

Berliner Meisterschaften der U14

Gleich nach der U12 stieg die höhere Altersklasse in das Wettkampfgeschehen um die Berliner Meisterschaften der U14, am 28.02.2026, im Sportforum Hohenschönhausen, ein.

Alle überzeugten mit tollen Leistungen und das, trotz, wohlwollend formuliert, höchst suboptimaler Vorbereitungen: Seit Oktober nur Hallentraining, keine Spikes, kein Sprint- und Ausdauertraining, Sprünge mit kurzem Anlauf auf die Weichmatte und dann kam noch seit Januar die Vorbereitung auf den Hürdensprint – auch in der Halle, nur einmal mit 4 Hürden aus dem richtigen Anlauf, allerdings ohne Startblock...

Dennoch habe ich großes Vertrauen in die Leistungsfähigkeit meiner Athletinnen, die stets ihr Bestes geben.

Elise Kavli hatte beim Aufwärmen für die Hürden die meisten Probleme, war allerdings zum Wettkampf voll fit und die Schnellste unseres kleinen Teams. Dicht dahinter und schon mit ausgezeichneter Hürdentechnik: Marika Wolf. Alicja Dmowska, technisch auch sehr stark berührte mehrmals die Hürden und wurde „nur“ Dritte der internen Vereinswertung.

Keine Zeit zur Erholung hatte Marika. Für sie stand der Weitsprung auf dem Plan. Unter den 30 startberechtigten Athletinnen war sie die einzige VfLerin. Erster Sprung, weit, doch leider leicht übertreten. Besser lief es im 2. Versuch, den sie „auf Sicherheit“ sprang und weit hinter ihrem Potenzial blieb. Im dritten Versuch war keine Steigerung möglich, Marika enttäuscht, obwohl auch sie ihr Bestes gab.

Wieder blieb kaum Zeit, sich zu erholen, denn der 60 m-Flachsprint stand auf dem Programm. Zwischenzeitlich war auch Sophia Sasin dazugestoßen. Alle vier zeigten überaus ansprechende Leistungen. Marika haderte mit dem Starter, denn ihr Startversuch wurde wegen Fehlstarts beanstandet. Dennoch durfte sie ein zweites Mal ran und zeigte ein großartiges Rennen, in dem sie sich erneut als schnellste Vereinssprinterin ihres Jahrgangs präsentierte. Knapp dahinter blieben Elise, Sophia und Alicja.

Die 800 m zum Abschluss wurden zu einer spannenden Show unserer Athletinnen.

Marika hatte ihr Pensum hinter sich, wäre noch gerne mitgelaufen, was jedoch bereits im Vorfeld im Rahmen der „Belastungssteuerung“ nicht zur Debatte stand.

Elise zeigte ein sensationelles Rennen, setzte sich gleich am Anfang an Position 2, die sie bis zum Ende souverän verteidigte und die Schnellste VfLerin war.

Pech mit ihrem Lauf hatten Alicja und Sophia. Alicja hatte sich viel vorgenommen, aber ihr Lauf mutierte zu einem „echten“ Meisterschaftsrennen. Rangeleien, Rempelen, Tritte, Tempowechsel, weil die innen „eingeschlossenen“ Läuferinnen irgendwie nach außen kommen mussten, um andere zu überholen, sind nur ein Ausschnitt aus einem überaus harten Lauf. Sophia kam daher auch nie in ihren Rhythmus. Dass beide persönliche Bestleistungen gelaufen sind, tröstet sie mit Sicherheit wenig, sollte es aber.

Denn wir sind sehr stolz auf unsere 4 jungen Damen, die sich prächtig geschlagen haben, 10 persönlichen Bestleistungen (PBL) und freuen uns schon auf das nächste Wochenende.

Statistik

	60 m	60 mHü	Weitsprung	800 m
Alicja Dmowska	10,12 PBL	13,43 PBL		3:07,45 PBL
Elise Kavli	9,56 PBL	12,48 PBL		3:02,00 PBL
Sophia Sasin	9,98 PBL			3:23,39 PBL
Marika Wolf	9,35 PBL	13,02 PBL	3,56	