

Springåret 2011 – Det ser lyst ud ...!

Af Rolf Mortensen, spring-, hæk- og mangkampsstræner

I hækkeløb viste 2012, at der på kvinde siden er nogle gode ungdomsaktive på vej med 3 klubrekorder til hhv. Manon B. Danielsen på 60m hæk for piger 9 år, Emma Pedersen på 60m hæk for piger 8 år og Cecilie Bønnelycke på 100m hæk for piger 15 år.

På den lange hæk var det unge Bianca Brahmer Svendsen, der viste gode takter med en flot tid på 69,51sek. Det bliver spændende at følge Bianca de kommende sæsoner på denne distance. På herresiden var Marc Lorentzen alene om at stå for resultaterne og på den lange hæk blev det til en fin tid på 57,68sek. Hvidovre har mange rigtig gode sprintere, så det kunne være interessant hvis nogle af dem ville prøve kræfter med hækkeløb. På børne- og ungdomssiden bliver det spændende at følge udviklingen efter at vi har fået en ny træningsstruktur.

Mangekæmpere er ikke dem som der er flest af i Hvidovre, men der var 3 piger som der i år valgte at deltage i en eller flere mangedækampe. Det blev til en klubrekord til Josefine S. Nickelsen hos piger 11 år med flotte 2.606p, mens den jævnaldrende Misja B. Jepsen fik noteret lovende 2.337p. Begge de unge piger har sæsonen igennem vist at de er meget alsidige, og har gode muligheder for at udvikle sig til nogle rigtige gode mangedækampere.

Hos de 14-15 år piger var Cecilie Bønnelycke alene om at repræsentere Hvidovre, men desværre var hun plaget af en ankel-/knæskade i vinterperioden, som ikke gav de bedste forberedelser til sommersæsonen. I foråret fik hun lavet en god mangedækamp i Sverige på trods af kraftige regnbyger, men desværre kunne den ikke godkendes i Danmark, da man i Sverige løber 100m hæk. Ved DMU i mangedækamp i efteråret blev det til en 4.plads og ny PR med 4.481p på trods af, at hun på andendagen stillede op med en kraftig forkølelse. Det bliver interessant og se hvordan det går de 3 piger i 2013, og om der ikke skulle være flere ungdom der har lyst til at prøve en mangedækamp.



Kenneth Thorsen

viste noget af fordums styrke, da han sprang 1,93m til DT-finalen



Jannick Bagge Årets Springer 2012

I spring blev der sat over 20 klubrekorder i år! Mange af dem var ungdomsrekorder, hvilket også viser at der er en god fremtidig ungdomsgruppe at arbejde med.

Jannick Bagge stod for de bedste springresultater i år, da han lige før nytår satte Dansk Rekord i trespring for 17 årige drenge med 14,28m. 2 måneder senere slog han så ved DMU inde Dansk Rekord i trespring for de 18 årige drenge med 14,67m, hvilket også er ny Klubrekord for senior indendørs. Jannick har også høstet rigtig mange medajler dette år, nemlig bronze til NM U20, 2xbronze til DM senior inde og ude, samt 2 guld medajler til DMU inde og ude.

Mikkel Roald Arbøl fik også vist sidst på sæsonen at han stadigvæk kan springe langt i trespring, selv om han har sat sin træningsmængde ned. Med 12,68m fik han sølv ved DMU og få uger senere var han også fint springende ved DT finalen.

Ved samme stævne viste ”gamle” Kenneth at han stadigvæk kan ryste de unge. Han gik ud og sprang 1,93m og snød en del af hans unge konkurrenter. Det kunne være spændende at se, hvor højt at Kenneth kunne springe, hvis han også træne lidt!

På kvindesiden har det været klubbens unge der har ført an. I stangspring har Marie Randi Christensen haft en god sæson med både PR indendørs og udendørs. Hun forbedrede sig i år til 2,90m, som er klubrekord for piger 15år og U20, mens hun ved DMU fik bronze med 2,90m. Emilie Starling har haft en svær sæson med diverse skader, men alligevel fik hun sprunget 2,58m i stang og fik sølv til DMU.

I trespring har det været Samantha Jensen og Cecilie Bønnelycke, der stod for de bedste resultater. I piger 16-17år lykkedes det Samantha at forbedre sin personlige rekord til 11,15m. Ud over det fik Samantha også bronze til DMU med 10,98m, og en sølv til DMU inde med 10,87m. Hos de 14-15 årige piger var det Cecilie der stod for det bedst resultat med 11,25m. Ved DMU fik hun sølv med 11,35m, men vinden var desværre lidt over det tilladte med +2,1, mens det ved indendørs DMU blev til en sølv med 10,86m. Cecilie fik også sølv i højdespring med 1,50m ved udendørs DMU. I længdespring overraskede Nathalie Kold-Hansen til DMU ved at springe 4,93m hos de 20-22 årige piger, hvilket gav en overraskende 1 plads.

Med alle de mange gode ungdoms springer kan fremtiden se rigtig god ud, hvis de alle kan forsætte deres positive udvikling op igennem senior årene.