

## Deutscher Rekord im Keulenwerfen

Für die Leichtathletik-Seniorensportler im Landesverband Rheinhessen gibt es in diesem Jahr fast keine Wettkampfmöglichkeiten.

Aus dieser Not heraus entstand die Idee, sich in loser Folge zu einem LSW-Wettkampf, meistens dienstags, im Sportpark Gau-Algesheim zu treffen.

### Was ist der LSW-Spezialsport?

LSW ist die Abkürzung für „Laufen – Springen – Werfen“. LSW Spezialsport ist eine Leichtathletik-Alternative und beinhaltet teilweise ehemalige olympische Disziplinen sowie Eigenkreationen im Raskraftsport und im Bereich der olympischen Antike.

Aufgrund eines starken Regenschauers musste kurzfristig das geplante Programm mit Schleuderball und Standweitsprung geändert werden. So kamen das Keulenwerfen und der Speerwurf-Dreikampf zum Einsatz.

### Höhepunkt Keulenwerfen

Das Keulenwerfen wird mit einer Keule aus Holz mit zwei unterschiedlich schweren Geräten - mindestens 500 Gramm (Aktive) bzw. mindestens 250 Gramm (für Jugendliche und Senioren) - durchgeführt

Für den Höhepunkt sorgte **Winfried Oehrlein**. Mit einem perfekten Versuch im fünften Durchgang erreichte Winfried in der Altersklassen-Wertung M70 mit der Rekordweite von 57,80 m einen Deutschen Rekord. Der alte Rekord vom 16. Juli 2016, aufgestellt in Jüterbog, lag bei 57,12 m.

Herzlichen Glückwunsch dem neuen Rekordhalter!



Abbildung 1 - Winfried Oehrlein bei seinem Rekordwurf

Eine ebenso hervorragende Weite in der Altersklasse 60 erreicht **Martin Frömel** vom LF Villmar mit der Weite von 56,80 m.

Weitere Ergebnisse:

AK 75	Helmut Hessert	TSV Schott Mainz	43,30 m
AK 75	Peter Schneider	TSG Sprendlingen	22,90 m

## Deutscher Rekord im Keulenwerfen



Abbildung 2 - "Altmeister" Helmut Hessert



Abbildung 3 - Peter Schneider von der TSG Sprendlingen

### Speerwurf-Dreikampf

Beim einarmigen Speerwerfen über den Kopf aus dem Stand mit drei verschiedenen schweren Geräten dürfen nur Originalspeere (IWR) benutzt werden. Es sind nur Standwürfe erlaubt. Eine seitliche Ausführung ist nicht gestattet. Solche Versuche sind ungültig zu werten.

Im abschließenden Speerwurf-Dreikampf werden aus dem Stand Speere je nach Altersklasse mit drei verschiedenen Gewichten geworfen. Die jeweils beste Weite aus den drei Gewichtsklassen werden addiert und somit der Sieger ermittelt.

M60	Frömel, Martin	LV Villmar	82,56 m
	500g: 27,90 m / 600 g: 28,06 m / 700 g: 26,60 m		
M70	Oehrlein, Winfried	SV Gau-Algesheim	85,96 m
	400 g: 30,76 m / 500 g: 27,30 m / 600 g: 27,90 m		
M75	Hessert, Helmut	TSV Schott Mainz	76,80 m
	400 g: 25,85 / 500 g: 26,20 m / 600 g: 24,75 m		
M75	Schneider, Peter	TSG Sprendlingen	39,11 m
	400 g: 12,76 m / 500 g: 13,05 m / 600 g: 13,30 m		



Abbildung 4 - Zufriedene Seniorensportler - v. l.: Martin, Winfried, Helmut und Peter

Weitere Informationen zum LSW findet man auf der neuen Website: [www.LSWSpezialsport.de](http://www.LSWSpezialsport.de)

### Vorschau

Mit Spannung schauen wir auf den nächsten LSW-Treff Mitte August an gleicher Stelle.