



harlottes Breaking News

Dezember 2021

AKTUELLES

Aktuelle Trainingssituation

Weihnachtsfeier – *jetzt online*

Wahl Jugend-Leichtathlet/in 2021

Neue Athleten beim SCC

AUSBLICK

Siegerehrung Spiridon-Dreikampf 2021

Sprechstunde, Stammtisch

Laufanmeldungen SCC Events für Mitglieder

RÜCKBLICK

Weißenseer Crosslauf

10.000m Bahnlauf

5.000m Bahnlauf

Auch die Off-Season kann schön sein

TERMINE 2022



Liebe Freunde!

Die Pandemie hält an und beeinträchtigt erheblich unsere Aktivitäten. Wenigstens ist der reine Trainingsbetrieb zurzeit noch realisierbar. Da wir inzwischen einige Erfahrung mit der Pandemie haben, werden wir soweit möglich wieder verstärkt auf Online-Angebote umstellen.

Darüber hinaus sollten auf der Landes- und Bundesebene einige Stellen so rechtzeitig besetzt werden, um das neue Jahr mit viel Schwung beginnen zu können. Absagen von ausgewählten Kandidaten und Kandidatinnen oder rechtsfehlerhafte Verfahren durch den DLV lassen daran zweifeln, ob alle Verantwortlichen ihre Lehren aus dem bescheidenen Abschneiden der bundesdeutschen Leichtathletik in Tokio gezogen haben.

Nichtsdestotrotz wünsche ich Euch eine schöne Adventszeit, angenehme Feiertage und einen guten Rutsch ins Neue Jahr falls wir uns bei der Weihnachtsfeier der Abteilung nicht sehen sollten.

Bleibt gesund!

Euer
Andreas

Anstehende Termine im Dezember/Januar:

10.12.	18:00Uhr	Online-Weihnachtsfeier
11.12.	11:00Uhr	13. Run&Jump
Bis 31.12.		Anmeldung Spiridon-Dreikampf Wahl Nachwuchs-Leichtathleten
18.01.	20:00Uhr	Stammtisch
21.01.	18:00Uhr	Siegerehrung Spiridon-Dreikampf
24.01.		Sprechstunde

Sperrungen des Mommsenstadions am Ende des Newsletters

AKTUELLES

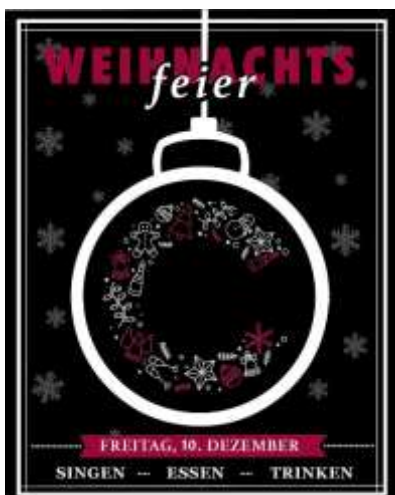
AKTUELLE TRAININGSSITUATION

Ab heute, 8. Dezember gilt eine neue Verordnung. Demnach ist in gedeckten Sportanlagen (Hallen) der Sportbetrieb nur unter der 2G-Regel plus eines zusätzlichen Tests erlaubt. Für Berufssporttreibende und KaderathletInnen gilt die 3G-Regel.

Die 3G-Regel findet nun auch beim Sport im Freien Anwendung. Für die Nutzung der Umkleieräume bzw. das allgemeine Betreten von Funktionsgebäuden greift weiterhin die 2G-Regel mit zusätzlicher Maskenpflicht. Die Außentoiletten (z.B. WC-Gebäude unter der Anzeigetafel im Mommsenstadion) bilden eine Ausnahme, diese dürfen mit einer medizinischen Maske ohne 2G genutzt werden.

Kinder und Jugendliche, die jünger als 18 Jahre sind und regelmäßig in der Schule getestet werden (Schülerausweis gilt als Nachweis), sind weiterhin von diesen Regeln ausgenommen.

Diese Verordnung gilt nach aktuellem Stand zunächst bis zum 2. Januar 2022. Auf der Startseite unserer Leichtathletikwebseite versuchen wir euch diesbezüglich auf dem Laufenden zu halten.



WEIHNACHTSFEIER DER ABTEILUNG

Der Vorstand der Abteilung hat nach ausführlicher Diskussion entschieden, die geplante Weihnachtsfeier der Abteilung im Mommsenstadion wegen der sich verschärfenden Pandemie abzusagen.

Damit es trotzdem ein Angebot für alle Mitglieder der Abteilung gibt, haben wir uns entschlossen, an diesem Freitag um 18 Uhr eine Weihnachtsfeier im Netz anzubieten. Alle Mitglieder sind dazu herzlich eingeladen. Macht es euch zuhause bequem, deckt euch mit einem warmen Getränk, ob Tee oder Glühwein ein, schnappt euch ein paar Plätzchen oder Dominosteine und verbringt mit uns einen kleinen coronagerechten Weihnachtsabend.

Über diesen [Link](#) könnt ihr an der Weihnachtsfeier teilnehmen. Bei Problemen meldet euch unter 030-301 6068.



JAMES ADEBOLA UND BLANKA DÖRFEL ALS JUGEND-LEICHTATHLETEN 2021 NOMINIERT



Mit James Adebola und Blanka Dörfel sind unsere beiden Überflieger des Jahres im Jugendbereich und sind nun vom DLV zum/r Jugend-Leichtathlet/in nominiert.

James Adebola holte bei der Jugend-DM in Rostock das Double: Erst stürmte er über 100m zur deutschen U20-Jahresbestleistung von 10,39 Sekunden und zum deutschen U20-Titel. Dann holte er auch über 200 Meter erneut U20-DM-Gold – bevor er kurz darauf in der Schweiz seine und die deutsche Jahresbestzeit noch einmal auf 20,84 Sekunden schrauben konnte. Die Saison krönte er mit der Teilnahme an der U20-EM.

Eine lange Liste von Erfolgen kann Blanka aufweisen. So gewann sie in diesem Jahr insgesamt vier Deutsche Meistertitel und einen Vizetitel, und das nicht nur in ihrer Altersklasse U20, sondern auch in der U23 und im Erwachsenenbereich (Team). Auch bei der DM in Braunschweig ärgerte Blanka die Erwachsenen und belegte dort den 6. Platz über 5.000m.

Mit diesen Leistungen haben beide die Nominierung mehr als verdient. Wenn ihr das auch so seht, stimmt für sie bis 31. Dezember 2021 [hier](#) ab.

NEUE ATHLETEN BEIM SCC

Der Vorstand hat auf Vorlage von Jürgen Lock und Sven Buggel sowie auf Zuarbeit von George Petzold und Lucas Jakubczyk das neue Leistungssportkonzept für das kommende Jahr beschlossen.

Darüber hinaus hatte der Vorstand der Aufnahme zahlreicher neuer Athleten zugestimmt, die zukünftig mit dem Schwarzen C auf dem Trikot starten werden.

Neben dem schnellsten Mann und der schnellsten Frau (national) beim diesjährigen BMW BERLIN-MARATHON, die das SCC EVENTS PRO TEAM verstärken, heißen wir u.a. eine neue Laufgruppe sowie auch junge Talente im Sprung- und Hürdenbereich herzlich willkommen!

Dazu gehören u.a. Rabea und Deborah Schöneborn, Philipp Pflieger, Katja Fischer und eine Laufgruppe um Tobias Singer im Langstreckenbereich sowie Tyler Foster (Dreisprung), Mohammad Alsalami (Weitsprung), Nadine Reetz (Kurzstrecke) als auch Gavin Claypool und Vanessa Hammerschmidt (beide Kurzstrecke). Wir freuen uns auf dem gemeinsamen Weg!

VERSTÄRKUNG IM SCC EVENTS PRO TEAM

Das SCC EVENTS PRO TEAM setzt sich aus einer Gruppe nationaler Top-Athlet:innen zusammen, die sich als Trainings- sowie Wettkampfmannschaft untereinander fördert. Gewonnen wird so eine starke Community mit Nachwuchsathlet:innen, die zur nationalen und internationalen Spitze strebt. SCC EVENTS achtet dabei darauf, dass neben den guten Trainingsbedingungen das Gefüge im Team stimmt. Somit gesellen sich in der nächsten Saison zu so erfolgreichen Läufer:innen wie



Deborah und Rabea Schöneborn (Foto: Michael Romacker)



Alina Reh oder Johannes Motschmann auch Deborah und Rabea Schöneborn sowie Philipp Pflieger. Die Schöneborn-Schwestern zogen in der nahen Vergangenheit mit überzeugenden Leistungen die Aufmerksamkeit immer wieder auf sich. Während Deborah bei den Olympischen Spielen fünftbeste Europäerin wurde, stand Rabea als Ersatzläuferin für das Olympia-Team auf Standby. Beim BMW BERLIN-MARATHON wurde sie beste Deutsche in 2:28:49 Stunden. "Es ist Zeit für einen neuen Abschnitt in unserer Laufkarriere! Wir freuen uns ab 2022 Teil des SCC EVENTS PRO TEAM zu sein. Der Wechsel von der LG Nord zum SCC EVENTS PRO TEAM bedeutet für uns einen weiteren Schritt in die Professionalisierung. Die Trikotfarbe wechselt von rot zu schwarz aber unserer Wahlheimat Berlin bleiben wir treu!", so die beiden. Philipp Pflieger weiß das reizvolle SCC EVENTS Setting ebenso zu schätzen. Veranstaltungen wie die adidas Runners City Night, der GENERALI BERLINER HALBMARATHON und der BMW BERLIN-MARATHON zählen zu seinen Saison-Highlights. Passend, dass auch der vielfache Deutsche Meister nun zum SCC EVENTS PRO TEAM gehört. „Zu Berlin hatte ich schon immer eine ganz besondere Beziehung. Ich durfte hier große Erfolge feiern, musste Niederlagen verkraften, konnte Bestzeiten brechen und vor allem jede Menge unvergessliche Erinnerungen machen. Berlin lebt Laufen und so fühlt sich mein Wechsel in die Hauptstadt irgendwie auch an wie nach Hause kommen. Ich freue mich zukünftig als Teil des SCC EVENTS PRO TEAM nicht nur meinen eigenen sportlichen Weg weitergehen zu können, um meine Grenzen auszuloten, sondern als Teil des Teams auch etwas zurückzugeben und andere Athlet:innen im Team zu unterstützen. Hier entsteht ein großartiges Projekt - hoffentlich auch für zukünftige Generationen von Läufer:innen - und ich freue mich meinen Teil zu diesem Anfang beitragen zu können.“, beschreibt Pflieger. Eine perfekte Abrundung des Team-Gefüges gelingt durch unser Nachwuchstalent Blanka Dörfel. Die junge Berlinerin untermauert nach einem Jahr ihren Sprung ins SCC EVENTS PRO TEAM mit einem Deutschen Halbmarathon Rekord in der U20. Ihre erzielten 71:54 Minuten bedeuteten dabei gleichzeitig Platz 2 Weltjahresbestenliste in der U20.



*Philipp Pflieger beim Ziellauf BMW BERLIN-MARATHON 2021
(© SCC EVENTS / JIRO MOCHIZUKI)*

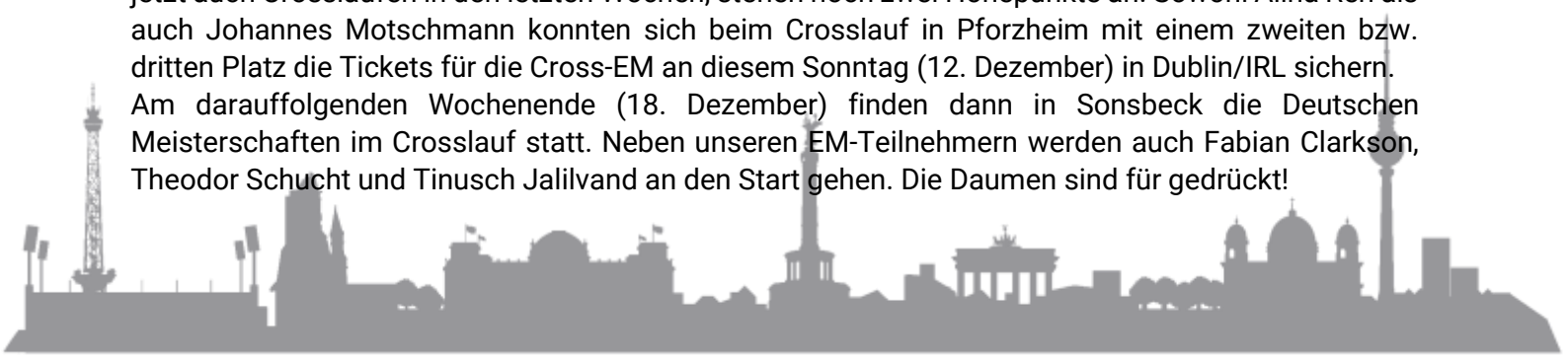
JAHRESPLANUNG

Der Vorstand der Abteilung hat über die Jahresplanung der Abteilung Beschlüsse gefasst. Dabei dienen die Termine zur Orientierung und umfassen die Stadion-Leichtathletik, die Aktivitäten für unsere Laufgruppen und die Angebote für alle Mitglieder der Abteilung wie unser traditionelles Grillfest. Die Jahresplanung findet ihr auf der letzten Seite diesen Newsletters.

AUSBLICK

CROSS-DM UND CROSS-EM SCHLIEßEN DIE SAISON 2021 AB

Unsere LäuferInnen sind nicht müde zu bekommen. Nach der Vielzahl an Straßenmeisterschaften und jetzt auch Crossläufen in den letzten Wochen, stehen noch zwei Höhepunkte an. Sowohl Alina Reh als auch Johannes Motschmann konnten sich beim Crosslauf in Pforzheim mit einem zweiten bzw. dritten Platz die Tickets für die Cross-EM an diesem Sonntag (12. Dezember) in Dublin/IRL sichern. Am darauffolgenden Wochenende (18. Dezember) finden dann in Sonsbeck die Deutschen Meisterschaften im Crosslauf statt. Neben unseren EM-Teilnehmern werden auch Fabian Clarkson, Theodor Schucht und Tinusch Jalilvand an den Start gehen. Die Daumen sind für gedrückt!





SIEGEREHRUNG SPIRIDON-DREIKAMPF

Die Siegerehrung für den Spiridonwettbewerb 2021 soll am Freitag, 21. Januar 2022 ab 18Uhr in der Hockeybaude stattfinden. Die Verantwortlichen sind bereits miteinander in Kontakt, ob die Veranstaltung ggf. verschoben werden muss. Wir werden euch auf dem Laufenden halten. Wer noch am [Spiridon-Dreikampf](#) teilnehmen möchte, kann seine Urkunden bis 31. Dezember 2021 per Mail an claus.wilutzky@scc-leichtathletik.de einreichen.

NÄCHSTER STAMMTISCH

Der nächste Stammtisch der Abteilung soll am Dienstag, 18. Januar um 20 Uhr in der Hockeybaude gegenüber vom Mommsenstadion unter 2G-Bedingungen stattfinden. Falls sich die Rahmenbedingungen verschärfen sollten, bieten wir einen Online-Stammtisch an. Dazu bitten wir um Anmeldung in der Geschäftsstelle, damit Euch ggfls. ein Link zur Teilnahme zugesandt werden kann.

NÄCHSTE SPRECHSTUNDE

Die nächste Sprechstunde für die Abteilung wird Montag, 24. Januar 2022 stattfinden. Falls Ihr die Sprechstunde in Anspruch nehmen möchtet, bitten wir um Anmeldung in der Geschäftsstelle. Wir können dann gern gemeinsam entscheiden, ob das jeweilige Gespräch per Videokonferenz oder persönlich in der Geschäftsstelle stattfinden soll.

LAUFANMELDUNGEN SCC EVENTS FÜR MITGLIEDER

Alle Lauffreunde und -freundinnen, die zum 1. Oktober 2021 bei uns Mitglied waren und den entsprechenden fälligen Jahresbeitrag im Januar 2022 zahlen (Rechnungen werden Anfang Januar versendet, Lastschrift wird am Mitte Januar vorgenommen) dürfen auch wieder im nächsten Jahr an den Berliner Einzelläufen der SCC Events teilnehmen. Entgegen der bisher üblichen Handhabung werden zukünftig immer spätestens 6 Wochen vor der jeweiligen Veranstaltung persönliche Anmeldecodes per Mail an die betreffenden Mitglieder versendet, mit dem sich dann bis Ende der Meldefrist angemeldet werden kann. Sollte der Code auch bis 3 Wochen vor Meldefrist nicht vorliegen, wendet euch bitte an die Geschäftsstelle, sodass dem nachgegangen werden kann.

RÜCKBLICK

SCCER BEIM WEIßENSEER CROSSLAUF GANZ WEIT VORN

Den Anfang machte TriKid Janne Sommer auf der kleinen Runde. Dort konnte er in der MKU10 die Konkurrenz hinter sich lassen und siegte mit gutem Vorsprung. Auf der Strecke über 3200m bot sich Abd Alrhman Al Jaberi (U20) einen Zweikampf mit U18-Athlet Paul Seidel (Berliner TSC). Am Ende hatte er die Nase vorn und siegte in seiner Altersklasse. Den nächsten Sieg für den SCC fuhr Laurids Koster mit einem komfortablen Vorsprung über die kurze Strecke der Männer ein. Den Abschluss bildete die Langstrecke (ca. 12.000m). Hier war mit Moctare Simpore, Vladen Yartsev und Marco Sommer das schwarze C dreimal vertreten. Mit einem Vorsprung von knapp 4 Minuten siegte Moctare überlegen. Vladen und Marco liefen auf den Plätzen 4 und 5 ein.



10.000M BAHNLAUF

Am 3. Dezember fand der letzte SCC-Bahnlauf des Jahres statt, wenn man den diesjährigen Silvesterlauf mit Start und Ziel im Mommsenstadion außen vorlässt. Bei doch kalten Bedingungen fanden sich dennoch 9 motivierte SCCer und SCCerinnen ein und liefen nicht nur gegen die Zeit, sondern auch gegen die Kälte. Wie sagt man so schön - nur die Harten kommen in den Garten!

Robin Schilff (31:17) und Katharina Gips (39:29) waren jeweils die Schnellsten. Das gesamte Ergebnis könnt Ihr [hier](#) einsehen.

INTERNER 5.000M BAHNLAUF DURCHGEFÜHRT

Am 26. November fand im Mommsenstadion unser internes 5000m-Rennen statt. 22 LäuferInnen drehten bei kalten Bedingungen ihre 12,5 Runden unter Flutlicht. Einige gute Ergebnisse wurden erzielt, die Ihr auf der Website im Einzelnen nachlesen könnt. Erste wurden Robin Schilff (15:23) und Katharina Gips (19:06), die weiteren Platzierungen sind [hier](#) aufgelistet.

TRIATHLON: AUCH DIE OFF-SEASON KANN GANZ SCHÖN SEIN

Mit den sinkenden Wassertemperaturen im Herbst suchen die Triathleten alternative Herausforderungen:

Für einen „kleinen“ Ausflug nach Südtirol fuhren die Freunde der Langdistanz mit Pawel zum 2.758 m hohen Stilfserjoch, einer der höchsten befahrbaren Alpenübergänge. Dafür mussten sie 48 atemberaubende Kehren und 1.869 Höhenmeter bezwingen, dabei kamen sie auch am Geburtshaus von Skiweltmeister und Olympiasieger Gustav Thöni in Trafoi vorbei. Übrigens, an diesem Ort befand sich früher ein berühmtes Grandhotel, Adam Opel fuhr einst mit einem seiner ersten Autos dorthin. Die heutigen Radfahrer hätten ihn vermutlich überholt. Was ein anderer Gast (Sigmund Freud) über diese Männer und Frauen wohl gedacht hätte? Egal, die Strecke war eine willkommene Abwechslung zum Anstieg der Havelchaussee zum Grunewaldturm.

Einen Wettbewerb ganz anderer Art erlebten die TriKids am 24. Oktober bei den SCC Crossdays in der Dübener Heide. Bei der YouthChallenge verliefen sich Albert und Nils (Foto), so dass sie erst nach 9 km zum Vergnügen der Wasserrutsche kamen. Damit liefen sie fast so viel wie Oskar und Henryk bei der PinkChallenge. Dieses Jahr erfolgte aber keine Zeitnahme, so dass es vorrangig um den Spaß und die Herausforderung an den Hindernissen ging. Neben vielen Kletterereinlagen ging es auch wieder tauchend durch das Erdinger Loch und das Bällebad, wo Henryk, wie die Jahre zuvor, wieder sein persönliches Waterloo erlebte.

Zu einen letzten Saisonhöhepunkt mit Schwimmeinlage flogen Sabine, Jessy, Pawel und Martin am 7. November auf die Mittelmeerinsel Malta. Dort fand das Finalrennen der Ötillö world series im SwimRun statt. Die Strecke verlief über 7,5 km im Wasser und 31 km auf Land. Besondere Herausforderung war das Schwimmen zu zweit bei hohem Wellengang, da beide Schwimmer mit einem Seil verbunden sind. Die Wassertemperatur lag bei angenehmen 22°C, das Laufen im speziellen Neo bei 25 °C Lufttemperatur war dagegen sehr anstrengend. In Erinnerung bleibt aber für die Berliner Starter das kristallklare Wasser im Mittelmeer, ist ein Unterschied zu den Berlin-Brandenburger Seen.



Albert und Nils am Ziel der YouthChallenge





Nach dem Wettkampf ist vor dem Wettkampf: Am 2. Novemberwochenende ging es zum gemeinsamen Trainingslager der TriKids und der erwachsenen Triathleten nach Kienbaum. Unter der Anleitung von Henriette und Nils konnten die Teilnehmer an ihrer Schwimm- und Laufperformance feilen. Oskar steuerte mit einem Vortrag über die Leistungsdiagnostik weitere theoretische Aspekte für die Trainingsplanung bei. Als jüngster Teilnehmer beobachtete Lasse die Wasseraktivitäten vom Trockenen aus (Foto).

Das sind doch schöne Aussichten auf die Saison 2022!

Uns bekannte Sperrungen im November/Dezember:
Zu diesen Zeiten ist ein Training auf der jeweiligen Anlage nicht möglich!

Mommsenstadion

Fr., 10.12.21	ab 17:30Uhr	SCC vs. TSV Rudow
Fr., 17.12.21	15-22Uhr	TeBe vs. Berliner AK
Do., 30.12.21	ganztags	Aufbau Silvesterlauf
Fr., 31.12.21	ganztags	Silvesterlauf

(Stand: 07.12.21)

Aktueller Stand auch immer auf scc-berlin.de einsehbar!

Termine 2022 siehe nächste Seite



TERMINE 2022

18. Januar	Stammtisch
24. Januar	Sprechstunde
6. März	10-Meilen-Lauf Lutz-Derkow-Gedächtnis-Lauf
28. März	Sprechstunde
29. März	Stammtisch
30. März o. 6. April	Saisonauftakt Leichtathletik (SCC-intern)
3. April	GENERALI BERLINER HALBMARATHON
30. April	Toddy-Cup (Kinderleichtathletik U8-U12)
14. Mai	Berliner Frauenlauf
26. Mai	Staffeltag
30. Mai	Sprechstunde
31. Mai	Stammtisch
15. Juni	29. midsommar – Charlottenburger Mittsommernacht (Erw.)
17. Juni	SCC-Sommerfest im Rahmen der 5x5km- TEAM-Staffel
18. Juni	Sommer Run & Jump (U16 – Erwachsene)
6. Juli	Sprechstunde
7. Juli	Stammtisch
30. Juli	adidas Runners City Night
Sommerferien	3 – 5 Tage Leichtathletik-Feriencamp
27. August	Siegfried-Eifrig-Sportfest (U12 – U16)
28. August	Berliner Straßenlauf – Die Generalprobe
2. September	Grillfest der Abteilung
5. September	Sprechstunde
6. September	Stammtisch
21. o. 29. September	Saisonabschluss Leichtathletik (SCC-intern)
25. September	BMW BERLIN-MARATHON
5. November	Crosslauf des SCC
14. November	Sprechstunde
15. November	Stammtisch
17. November	Paarlauf bei Flutlicht und Musik
3. Dezember	SCC Hallensportfest
9. Dezember	Weihnachtsfeier
17. Dezember	14. Run & Jump (U16 – Erwachsene)

(Änderungen vorbehalten)

