

## Breaking-Master-News #4 aus 06/2023

### VfV-Team gewinnt bei „Nord-meets-Masters“

Wanderpokal geht nach Spandau

Bei schwülen Sommertemperaturen starteten am 24.06.23 bei der LG Nord im Stadion Finsterwalder Str. die diesjährigen Nord meets Masters. Die VfVler **Heike Hesse** (W55), **Detlef Schwarz** (M65), **Sabine Lübker** (W40), **Catherine Knaak** (W40) und **Andreas Weise** (M65) wurden verstärkt durch **Roland Gröger** (M55) von Topfit Berlin und **Sandra Rettschlag** (W50) von der SG Vehlefan. Alle Athleten und Athletinnen starteten in 2-3 Disziplinen. Ausgeschrieben waren 100m – 3.000m - 4x100m – Weit - Kugel - Diskus sowie Speerwurf. Hervorzuheben wären hier Heikes Berliner Rekord im Weitsprung mit 4,59m (bei gerade noch erlaubten 1,8m Rückenwind), Sabines PB auf 100m (14,66s) sowie Detlefs SB im Kugelstoßen (9,07m).

Mit 9944 Punkten gelang zusammen das beste jemals erzielte Ergebnis bei diesem Event; ein überzeugender Sieg!

**Heidi Rejewski** (W65), **Eberhard Schwarz** (M70), und **Heinrich Müller** (M70) starteten im Team Berlin/Brandenburg/Hamburg und kamen mit 7262 Punkten auf den 4. Platz. Heidi mit neuer PB im Weitsprung (3,71m), Heinrich mit neuen SB im Speer (20,45m) und Kugel (7,93m).



von links nach rechts: Andreas, Heike, Team-Betreuerin Marina, Catherine, Detlef, Sabine, Eberhard, Heidi, Roland und Sandra

Auch bei anderen Wettkämpfen wurden Ergebnisse erzielt, die aufhorchen lassen:

Heike Hesse läuft am 03.06. bei den Nordrheinischen Seniorenmeisterschaften in Mönchengladbach neuen Berliner Rekord in der W55 auf den 300m Hürden in 55,55 sec.

Im Stabhochsprung konnten **Jil Rook** und **Sergey Makshinskiy** Medaillen bei den Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften am 21.06.23 in Nauen in Empfang nehmen. Bronze ging an Jil für die auf 2,40m und Silber an Sergey für die auf 2,60m liegende, übersprungene Latte.

**Andrea Zahn** (W50) schnappt sich 2x Gold und 1x Silber (Speer, Diskus und Kugel) bei den offenen Seniorenmeisterschaften von Thüringen in Zella-Mehlis am 24.06. (mit 36,25m Jahresbestleistung im Speer!) und erlebt am 02.07. in Mittweida/Sachsen bei den Sächsischen LM einen farbenfrohen Tag mit dem kompletten Medaillensatz (Gold-Speer, Silber-Diskus, Bronze-Kugel).

So richtig abräumen konnte die „Bald“-VfVlerin **Sandra Rettschlag** bei der selben Veranstaltung: Platz 1 im Weitsprung (SB mit 4,18m) und über 80m Hürden sowie Platz 2 über die 100m-Sprintstrecke (PB mit 15,34 sec.) und Hochsprung!

Glückwunsch an alle für die tollen Ergebnisse!

Andreas Weise



Sandra Rettschlag