste über 100 m sicherte. Auch über 200m rangiert sie hier auf dem 1. Platz. Gemeinsam mit ihren Staffellokolleginnen war sie auch bei der Jugend DM vertreten – ein wichtiges Zeichen für unsere mannschaftliche Geschlossenheit im Nachwuchsbereich.

Ksenia Helios steigerte sich bei der U23-DM in Ulm auf **11,50 Sekunden**, erreichte das Finale und wurde Sechste. Ihre Konstanz in diesem Jahr – mit gleich mehreren Normerfüllungen für die U23-EM – unterstreicht ihre Entwicklung zur nationalen Spitzenathletin. Die Nominierung als Ersatzläuferin für

die EM in Bergen war die logische Konsequenz. In Ulm erreichte sie auch über 100m (200m Zusatznorm) die Bundeskadernorm.

Bei den Deutschen Aktiven-Meisterschaften in Dresden gelang ihr der Einzug ins Halbfinale vor über 12.000 Zuschauern – **Platz 15 in der Gesamtwertung**, verbunden mit wertvollen Erfahrungen auf der großen Bühne.

Ein starkes Highlight lieferte **Lucca Agostini**. Lucca hatte sich im Herbst für 1-2 Spriteinheiten wöchentlich unserer Gruppe angeschlossen. In der Halle wurde er **Deutscher U20-Vizemeister über 400m**, im Sommer folgte ein **Saarlandrekord** und ein **EM-Start mit der U20-Staffel**, wo er Platz 4 belegte. Mit Beginn der Vorbereitung wechselt Lucca ins Training von Werner Schorr – wir wünschen ihm auf diesem Weg viel Erfolg und freuen uns auf weitere Staffelpunkte im Verein als auch auf DLV-Ebene mit dir.

Landesmeisterschaften – Titel und Teamerfolge

Die Landesmeisterschaften verliefen aus Sicht unserer Gruppe überaus erfolgreich.

Ksenia Helios und **Corvin Schwarz** sicherten sich die Landesmeistertitel über 100m bei den Aktiven.



Ehrung der Besten im Victor's Residenz-Hotel am Rodenhof

Auch die Staffeln überzeugten: Die Frauen gewannen sowohl in der Halle über 4x200m (Schmidt J. – Dräger – Helios – Woidy) als auch in der Freiluftsaison über 4x100m den Titel. Die Männerstaffel wurde Landesmeister in der Halle über 4x200m.

Luisa Jose sicherte sich zudem den U20-Titel über 100m, und auch die weibliche U20-Staffel holte sich den Landesmeistertitel – ein weiteres Beispiel für die Nachhaltigkeit unserer Nachwuchsarbeit.

Persönliche Entwicklungen – Athleten im Überblick

Ksenia Helios etablierte sich 2025 als schnellste Sprinterin des Saarlands – ihre persönlichen Top 8 Zeiten stammen alle aus 2025. Mit **PBs über 60 m (7,51 s), 100 m (11,50 s) und 200 m (24,21 s)** gehört sie inzwischen auch national zur Spitze ihrer Altersklasse. Ihre Vielseitigkeit und Konstanz machten sie zu einer Erfolgsträgerin.

Luisa Jose zeigte starke Entwicklungsschritte, sowohl im Einzel als auch in der Staffel. Mit ihrer Platzierung an der Spitze der Landesbestenliste in der U20 und weiteren Chancen 2026 darf sie als zentrale Nachwuchshoffnung gelten.

Corvin Schwarz verpasste mit 7,16 Sekunden über 60 m die DM-Norm nur hauchdünn (um 1/100s), wurde aber Landesmeister über 100m bei den Aktiven – eine starke Leistung, insbesondere angesichts einer mehrmonatigen verletzungsbedingten Unterbrechung nach dem Trainingslager.

Joelle Schmidt erzielte nach ihrem Trainingsgruppenwechsel eine bemerkenswerte Leistungssteigerung (PBs: 12,68 s / 26,93 s) und war feste Größe in beiden Meisterstaffeln.

Raphael Motsch, trotz beruflicher Pause, platzierte sich erneut unter den Top 3 der saarländischen 100m-Rangliste. Als Neutrainer wird er wichtige Impulse setzen.

Luna Rothfuchs erhielt ein USA-Stipendium und wird ab 2026 vorwiegend in Übersee trainieren, bleibt dem Verein aber treu und startet in den Sommermonaten auch bei uns vor Ort – ein gutes Beispiel dafür, wie internationale Wege und Vereinsbindung Hand in Hand gehen können.

Mit **Jannis Brunschön** verlässt ein Saar05 Urgestein das Saarland zum Medizinstudium in Berlin. Trotzdem bleibt Jannis weiterhin Saar05 Mitglied.





Glückliche Gesichter während der Saarlandmeisterschaften

Trainingslager & Zusammenarbeit – Qualität in der Vorbereitung

Ein besonderer Meilenstein war unser **Trainingslager auf Mallorca**, bei dem sich auch unsere Landestrainerin **Lena Barthel** mit einem ausgewählten Sprinterkreis anschloss. Neben der strukturierten Vorbereitung überzeugte das Camp auch durch Teamgeist, Disziplin und ein hohes Maß an gegenseitiger Unterstützung.

Zudem möchten die Athleten und ich auf diesem Weg auch unserer Landestrainerin Lena Barthel danken, welche mich und unsere Athleten super unterstützt hat. Lena war für mich eine zuverlässige Expertin mit der ich mich austauschen konnte und die mich unterstützte. Für die Athleten war sie eine Persönlichkeit mit einem gesunden Charakter, welche einerseits den Leistungsgedanken und andererseits auch Freundschaft in einem vereinte.

Danke Lena

Ausblick 2026 – Bereit für die nächste Stufe

Mit dem Jahr 2026 richten wir den Fokus weiter nach vorne – mit neuer Energie, erweiterten Kapazitäten und ambitionierten Zielen.

Unsere Gruppe wird durch **Sara Janes, Amalie Dräger, Joelle Schmidt, Alisha Schmidt, Leni Dorst** und **Fritzi Albersdörfer** verstärkt.

Zudem schließen sich mit **David und Niklas Walig** zwei vielversprechende Luxemburger Athleten

Spaß muss sein



an. Besonders David bringt mit **6,80 s / 10,70 s / 21,20 s** bereits beeindruckende Leistungen mit – und das mit nur 21 Jahren. Seine Entscheidung für uns, trotz Optionen in Köln, unterstreicht das Vertrauen in unsere Struktur und Betreuung.

Neu im Trainerteam sind **Raphael Motsch** und **Robert Hind**. Robert bringt als ehemaliger Sprinter mit DLV-Erfahrung wertvolle Perspektiven ein, während Raphael – seit 2011 Teil meiner Gruppe – nun auch als Trainer mitwirkt. Seine Erfahrung als Athlet, gekoppelt mit tiefem Verständnis unseres Konzepts, macht ihn zu einem echten Gewinn.

Ein solches Duo ist für uns nicht nur fachlich eine Bereicherung – auch menschlich setzen beide neue Impulse.

Für diese Unterstützung möchte ich mich persönlich und in Namen der Gruppe bedanken.

Fazit – Wir wollen mehr

2025 war ein Jahr des Wachstums und der Bestätigung – individuell wie im Team. Für 2026 haben wir uns durch Ab- und Zugänge im Trainerbereich verbessert.

Mit einer stabilen Basis, neuen Impulsen und klaren Ambitionen gehen wir 2026 nicht in die Komfortzone, sondern **in Angriffsstellung**.

Denn wer im Sprint bestehen will, weiß: **Nur wer die ersten Schritte entschlossen setzt, kann auch am Ende vorne sein.**



Starker Dreierpack

Sie verbindet mehr als die Liebe zur Leichtathletik: Maja Schorr, Lucca Agostini und Timo Port teilen Verein, Erfolge und Träume. In diesem Jahr haben die drei Saarländer internationale Wettkampfluft schnuppern dürfen.

Vertraut wirkt es, wenn Maja Schorr, Timo Port und Lucca Agostini gemeinsam über den Sportcampus Saar schlendern. Kein Wunder, die drei jungen Saar-Sportler verbindet weit mehr als die Liebe zur Leichtathletik. „Wir sehen uns mehrfach die Woche“, verrät Port. Nicht nur trainieren sie alle hier, der junge Hammerwerfer und seine beiden Sprint-Kollegen sind auch allesamt Teil des Leichtathletik-Teams vom SV **GO!** Saar 05. „Das schweiß schon zusammen“, sagt er.

Ebenfalls zusammen schweiß die drei Youngsters ein ganz anderer Aspekt: Sie alle drei sind in diesem Jahr auf der internationalen Bühne in Erscheinung getreten – als einzige Saarländer, klammert man Marathonläufer Richard Ringer bei der laufenden WM in Tokio aus. Während Port und Agostini bei der U20-EM in Tampere starteten, lief Schorr bei der U23-EM in Bergen.

„Es war natürlich mit das Ziel für diese Saison, einen internationalen Start zu haben“, erzählt Maja Schorr. „Es fühlt sich immer sehr gut an, Deutschland auf internationaler Bühne zu vertreten.“ Ihr Vereinskollege Agostini erlebte mit der EM sogar eine Premiere: „Das war mein erster internationaler Wettkampf“, verrät der 18-Jährige. Auch wenn an



Von links: Lucca Agostini, Maja Schorr und Timo Port treten alle drei für den SV GO! Saar 05 an

ganz unterschiedlichen Orten, sollten die Wettbewerbe für die beiden Läufer ganz ähnlich verlaufen. Schorr lief mit der deutschen Frauen-Staffel nur knapp am Podium vorbei: „Wir wurden Vierte. Eine Medaille wäre möglich gewesen, aber Vierter in Europa ist immer noch ziemlich gut.“ Auch Agostini Herren-Staffel schrammte nur knapp am Podest vorbei und verlor Bronze auf den letzten Metern: „Wir wurden auf den letzten 20 Metern noch mal überholt“, erinnert er sich. „Aber es war ein sehr cooles Erlebnis, mit den Jungs zu laufen und neben dem Sportplatz eine gute Zeit zu haben. Das ist eine Erinnerung, die bleibt.“

Port qualifizierte sich in Tampere mit einem starken Wurf souverän fürs Finale: „Im ersten Versuch habe ich direkt meine zweitbeste Karriereweite geworfen und die direkte Qualifikation geschafft“, verrät er. Mit 74,21 Metern landete er auf Platz zwei. Im

Finale sollte es dann allerdings nur für Platz fünf reichen. „Leider konnte ich im Finale nicht das abrufen, was ich normalerweise kann“, so der 19-Jährige. Nach den ersten beiden ungültigen Versuchen sei „ein bisschen Nervenflattern“ dabei gewesen. „Es wäre mehr drin gewesen“, sagt er. „Aber unzufrieden bin ich auch nicht.“

Unzufrieden ist keiner der drei – im Gegenteil. Insbesondere auf die gesamte Saison zurückblickend ziehen alle ein positives Fazit. „Das persönliche Highlight war natürlich die U23-EM und der dritte Platz bei der deutschen Meisterschaft“, verrät Schorr. „Allgemein bin ich aber auch zufrieden. Es war das Ziel, eine Belastungsverträglichkeit aufzubauen, um nächstes Jahr im Training eine gute Basis zu haben.“ Denn die letzten Jahre verliefen nicht immer verletzungsfrei für Schorr. „In der Vergangenheit hatte ich drei Stressfrakturen, jetzt seit zwei Jahren zum



Bei der U23-EM erreichte Maja Schorr mit der Frauen-Staffel Rang 4

Glück keine mehr“, sagt sie. Mittlerweile sei sie endlich wieder an dem Punkt, dass die Angst vor einer weiteren Verletzung nicht mehr in ihrem Kopf sei: „Ich kann wieder sprinten, ohne daran zu denken.“

Müsste man Timo Ports Saison in einem Wort zusammenfassen, so wäre es vermutlich „Konstanz“: „Ich hatte keinen Wettkampf unter 70 Meter“, erzählt er. „Ich habe mich immer gesteigert. Mit der Technik war ich zufrieden, die Würfe waren stabil. Bei den Deutschen konnte ich mit neuer Bestweite gewinnen (74,63 Meter, Anm. d. Red.).“

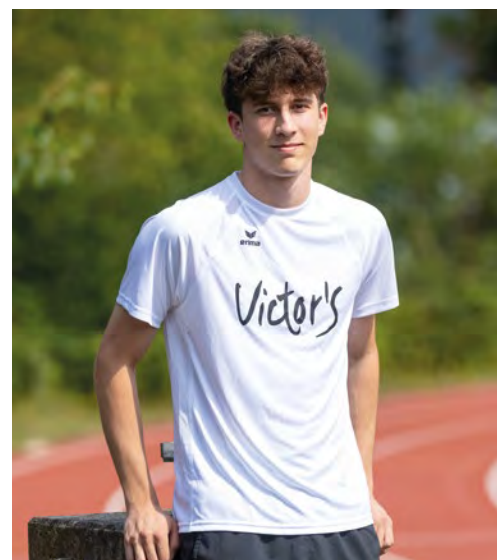
Als wahrer Titelmagnet entpuppte sich in dieser Saison Lucca Agostini: „In der Halle habe ich den Vize-Deutschen Meistertitel geholt, darauf bin ich sehr stolz“, verrät er. „Dann die Qualifikation für die EM. Ich habe außerdem den Saarlandrekord in der U20 über 400 Meter gebrochen (47,27 Sekunden, Anm. d. Red.). Ich bin also sehr zufrieden.“ Dabei hat

Agostini eine echte Doppelbelastung: Neben der Leichtathletik spielt das Sporttalent auch noch leidenschaftlich gern Handball. „Man muss einen Verein finden, der das akzeptiert. Das war nicht immer so“, erzählt er. „Aber im Moment passt es: dienstags- und donnerstagsabends Handball, ansonsten Leichtathletik.“ Agostini sieht darin auch Vorteile: „Das Stop-and-Go im Handball ist eine gute Ausdauerinheit und hilft mir für die Leichtathletik.“ Zwar spüre er die Zusatzbelastung an Wochenenden mit Spielen, aber bis jetzt habe er es immer ausgehalten. „Sport ist eben mein Leben“, sagt er. „Ich habe im Kindergarten mit dem Laufen angefangen. Als der Kindergarten zu Ende war, wollte ich weitermachen und bin in den Verein gewechselt. Ohne Sport könnte ich gar nicht.“

Das gilt auch für seine beiden Vereinskollegen: „Ich koordiniere mein ganzes Leben um den Sport herum, habe auch meinen Job deswegen gewählt.



In Tampere lief Lucca Agostini in der U20-Männer-Staffel





Kein Wurf unter 70 Metern in diesem Jahr. Auch bei der U20-EM hielt Timo Port seine Quote



Ohne den Sport wäre ich nicht der Mensch, der ich bin – weder mental noch körperlich“, erzählt Timo Port, der einen Job als Polizeianwärter im Saarland gefunden hat. Kein Wunder, wurde ihm die Sportbegeisterung doch quasi in die Wiege gelegt: „Meine Mutter hat früher selbst aktiv trainiert, meine Schwester auch. Ich bin einmal mitgegangen – und von da an war es mein Weg“, erzählt er. Auch Maja Schorr war schon an der Laufstrecke, bevor sie überhaupt richtig gehen konnte: „Mein Vater ist ja Trainer. Als kleines Baby war ich also schon mit in Trainingslagern. Meine große Schwester hat trainiert und ich habe neben ihr her mitgemacht.“ Bis heute. „Es ist schön, ein Projekt zu haben, bei dem man sehen kann, wie weit man es schafft“, sagt sie. „Man lernt durch den Sport, Geduld zu haben, an Dingen dranzubleiben und auch zu verlieren.“ Das sieht auch Port so: „Und dass man weitermacht, auch wenn es nicht immer Spaß macht“, ergänzt er.

Weitermachen werden alle drei. Die neue Saison steht in den Startlöchern – und ist für den ein oder anderen auch gleichzeitig ein kleiner Neuanfang. Nach Jahren, in denen sie die 400 Meter lief, wagt Maja Schorr nun den Schritt auf die doppelte Distanz. Der erste Versuch sollte ihr auch gleich zeigen, wie goldrichtig ihre Entscheidung war: Über 800 Meter lief Schorr Anfang September in Trier gleich eines ihrer besten Rennen. 2:02,94 Minuten. „Ich habe meine Bestzeit um vier Sekunden verbessert“, erzählt sie. Damit fehlen ihr noch rund drei Sekunden zur Olympianorm. „Ich bin gespannt, inwieweit ich das mit einem gezielten Training auf 800 Meter noch steigern kann.“ Trotzdem, betont sie gleichzeitig, „will ich ab und zu auch noch die 400 Meter laufen.“

Dabei wird sie auch weitere Unterstützung bekommen: Agostini wird für die kommende Saison mit

ihr gemeinsam bei Schorrs Vater und Trainer Werner Schorr trainieren. „Ich freue mich schon sehr darauf und bin gespannt, wie es sein wird“, verrät Agostini, der erst im vergangenen Jahr zum SV **GO!** Saar 05 dazugestoßen war.

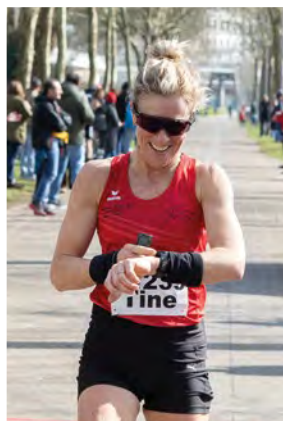
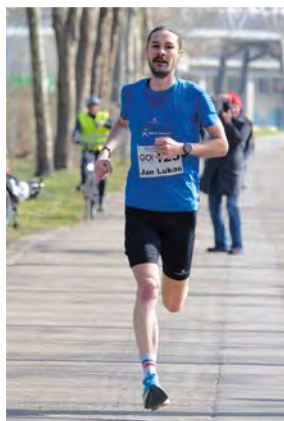
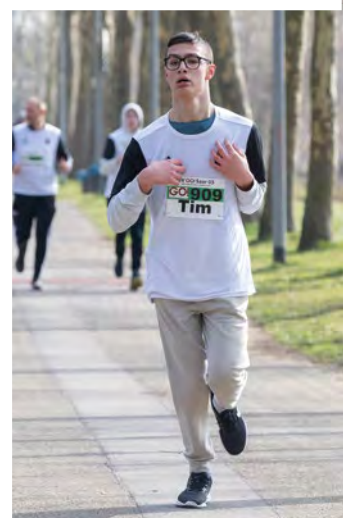
Auch für Port wird sich einiges ändern. Der junge Hammerwerfer wirft ab der kommenden Saison mit dem Herrengewicht von sieben Kilogramm und hängt den Sechs-Kilo-Hammer an den Nagel. „Ich werde über den Winter mit schweren Hämmern arbeiten – acht, neun, zehn Kilo, um die nötige Kraft aufzubauen“, sagt er. „Auch das Krafttraining wird hochgefahren, ein paar Kilo Körpergewicht müssen noch drauf.“

Bis zur nächsten Saison steht also erst einmal noch so einiges an. Bereit dafür sind sie alle drei. Gemeinsam stehen sie für eine Generation, die zeigt, dass Spitzensport im Saarland nicht nur denkbar, sondern möglich ist. Drei junge Athleten, die sich gegenseitig stützen – im Training wie im Wettkampf – und die zugleich Vorbilder für den Nachwuchs sein können. Und am Ende spricht es wohl auch ein gutes Stück weit für ihren Verein, den SV **GO!** Saar 05 Leichtathletik e.V., dass gleich drei der vier internationalen Starter dort ihre sportliche Heimat gefunden haben. Und so reihen sich in die beachtliche Liste der internationalen Topstars, die einst beim Saarbrücker Verein gestartet sind – von Toni Bredt über Armin Hary, Michael Kast, Boris Henry und Matthias de Zordo bis hin zu Laura Müller – irgendwann auch die Namen Maja Schorr, Lucca Agostini und Timo Port ein.

Sebastian Zenner

(Dieser Artikel erschien in
FORUM - Das Wochenmagazin, Ausgabe 39/2025)

19. GO! Halbmarathon – 16.03.2025



Zeit für einen Neuanfang im SLB

Sport ist eine tolle Sache. Er fasziniert Athleten wie Zuschauer, er ist ein wichtiger Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens und wir als Verein versuchen, den unterschiedlichsten Bedürfnissen im Breiten- und Freizeitsport wie auch im Leistungssport bestmöglich gerecht zu werden.

Doch die saarländische Leichtathletik hat durch die Skandale im SLB (Saarländischer Leichtathletik-Bund) Schaden genommen. In diesem Verband, der Dachorganisation der einzelnen Leichtathletikvereine im Saarland, haben sich Dinge im Bereich Leistungssport zugetragen, die sich mit den Werten des Sports nicht mehr vereinbaren lassen. Da war zunächst der Skandal um die Entlassung der hoch verdienten Landestrainerin Lena Barthel, die mit saarländischen Athletinnen und Athleten herausragende Leistungen entwickelt hat und die für das LAZ Zweibrücken startende Saarländerin Sina Mayer zur WM-Bronzemedaille in der deutschen Sprintstaffel geführt hat. Alle Leistungssport treibenden Vereine wollten, dass Lena beim SLB bleibt und weiterhin saarländische AthletInnen trainieren kann. Insbesondere weil Lena Barthel sehr erfolgreich mit den einzelnen Vereinen und Heimtrainern kooperiert hat. Aus einer persönlichen Interessenkollision heraus wurde ihr aber durch den SLB-Präsidenten gekündigt, trotz massiver Interventionen der Vereine. Auch die von ihr trainierten AthletInnen konnten diesen Schritt nicht nachvollziehen. Zwischenzeitlich arbeitet Lena Barthel als Honorartrainerin u.a. für den SV **GO!** Saar 05. Dank eines sehr guten Vertrauensverhältnisses zwischen Lena Barthel und dem Vorstand konnten wir sie davon überzeugen, im Saarland zu bleiben.

Dann war da der Skandal um eine andere Landestrainerin, die in grenzüberschreitender Weise Druck auf ihre Schützlinge aufgebaut hat, sie bei Misserfolgen, auch im Beisein anderer, gedemütigt hat und junge Mädchen zu völlig unangemessener Gewichtsabnahme und in diesem Zusammenhang zum Wechsel der Verhütungsmethode gedrängt hat. Eine Aufklärung dieser unglaublichen Vorfälle entsprechend den sportlichen Regularien hat das Präsidium lange verweigert, Entschuldigungen bei den Betroffenen

blieben aus und zu guter Letzt hat man den Landtag, in dessen Innenausschuss man zu diesem Thema eingeladen wurde, durch mehrfache Abwesenheit brüskiert. In der Kommunikation nach außen hat man sich hinter Stellungnahmen eines Rechtsberaters versteckt und auch damit einen erheblichen Mangel an Empathie für die Betroffenen erkennen lassen.

Der SV **GO!** Saar 05 Leichtathletik e.V. steht nun im Austausch mit anderen Leichtathletik-Vereinen unter dem Dach des SLB. Gemeinsam wollen wir bei der Wahl des nächsten Präsidiums, voraussichtlich im Mai 2026, Änderungen an entscheidenden Stellen erwirken. Denn die Vorkommnisse, über die vielfach ausführlich im Aktuellen Bericht und in der Saarbrücker Zeitung berichtet wurde, haben für viel Irritationen, Sorgen und Betroffenheit gesorgt. Natürlich zunächst bei SportlerInnen und TrainerInnen im SLB, darüber hinaus aber auch bei SportlerInnen und TrainerInnen in den Vereinen sowie bei deren Mitgliedern. Und wir sind überzeugt, dass nur neues SLB-Führungspersonal die Skandale transparent und ohne falsche Loyalitätsverpflichtungen aufarbeiten und glaubwürdig für einen Neuanfang stehen kann.

Der SLB braucht ein neues Führungsteam, das durch Kompetenz, klare Zielorientierung und vor allem Integrität jetzt ein neues Kapitel aufschlagen kann. Verlorenes Vertrauen muss neu aufgebaut werden, damit TrainerInnen verlässliche Perspektiven haben, damit SportlerInnen und Sportler sich auf ihre

Trainerinnen und Trainer verlassen können und angstfrei trainieren können, und dass Eltern ihre Kinder ohne Bedenken in den Sportverein schicken können.

Der SV **GO!** Saar 05 nimmt das Thema Prävention sehr Ernst. Und wir haben bisher keine auch nur annähernd vergleichbaren Vorkommnisse in unserem Verein registrieren müssen. Darum lasst uns auch künftig genau hinsehen, hinhören und reden, wenn irgendwo im Umgang ein ungutes Gefühl entsteht. Neben unseren regelmäßigen Schulungen ist und bleibt das die beste Prävention.

Knut Engler • 2. Vorsitzender



Mehrkampfteam

Mit einem starken Hallenauftritt meldete sich unsere Mehrkampfgruppe in die Saison: Moritz Beyer, Tom Beyer, Simon Puskeiler, Noah Schales und Lara Hochdörffer überzeugten mit zahlreichen persönlichen Bestleistungen.

Dabei qualifizieren sich Lara, Tom und Simon mit ihren Hürdenzeiten und Hochsprung für die Süddeutschen Meisterschaften in Karlsruhe. Noah Schales, der erst im November des Vorjahres mit dem Training begonnen hatte, sprintete bei den Saarlandmeisterschaften auf Anhieb ins Finale und belegte einen hervorragenden 4. Platz.

Bei den Süddeutschen in Karlsruhe verpassten Tom Beyer und Simon Puskeiler den Endlauf über die Hürden diesmal knapp. Simon zeigte im Hochsprung eine starke Leistung und wurde Neunter. Außerdem sprintete die 4x200-m-Staffel des SV Cosa 05 mit Tom Beyer, Simon Puskeiler, Lasse Oldenburger und Tim Jungmann auf einen sehr guten 7. Platz.

Direkt zum Start der Sommersaison ging es ins Trainingslager nach München. Dort konnten wir

technische Details verfeinern und Abläufe stabilisieren – mit spürbarem Effekt beim Einstieg in die Freiluftsaison.

Unsere Gruppe erhielt zudem Verstärkung durch einen ehemaligen Athleten aus Anjas Trainingsumfeld. Mit Romeo Contrino, der zweimal pro Woche ein Wurftraining anbot, verbesserten sich insbesondere die Leistungen in Speer und Diskus deutlich. Das zeigte sich eindrucksvoll bei den Saarland-Meisterschaften: Moritz Beyer (/M14) qualifizierte sich mit seinen ersten Würfen mit den neuen Gewichten direkt für die Süddeutschen – mit 36,20 m im Diskus und 40,33 m im Speer. Bei den Süddeutschen in Kandel erreichte er damit jeweils den 8. Platz.

Bei den Süddeutschen U18 qualifizierten sich Tom Beyer und Simon Puskeiler über 110 m Hürden für den B-Endlauf und platzierten sich dort stark: Simon auf Rang 4, Tom auf Rang 5.

Noah Schales steigerte sich im Sprint auf 11,06 sec und erreichte damit leider zu spät die Qualifikation für die U20 DM.

Im August unterstützte mit Alexander Jung ein weiterer ehemaliger Athlet von Anja den Trainerstab. Alexander bietet einmal die Woche Stabhochsprungtraining an.

Ein weiteres Highlight setzte Moritz Beyer im Mehrkampf: Gleich in seinem ersten Neunkampf erfüllte er mit 4.444 Punkten die Norm für die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften in Leverkusen.

Hervorzuheben sind seine Leistungen im Stabhochsprung von 3,10 m. Hier rangiert er in der DLV Bestenliste auf Rang 11. Zwei Wochen später bestätigte er seine Form und belegte bei den Deutschen einen respektablen 18. Platz in seiner Altersklasse.

Letzter Saisonhöhepunkt war der dann die Mehrkampfmeisterschaften im Saarland.

Unter der Betreuung von Alexander Jung liefen Tom, Jonas, Noah und Simon zur Hochform auf und konnten ihre Mehrkampfleistung noch mal verbessern.

Fazit: Breite Verbesserungen, starke Teamleistungen und überzeugende Einzelresultate – die Arbeit im Technik- und Wurfbereich sowie das Trainingslager haben sich ausgezahlt. Wir blicken optimistisch auf die nächsten Wettkämpfe und sagen: Weiter so, Mehrkampfteam!

Mehrkampfteam um Co-Trainer Alex Jung





Lidl lohnt sich

Frische-Partner SV GO! Saar 05 Leichtathletik e.V.

Ihr gebt alles für den Sport und
wir für frische Lebensmittel!

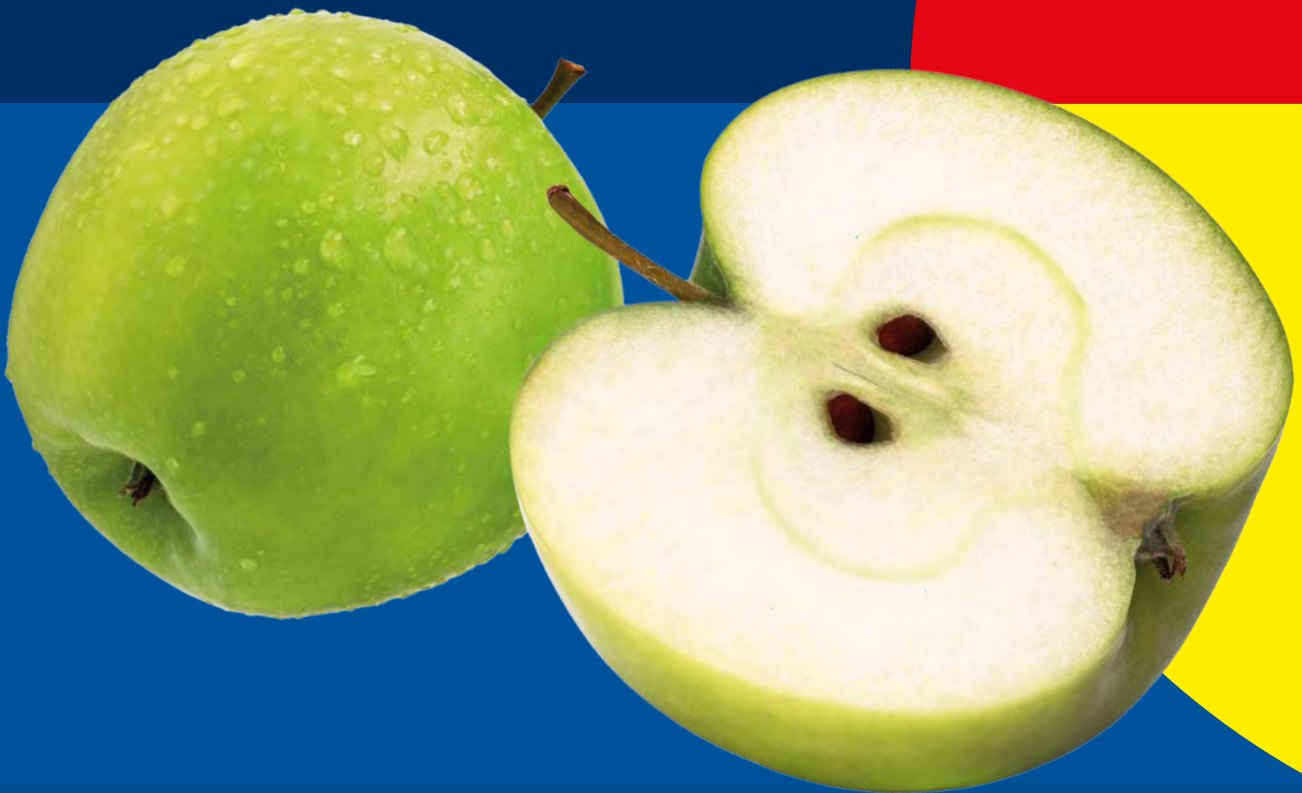


Abb. ähnlich. Für Druckfehler keine Haftung. • Filial-Angebote: Lidl Dienstleistung GmbH & Co. KG, Bonfelder Str. 2, 74206 Bad Wimpfen
Namen und Anschrift der regional tätigen Unternehmen unter www.lidl.de/filialsuche oder 0800 4353361.

lidl.de

Trainingsgruppe Mittel- und Langstrecke

Die Anfang 2022 neugegründete Trainingsgruppe Mittel- und Langstrecke zählt inzwischen 38 Läuferinnen (25 Pers.) und Läufer (14 Pers.) zwischen 19 und 60 Jahren – von schnellen jungen Athleten über ehrgeizige Master bis hin zu engagierten Freizeitläufern.

Mindestens einmal pro Woche steht ein gemeinsames Bahntraining mit Intervallen auf dem Plan, zusätzlich gibt es spontane Verabredungen zu Läufen an der Saar oder im Wald. Trainiert wird das ganze Jahr über draußen – bei Wind und Wetter. Zusätzlich in der Wintersaison: Hallen-Training für ehrgeizige Mittelstreckler.

Die Gruppe zeichnet sich nicht nur durch sportliche Vielfalt, sondern auch durch kulturelle Vielfalt aus: Sieben verschiedene Nationalitäten sind vertreten. Die Stimmung in der Gruppe ist hervorragend, was sich auch in einer starken Trainingsbeteiligung von ca. 15 bis 20 Personen zeigt. Wer nicht regelmäßig beim Gruppentraining dabei sein kann, nutzt die wöchentlichen Trainingspläne und bleibt auch so dran – oft mit tollen Wettkampfergebnissen.

Und die können sich auch dieses Jahr sehen lassen:

- Zahlreiche Meistertitel bei saarländischen Meisterschaften
- Platzierungen bei den Aktiven: Männer 6x, Frauen 9x unter den Top 10
- Platzierungen bei Master (ab W30/M30): Männer 28x, Frauen 30x unter den Top 10
- Dazu kommen zahlreiche Meistertitel bei saarländischen Meisterschaften.

Unsere Läuferinnen und Läufer sind regelmäßig bei Landesmeisterschaften und sonstigen auch überregionalen Straßenläufen, bei Bahnwettkämpfen, aber auch bei Deutschen Meisterschaften am Start – fast immer mit zahlreichen Podestplätzen. Damit ist unser Verein in der Lauf-Szene unübersehbar, was nicht nur die Sponsoren freut.

Darüber hinaus engagiert sich die Gruppe auch anderweitig stark an der Laufstrecke. Zahlreiche Streckenposten und Helfer/innen bei sonstigen Aufgaben sorgen bei den drei vom Verein organisierten Straßenlaufveranstaltungen für einen reibungslosen Ablauf.

Ein freundliches erfolgreiches Team – sportlich, motiviert und mit jeder Menge Spaß dabei!

Ein starkes Lauf-Team um Trainer Nihat Kont (Nr. 1051)



Wintertraining 2025/2026 Gesamtübersicht

Trainingsplan ab 06.10.2025						
Trainingsgruppen/ Trainer/-innen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
Kindergartenkinder ab 4 Jahre <i>Verena Schall, Isabelle Raimondo, (Franziska, Giulia)</i>		17:00 - 18:30 Uhr Willi-Graf-Halle				
U8 KiLA 6-7 Jahre <i>Andrea Breder</i>	16:00 - 17:00 Uhr Halle Eschberg			16:00 - 17:00 Uhr Halle GS Eschberg		
U10 Ki-LA 8-9 Jahre <i>Andrea Breder u. Luisa Valeske</i>	17:00 - 18:00 Uhr Halle Eschberg			17:00-18:00 Uhr Halle GS Eschberg		
U12 Ki-LA 10-11 Jahre <i>Lisa Schuler, Devin Heindl</i>	18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus			17:00 - 18:30 Uhr Willi-Graf		
U14 Jugend-LA (Mehrkampf) <i>Saskia Waidy</i>		18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus Halle			18:30 - 19:30 Uhr LA-Halle OSP	
U16/U18 Jugend Mehrkampf <i>Anja Bach</i>	18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus Halle		18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus Halle		18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus Halle	n. Abspr. Uni-Runde OSP
U14/U16 (n. Absprache) <i>Mawain Beavogui</i>	18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus Halle			18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus Halle		11:00 Uhr Samstag Uni-Runde OSP
U18/ U20 Kurz- u. Langsprint, Sprung <i>Andreas Schanding</i>		16:00 - 18:00 Uhr Sportcampus Halle	16:00 - 18:00 Uhr Sportcampus Halle	16:00 - 18:00 Uhr Sportcampus Halle		So 15:30 - 17:00 Uhr Sportcampus Halle (Kader)
Kurz- und Langsprint (Kader) <i>Werner Schorr</i>	n. Absprache Sportcampus Halle	n. Absprache Sportcampus Halle	n. Absprache Sportcampus Halle	n. Absprache Sportcampus Halle	n. Absprache Sportcampus Halle	
Mittel-/Langstreckenlauf Frauen u. Männer <i>Nihat Kont</i>		17:15 - 18:45 Uhr Sportcampus Stadion		17:15 - 18:45 Uhr Sportcampus Stadion		
Sportabzeichengruppe <i>Andrea Wilking</i>		17:00 - 18:00 Uhr Halle Eschberg				
Body-Fit (Frauen, Jung u. Alt) <i>Gabi Klee</i>			18:45 - 20:30 Uhr Schnollerschule			
Eltern-/Freizeitgruppe <i>Robert Herrmann</i>						
Senioren/Seniorinnen (Masters) <i>Ansprechpartner: Prof. Dr Dieter Dörr</i>			18:00 - 19:30 Uhr Sportcampus Halle			So 10:00 - 12:00 Uhr Sportcampus Halle

Stand: 23.09.25

Fett geschrieben: verantwortliche/r TrainerIn

37. Sparkassen City-Lauf – 18.05.2025



Dominik H.

konnte durch seinen
Kleingewinn endlich den
Traktor seines Großvaters
restaurieren.

KLEIN aber JOEHN

Große Freude auch bei kleinen Gewinnen.

Es muss nicht immer der Jackpot sein.

 **LOTTO®**
Saartoto

Seniorinnen und Senioren auch 2025 erfolgreich

Zu Beginn der Saison starteten beim hervorragend besetzten **Hallensportfest Masters in Ludwigshafen** am 2.2.2025 vier unserer Senioren und erzielten sehr gute Leistungen. So siegte Georg Müller in der M 65 über 60 Meter in ausgezeichneten 8,13 Sek. und über 200 Meter in hervorragenden 28,80 Sekunden. Martin Vogel be-



legte in der M 65 im Weitsprung mit 4,32 Meter und im Kugelstoßen mit 10,96 Meter jeweils den zweiten Platz. Kurt Wittmer erreichte in der M 65 über 200 Meter in beachtlichen 32,33 Sek. den 4. Platz. Günter Rausch gewann in der M 70 über 400 in sehr guten 72,00 Sek. und im Weitsprung mit 3,90 Meter.

Bei den **Deutschen Leichtathletik-Masters-Hallenmeisterschaften**, die am 1. und 2. März in Frankfurt stattfanden, musste Günter Rausch allein unsere 05er vertreten, da viele unserer Seniorinnen und Senioren infolge von Verletzungen ausfielen. Er schlug sich beachtlich und belegte in der Altersgruppe M 70 über 400 Meter in 73,52 Sek. einen sehr guten vierten und über 200 Meter in guten 31,71 Sek den sechsten Platz.

Auch beim **Qualifikationswettbewerb zur Team DAMM** der Senioren am 17.6. 2025 in Rehlingen erzielte der **GO! Saar Express** mit den Saar 05ern Dieter Dörr, Ulrich Geuther, Michael Klein, Nihat Kont, Günter Rausch, Dirk Rheinfrank, Holger Schmitt und Martin Vogel sowie Bernhard Grißmer vom TV. St. Wendel und Gustav Niemczyk vom TV Homburg mit insgesamt 6382 Punkten ein sehr gutes Ergebnis. Ganz besondere Hervorhebung verdienen die von Nihat Kont erreichten hervorragenden 12:09,49 Minuten über 3000 Meter, die sehr guten 14,63 Sekunden von Michael Klein über 100 Meter, die ausgezeichneten 36,43 Meter von Holger Schmitt und die sehr guten 33,92 Meter Ulrich Geuther im Diskus, die guten 10,80 Meter von Martin Vogel und die beachtlichen 10,33 Meter von Holger Schmitt im Kugelstoßen sowie die 60,63 Sekunden in der 4 x 100 Meter Staffel in der Besetzung Gustav Niemczyk, Günter Rausch, Bernhard Grißmer und Michael Klein.

Bei den **SLB-Masters-Meisterschaften**, die am Samstag, den 05.07.2025, in Ludweiler stattfanden, errangen unsere Seniorinnen und Senioren insgesamt 22 Titel in den Einzeldisziplinen sowie 5 Vize-meisterschaften und einen dritten Platz.

Bei den Seniorinnen überragte Ute Schweitzer in der W 75 mit insgesamt 5 Titel über 100 Meter, beim Hochsprung sowie im Diskus-, Speerwerfen und Kugelstoßen. Gisela Mellmann gewann in der W 75 über 5000 Meter ebenso wie Heike Maas über die gleiche Strecke in der W 55, während Sabine Köhler in dieser Disziplin in der W 55 den 2. Platz belegte. In der M 60 holte sich über 100 Meter Michael Klein in sehr guten 14,51 Sekunden den Meistertitel. Erfolgreichster Athlet in der M 65 war Martin Vogel, der im Kugelstoßen mit ausgezeichneten 11,61 Meter und



Erfolgreiche Wettkampfsportler im Seniorenalter

im Speerwurf gewann. Kurt Wittmer sicherte sich in der gleichen Altersgruppe den Titel über 100 Meter. Dieter Dörr gewann in der M 70 zwei Meistertitel über 200 Meter und im Hochsprung und wurde über 100 Meter und im Weitsprung Vizemeister, während sein Vereinskamerad Günter Rausch über 100 und im Weitsprung Meister wurde sowie über 800 Meter den 3. Platz belegte. Ebenfalls zwei Meistertitel in der M 70 steuerte Ulrich Geuther im Diskus mit sehr guten 36,09 Metern und im Kugelstoßen mit beachtlichen 11,32 Metern bei. Auch Ingo Kroker sicherte sich in der M 80 zwei Meistertitel über 200 Meter und im Hochsprung. In der M 85 wurde Lutz Bender Saarlandmeister im Hammer- und im Diskuswurf und belegte im Kugelstoßen den zweiten Platz. In der gleichen Altersgruppe gewann Axel Buchholz über 100 Meter und sein Vereinskamerad Siegfried Rohde belegte in der gleichen Disziplin den 2. Platz.

Bei den 4 x 100 Meter Staffeln wurde unsere Startgemeinschaft **GO! Saar Express** in der M 60 mit Gustav Niemczyk vom TV Homburg als Startläufer und den 05ern Michael Klein, Dieter Dörr und Kurt Wittmer in guten 62,91 Sekunden erneut Saarlandmeister.

Unser Vielstarter Günter Rausch vertrat unsere 05er bei den **Deutschen Masters-Meisterschaften** in Gotha am 22. bis 24. 8. 2025 und belegte in der M 70 über 200 Meter den sechsten, über 400 und 300 Meter Hürden jeweils den fünften und über 800 Meter den achten Platz.

Schließlich wurden Günter Rausch in der M 70 mit sehr guten 1677 Punkten und Ute Schweitzer in der W 75 mit beachtlichen 1280 Punkten jeweils Saarlandmeister im Dreikampf bei den **SLB-Mehrkampfmeisterschaften** am 7.9.2025.

Gruppe "Body Fit"

Bewegung ist eine fundamentale Grundlage für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Durch gezielte Übungen erhalten wir die Flexibilität und Mobilität unseres Körpers. Besonders wichtig sind hierbei Dehn- und Kräftigungsübungen. Auch die Wirbelsäulengymnastik spielt eine bedeutende Rolle, um die Rückenmuskulatur zu stärken und Verspannungen vorzubeugen.

Neben der körperlichen Aktivität legen wir großen Wert auf Kameradschaft und Spaß. Denn gemeinsam aktiv zu sein, fördert nicht nur die Motivation, sondern auch das soziale Miteinander.

Wir laden alle, die Interesse an einem gesunden und aktiven Lebensstil haben, herzlich ein, bei uns mitzumachen.

Das Training findet **jeden Mittwoch ab 18.45 Uhr** in der Turnhalle der Schmollerschule in Saarbrücken-St. Johann statt. Hier bieten wir eine vielseitige und abwechslungsreiche Gestaltung der Übungsstunden, die sowohl körperliche Fitness als auch das Wohlfühlgefühl in der Gemeinschaft fördern.

Macht mit und genießt die Vorteile von Bewegung in einer freundlichen Umgebung! Wir freuen uns auf euch!



Mitglied im Verein werden? – Klar!

Das Stadion Kieselhumes in Saarbrücken ist unsere sportliche Heimat. Komm zu uns, wir freuen uns auf Dich!

Anmeldeformulare zur Mitgliedschaft findest Du unter www.saar05-leichtathletik.de/aufnahmeantrag

Hast Du noch Fragen? Melde Dich einfach unter sport@saar05-leichtathletik.de



FITNESS • FAIRNESS • FREUNDSCHAFT



Schnelligkeit trifft Sport: Eine Verbindung von internationaler Logistik und regionalem Sport

GO! Express & Logistics ist ein europaweit führendes Unternehmen im Bereich Kurier-, Express- und Logistikdienstleistungen.

Mit einem besonderen Fokus auf schnelle und flexible Zustellungen bietet GO! maßgeschneiderte Transportlösungen für zeitkritische Sendungen.



Neben seinen logistischen Dienstleistungen engagiert sich GO! auch stark im Sportsponsoring. Die GO! Station Saarbrücken ist Hauptsponsor des SV GO! Saar 05 Saarbrücken, einem traditionsreichen Sportverein.

Dieses langfristige Sponsoring zeigt, wie sich das Unternehmen nicht nur auf geschäftliche Erfolge konzentriert, sondern auch die regionale Sportlandschaft fördert.

saarbruecken.expressversand / +49 681 967000



Europameisterschaften



U20 EUROPAMEISTERSCHAFTEN IN TAMPERE (07.08. – 10.08.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
4. Platz	Lucca Agostini	4 x 400 m Staffel	3:07,66 min
5. Platz	Timo Port	Hammerwurf	73,08 m

U23 EUROPAMEISTERSCHAFTEN IN BERGEN (17.07. – 20.07.25)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
4. Platz	Maja Schorr	4 x 400 m Staffel	3:28,66 min



Deutsche Meisterschaften



DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN 10 KM STRASSE IN SIEGBURG (07.09.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
5. Platz (U20)	A. Hensgen/J. Fahrige/V. Semprich	Msch 10 km Straße	1:46:52 Std
8. Platz (U23)	Lennart Zehfeld	10 km Straße	30:59 min

DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN DER MASTERS IN GOTHA (22.08. – 24.08.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
5. Platz (M70)	Günter Rausch	400 m	73,58 sec
6. Platz (M70)	Günter Rausch	200 m	31,98 sec sec
5. Platz (M70)	Günter Rausch	300 m Hürden	59,92 sec
8. Platz (M70)	Günter Rausch	800 m	3:04,65 min

DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN IN DRESDEN (31.07. – 03.08.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
Halbfinale	Maja Schorr	800 m	2:07,38 min
Halbfinale	Ksenia Helios	100 m	11,88 sec (VL 11,60 sec)

DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN U20/U18 IN BOCHUM-WATTENSCHIED (11.07. – 13.07.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
1. Platz	Timo Port (U20)	Hammerwurf	74,63 m
5. Platz	Lucca Agostini (U20)	400 m	47,79 sec
6. Platz	Manuel Bernabeu Walz (U18)	Hammerwurf	56,51 m
Vorlauf	Luisa Jose (U20)	100 m	12,26 sec (pB)
Vorlauf	Sara Janes (U20)	100 m	12,47 sec
Vorlauf	S. Janes/L. Jose/A. Schmidt/ L. Rothfuchs Galan (U20)	4 x 100 m	49,36 sec

DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN U23/U16 IN ULM (04.07. – 06.07.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
3. Platz (U23)	Maja Schorr	400 m	55,13 sec
3. Platz (U23)	Timo Port	Hammerwurf	64,18 m
6. Platz (U23)	Ksenia Helios	100 m	11,66 sec
13. Platz (U23)	Ksenia Helios	200 m	24,61 sec
7. Platz (U23)	Lennart Zehfeld	5.000 m	14:47,55 min
7. Platz (U16)	Marten Amelot	1.500 m Hindernis	4:41,08 min
7. Platz (U16)	Matteo Schmitt	3.000 m	9:44,44 min

DEUTSCHE MASTERS-HALLENMEISTERSCHAFTEN IN FRANKFURT-KALBACH (01. – 02.03.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
4. Platz	Günter Rausch	400 m	73,52 sec
6. Platz	Günter Rausch	200 m	31,71 sec



Deutsche Meisterschaften



DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN WINTERWURF IN HALLE/SAALE (15.02.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
1. Platz	Timo Port (U20)	Hammerwurf	69,01 m
10. Platz	Manuel Bernabeu Walz (U18)	Hammerwurf	50,47 m
10. Platz	Amelie Lambert (U20)	Hammerwurf	43,02 m

DEUTSCHE JUGEND-HALLENMEISTERSCHAFTEN IN DORTMUND (15.02. – 16.02.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
2. Platz	Lucca Agostini	400 m	48,43 sec



Süd- und Südwestdeutsche Meisterschaften



SÜDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN AKTIVE/U18 IN ST. WENDEL (28. – 29.06.2025)

Platzierung Aktive	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
3. Platz	Ksenia Helios	100 m	11,60 sec
4. Platz	Luisa Jose/Ksenia Helios/ Saskia Woidy/Sara Janes	4 x 100 m	47,42 sec
5. Platz	Saskia Woidy	Weitsprung	5,68 m
8. Platz	Jule Hanni Korter	Stabhochsprung	3,30 m
8. Platz	Amelie Lambert	Hammerwurf	43,20 m

Platzierung U18	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
3. Platz	Manuel Bernabeu Walz	Hammerwurf	57,67 m

SÜDDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN U23/U16 IN KANDEL (20.06. – 22.06.2025)

Platzierung U23	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
2. Platz	Ksenia Helios	100 m	11,95 sec
2. Platz	Luisa Jose, Sara Janes, Alisha Schmidt und Luna Rothfuchs Galan	4 x 100 m	48,47 sec
3. Platz	Maja Schorr	400 m	54,90 sec
B-Endlauf 3. Platz	Luisa Jose	100 m	12,41 sec
B-Endlauf 4. Platz	Sara Janes	100 m	12,50 sec
5. Platz	Jule Hanni Korter	Stabhochsprung	3,20 m
6. Platz	J. Grewelinger / J. Fahrig / L. Deckarm	3 x 1.000 m	8:23,42 min

Platzierung U16	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
2. Platz (M14)	Tyrese Omoregbee	100 m	11,88 sec
4. Platz (M15)	Mateo Schmitt	800 m	2:05,09 min
5. Platz (M15)	Marten Amelot	3.000 m	9:56,11 min
6. Platz (W14)	Bible Dadzie	100 m	12,96 sec
8. Platz (W15)	Lisa Eis	2.000 m	7:12,19 min
8. Platz (M14)	Moritz Beier	Diskuswurf	32,09 m
8. Platz (M14)	Moritz Beier	Speerwurf	36,69 m

Platzierung MU18	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
6. Platz	J. Grewelinger/J. Fahrig/ L. Deckarm	3x1.000 m	8:23,42 min

SÜDDEUTSCHE HINDERNISMEISTERSCHAFTEN IN KOBLENZ (01.05.2025)

Platzierung	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
2. Platz (U20)	Vincent Sempruch	2.000 m Hindernis	6:27,55 min
4. Platz (W15)	Lisa Eis	1.500 m Hindernis	5:46,37 min
6. Platz (M15)	Marten Amelot	1.500 m Hindernis	5:00,89 min



Süd- und Südwestdeutsche Meisterschaften



SÜDDEUTSCHE HALLENMEISTERSCHAFTEN AKTIVE/U18 IN KARLSRUHE (01. – 02.02.2025)

Platzierung Aktive	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
2. Platz	Charel Gaspard	Hochsprung	2,00 m
2. Platz	Maja Schorr	800 m	2:11,30 min
3. Platz	Lennart Zehfeld	3.000 m	8:28,00 min
3. Platz	Lucca Agostini	800 m	1:55,63 min
5. Platz	Saskia Woidy	Weitsprung	5,99 m
6. Platz	Jule Hanni Korter	Stabhochsprung	3,30 m
7. Platz	Ksenia Helios	60 m	7,60 msec
Platzierung MU18	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
7. Platz	T. Jungmann/T. Beier/ S. Puskeiler/L. Oldenburg	4x200 m	1:37,68 min



Saarländische Meisterschaften



SAARLÄNDISCHE MEHRKAMPFMEISTERSCHAFTEN U16 – MASTERS IN SAARBRÜCKEN (06.09. – 07.09.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
MU20	Noah Schales	5-Kampf	2.674 Pkte
	Noah Schales	10-Kampf	4.475 Pkte
M70	Günter Rausch	3-Kampf	1.677 Pkte
W75	Ute Schweitzer	3-Kampf	1.280 Pkte
MU18 Mannschaft	Puskeiler/Beier/Schmitt	5-Kampf	7.016 Pkte
	Puskeiler/Beier/Schmitt	10-Kampf	13.361 Pkte

SAARLÄNDISCHE MEISTERSCHAFTEN U14 IN PIESBACH (30.08.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
M12	Julian Lotz	800 m	2:35,99 min
W12	Annika Grell	75 m	10,94 sec
	Annika Grell	Weitsprung	4,46 m

SAARLÄNDISCHE MASTERS-MEISTERSCHAFTEN IN LUDWEILER (05.07.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
W55	Heike Maas	5.000 m	20:38,23 min
M60	Michael Klein	100 m	14,51 sec
	G. Niemczyk (TV Homburg)/ M. Klein/D. Dörr/K. Wittmer	4x100 m	62,91 sec
M65	Martin Vogel	Kugelstoßen	11,61 m
	Martin Vogel	Speerwurf	34,37 m
	Kurt Wittmer	100 m	15,04 sec
M70	Dieter Dörr	200 m	34,7 sec (Handstoppung)
	Dieter Dörr	Hochsprung	1,11 m
	Günter Rausch	100 m	15,26 sec
	Günter Rausch	Weitsprung	3,56 m
M65	Ulrich Geuther	Kugelstoßen	11,32 m
	Ulrich Geuther	Diskuswurf	36,09 m
W75	Ute Schweitzer	100 m	20,61 sec
	Ute Schweitzer	Hochsprung	0,99 m
	Ute Schweitzer	Kugelstoßen	7,60 m
	Ute Schweitzer	Diskuswurf	16,27 m
	Ute Schweitzer	Speerwurf	14,90 m
	Gisela Mellmann	5.000 m	34:43,07 min
M80	Ingo Kroker	200 m	40,5 sec (Handstoppung)
	Ingo Kroker	Hochsprung	0,98 m



Saarländische Meisterschaften



Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
M85	Lutz Bender	Diskuswurf	13,99 m
	Lutz Bender	Hammerwurf	17,14 m
	Axel Buchholz	100 m	21,49 sec

SLB-10 KM MEISTERSCHAFTEN IN LEBACH (27.06.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
M65	Nihat Kont	10 km	44:54 min
W35	Ann-Cathrin Jülch	10 km	42:17 min
W40	Theresia Herrlein	10 km	45:17 min
W50	Heike Maas	10 km	43:52 min
W55	Evi Klahm	10 km	47:16 min
W75	Gisela Mellmann	10 km	1:20,30 std

SAARLÄNDISCHE BLOCKWETTKAMPF-MEISTERSCHAFTEN in PÜTTLINGEN (14.06.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
MU14	Moritz Beier	Sprint/Sprung	2.496 Pkte

SAARLÄNDISCHE MEISTERSCHAFTEN AKTIVE/U18 in HOMBURG (31.05. – 01.06.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
Frauen	Ksenia Helios	100 m	11,81 sec
	Saskia Woidy	Weitsprung	5,56 m
	Saskia Woidy	200 m	26,01 sec
	Lara Hochdörffer	100 m Hürden	15,73 sec
	L. Hochdörfer/L. Rothfuchs Galan/J. SchmidtJ./S. Janes	4x100 m	49,56 sec
Männer	Corvin Schwarz	100 m	11,34 sec
	Lucca Agostini	200 m	22,29 sec
	Lennart Zehfeld	5.000 m	15:10,78 min
Weibliche U18	Mercedes M. Rauchenecker	800 m	2:31,31 min
	L. Dorst/A. Schmidt/ F. Albersdörfer/Y. El Hayek	4x100 m	50,97 sec
Männliche U18	Laurenz Deckarm	800 m	2:05,16 min
	T. Beier/S. Puskeiler/ L. Oldenburg/T. Omoregbee	4x100 m	45,72 sec
	Simon Puskeiler	Hochsprung	1,73 m
	Manuel Bernabeu Walz	Hammerwurf	53,76 m
	Tom Beier	Speerwurf	42,79 m

SAARLÄNDISCHE MEISTERSCHAFTEN U20/U16/U14 IN PÜTTLINGEN (24.05. – 25.05.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
MU20	Lucca Agostini	800 m	1:56,65 min
	J. Brunschön/L. Agostini/ N. Schales/C. Schwarz	4x100 m	44,52 sec
	Timo Port	Hammerwurf	70,32 m
	Corvin Schwarz	Speerwurf	36,85 m
	Tom Beier	Weitsprung	6,15 m
WU20	Luisa Jose	100 m	12,51 sec
	A. Schmdt/L. Jose/L. Galan Rothfuchs/F. Albersdörfer	4x100 m	49,67 sec
	Hanne Jule Korter	Stabhochsprung	3,40 m
M15	Mateo Schmitt	300 m	39,49 sec
	Mateo Schmitt	800 m	2:08,32 min
M14	Tyrese Omoregbee	100 m	12,44 sec
	Ishaan Pattu	Stabhochsprung	2,60 m
	Moritz Beier	Hochsprung	1,50 m
	Moritz Beier	Diskuswurf	35,88 m
	Moritz Beier	Speerwurf	38,30 m
W15	Lisa Eis	800 m	2:29,53 min
	Annalena Serf	Stabhochsprung	2,60 m

SAARLÄNDISCHE MEISTERSCHAFTEN LANGSTAFFELN IN REHLINGEN (06.05.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
U20	A. Hensgen/V. Sempruch/ L. Agostini	3x1.000 m	7:55,68 min

SAARLÄNDISCHE LANGSTRECKENMEISTERSCHAFTEN IN REHLINGEN (05.04.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
U20	Abie Hensgen	5.000 m	16:20,30 min
M15	Yaromiy Moskalskyi	3.000 m	11:11,87 min
W15	Lisa Eis	3.000 m	11:14,22 min
M40	Thorsten Jacob	10.000 m	35:41,06 min

SAARLÄNDISCHE MEISTERSCHAFTEN HALBMARATHON IN Saarbrücken (16.03.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
W50	Marion Stras	HM	1:27,31 Std

SAARLÄNDISCHE MEISTERSCHAFTEN CROSSLAUF IN SULZBACHTAL (09.03.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
Männer	Lucca Agostini	1.000 m	2:31 min
U18	Laurenz Deckarm	4.000 m	14:31 min
M15	Marten Amelot	3.000 m	11:11 min
M14	Julian Hahmann	3.000 m	12:26 min

SAARLÄNDISCHE MEISTERSCHAFTEN WINTERWURF IN MERZIG (02.02.2025)

Saarländische Meister	Athlet/in	Disziplin	Ergebnis
U20	Amelie Lambert	Hammerwurf	45,11 m
U18	Manuel Bernabeu Walz	Hammerwurf	54,09 m



Der Sprintnachwuchs von Trainerin Mawoin (links), Hochspringer Charel Gaspar (oben rechts) und Hammerwerfer Manuel Bernabeu Walz



Gesundheitszentrum
körperglück



Physiotherapie Praxis
KörperGlück Doht & Morsch

Physiotherapie. Osteopathie. Sportphysiotherapie.



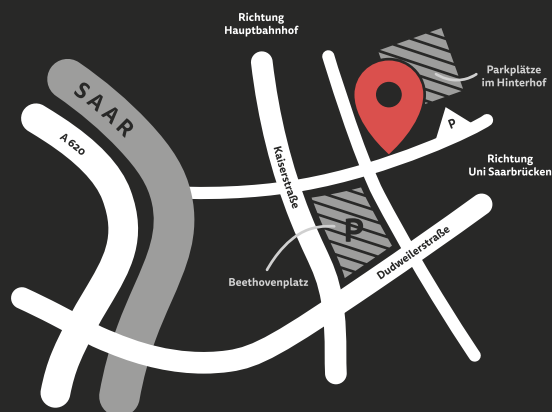
Präventionszentrum
Saar

Kryotherapie. Höhenttraining. Prävention.



Sprech:Zeit
Logopädie Doht

Sprache. Sprechen. Stimme.



Gesundheitszentrum
körperglück

Beethovenstraße 21, 66111 Saarbrücken
+49 (0) 681 40 17 73 81

termine@koerperglueck.net

Für weitere Infos QR-Code
scannen oder unter:
www.koerperglueck.net



Partnerschaft zwischen **GO! Saar 05 Leichtathletik** und dem **Gesundheitszentrum Körperglück**

Ab sofort erhält jedes Mitglied von **GO! Saar 05** bei Körperglück einen Preisnachlass von 30%.
Mitglieder des Victor's Track Teams oder der Sprint Squad sogar 50%



Unser neues Ehrenmitglied Angelika Reiss (links),
Hartmut Albert plus Team (Mitte) und Peter Reiss



Veranstaltungstermine 2026

15. März

20.  **GO!**
EXPRESS & LOGISTICS

City-Halbmarathon
1. Lauf Sparkassen-Cup

17. Mai

38.  **Sparkasse**
Saarbrücken

City-Lauf, 10+5+2 km
2. Lauf Sparkassen-Cup

31. Mai

37.  **prowin**
international

Kinderolympiade
Stadion Kieselhumes

29. November

32.  **Ford**

Advent-Lauf, 10+5+2 km
3. Lauf Sparkassen-Cup

Für weitere Veranstaltungen im Stadion Kieselhumes (Meisterschaften und Sportfeste) werden die Termine im Aushang am Stadion Kieselhumes und im Internet www.saar05-leichtathletik.de bekannt gegeben.

Achtung!

An alle Mitglieder und Freunde von **GO! Saar 05**:

Bitte nehmen Sie diese Termine in Ihre Jahresplanung auf, denn ohne Ihre Hilfsbereitschaft sind diese Veranstaltungen nicht durchführbar. **Vielen Dank!**

Impressum

Herausgeber: SV **GO!** Saar 05 Leichtathletik e.V.

Verantwortlich für den Inhalt: Dr. Bernd Coen

Mit Unterstützung von: Anja Bach, Lena Barthel, Andrea Breder, Prof. Dr. Dieter Dörr, Janis Engel, Knut Engler, Ksenia Helios, Lutwin Jungmann, Claus Keil, Nihat Kont, Andreas Schanding, Birgit Schmidt, Thomas Wieck

Wir danken unseren Sponsoren für die Unterstützung in den letzten Jahren und bei der Herausgabe des Magazins.



„Hier kann ich bequem
leben und mich ent-
falten – und finde dabei
genau so viel Unterstüt-
zung, wie ich brauche.“

Ingrid Gaber



Für ein leichteres Leben – mit Raum für das, was zählt.

Im Victor's Servicewohnen Am Anger erwarten Sie helle Apartments von 43 bis 173 m², moderner Komfort und mehr Zeit für die schönen Dinge im Leben: für Hobbys, Gemeinschaft oder persönliche Projekte. Wie bei Ingrid Gaber, die im Ruhestand nicht zur Ruhe kam – sondern zur Kunst. Ihre erste eigene Ausstellung zeigt: **Ein leichteres Leben lässt Raum für mehr!**

Services dazubuchen – ganz nach Ihrem Bedarf.



**VICTOR'S
SERVICEWohnEN**

AM ANGER



Richtig alt werden.

**Die besten Lösungen für Ihre
Altersvorsorge.**

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin für eine
individuelle Beratung. Mehr dazu unter:

sk-sb.de/altersvorsorge



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Saarbrücken