

Drei Starts – Drei persönliche Bestwerte für Theodor Sauerwein beim Basalt-Meeting im Westerwald

Hachenburg

Am 05. September fand in Hachenburg das Basalt-Meeting statt – ein Integratives Sportfest, bei dem wie jedes Jahr auch international erfolgreiche Athlet/innen aus dem Behindertensport teilgenommen haben. Einige von ihnen hatten für diesen Sonntag eigentlich die Abschluss-Feier der Paralympics in Tokio in ihrem Terminkalender stehen, z.B. **Matthias Mester**, der in Hachenburg Saisonbestweite mit dem Speer erzielte.

Theodor Sauerwein vom TV Weisel hatte sich ein großes Lauf-Pensum für diesen Tag vorgenommen: 100m, 200m und 800m - kein anderer Läufer ging dreimal an den Start!

Die Läufe waren nach bisherigen Bestzeiten gesetzt. Sowohl im 100m-Lauf als auch im 200m-Lauf konnte Theodor nach relativ schwachem Start Meter für Meter aufholen und schließlich die Konkurrenz deutlich abhängen. Schade, dass er niemand hatte, der ihn dann noch weiter „gezogen“ hat. Als Erstes stand für Theodor der 100m-Lauf auf dem Programm. Über diese Distanz hatte er sich von letztem Jahr 13,09 Sekunden im Laufe der Saison bereits auf 12,11 Sekunden verbessert. Diesmal hoffte er auf eine Zeit unter 12 Sekunden. Dies gelang ihm sehr deutlich. Seinen Lauf beendete er mit großem Vorsprung von 0,32 Sekunden nach 11,78 Sekunden. 2 ½ Stunden später folgte der 200m-Lauf. Auch über diese Distanz hatte er sich seit 2019 bereits deutlich von 26,72 Sekunden auf 24,65 Sekunden verbessern können. Seinen Lauf gewann Theodor mit 0,68 Sekunden Vorsprung in neuer persönlichen Bestzeit von 24,04 Sekunden.

Mittelstreckenläufe hat Theodor einige Jahre lang nur im Rahmen von Mehrkämpfen oder als Prüfung für das Sportabzeichen absolviert. Seine zuletzt gestoppte Zeit von 3:00,36 Minuten stammte aus dem Jahr 2017. Die vorangegangenen Läufe, das kühle Herbstwetter und ein einstündiges intensives Schwimmtraining für sein Sportstudium vom Vortag steckten Theodor mächtig in den Beinen. Trotzdem ging er das Rennen ganz beherzt an und so konnte er sich im Ziel über 2:19,93 Minuten freuen – eine Verbesserung von fast einer Minute.

Theodor Sauerwein, Altersklasse Männer:

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 4. im 200m-Lauf | mit 24,04 Sek.* |
| 4. im 800m-Lauf | mit 2:19,93 Min.* |
| 5. im 100m-Lauf | mit 11,78 Sek.* |

Diese guten Laufergebnisse bestärken den Wurfspezialisten in seinem Vorhaben, sich künftig in der Leichtathletik mehr in Richtung „Mehrkampf“ zu orientieren. Leider hatte er dieses Jahr dafür keine Startmöglichkeiten.

* persönliche Bestleistung

Theodor (blaues Trikot) sprintet der Konkurrenz davon



Sportabzeichentreff

Zu den beliebten Traditionen des Sportabzeichentreff gehört die jährliche von **Luise Schmidt** organisierte Fahrradtour. Diese führte am 02. September über Rettershain und Lautert nach Bogel. Los ging es für die Radler um 18:00 Uhr am Sportplatz in Weisel. Bereits um kurz nach 19:00 Uhr trafen sie sich nach ihrer rund 12km-Tour am Zielort mit anderen Mitgliedern des Sportabzeichentreff in einem Lokal, wo sie gemeinsam den Abend mit einem leckeren Essen in gemütlicher Runde ausklingen ließen.