

Die fünf Baustellen des FC Möllmicke

Der Fußball A-Kreisligist startet mit 23 Gegentoren in fünf Partien. Vor allem die miserable Bilanz ab der 60. Minute macht Sorgen

Von Florian Runte

MÖLLMICKE. Drei Punkte sind es nur aus fünf Spielen, doch von schrillenden Alarmglocken muss beim FC Sportfreunde Möllmicke nicht zwangsläufig gesprochen werden. Die vier Niederlagen gab es gegen den SV Dahl-Friedrichsthal, bei Eintracht Kleusheim, gegen den SV Heggen und den FC Langenei-Kickenbach – alle samt Teams, die das Potenzial für einen absoluten Spitzenplatz in der Fußball-Kreisliga A haben, während es gegen den Abstiegskandidaten SC LWL 2. den erhofften (Pflicht-)Sieg gab.

Souverän kam der Erfolg in Weltringhausen allerdings nicht zustande. Es darf als bezeichnend gelten, dass die Möllmicker von den sonst torlos gebliebenen Fusionskickern aus Listernohl, Windhausen und Lichtringhausen fünf „Buden“ geschenkt bekamen und gerade so ein wildes 6:5 über die Zeit brachten. 23 Gegentore aus fünf Partien sind der schlechteste Wert der Liga. Die Sportfreunde drohen eines ihrer erklärten Saisonziele, nämlich weniger „Einschläge“ im eigenen Netz, früh aus den Augen zu verlieren. Um dieser Entwicklung entgegen zu wirken, gilt es am Schul- und Kulturzentrum fünf Baustellen zu bewältigen.

Die erste davon ist die wohl gravierendste: Die Fitness. Schmerzhaft ist diese Erkenntnis, weil es gerade dieser Bereich in der Analyse der vergangenen Saison als Problem ausgemacht worden war. Trainer Stephan Schwarz hatte hier Verbesserungen explizit zum Ziel erklärt. Dass die Möllmicker bislang zwischen der 1. und 60. Minute auf ein Torverhältnis von 11:10 kommen, ab der 61. Minute aber 0:13 Tore verzeichnen, lässt wenig Interpretationsspielraum.



Da ist dann auch der Kopf nicht mehr so fit.

Tevin Wagner

über grobe Fehler durch Fitness-Defizite

„Unsere Fehler tauchen bei uns sehr oft ab der 60. oder 70. Minute auf. Das ist der fehlende Fitnesszustand, da ist dann auch der Kopf nicht mehr so fit“, sagt Co-Trainer Tevin Wagner, der seit etwa drei Wochen vorübergehend in die Chefrolle gerutscht ist, weil Schwarz derzeit verhindert ist. Den Möllmickern fällt eine suboptimale Vorbereitung auf die Füße. „Es waren viele Urlaubsgänger dabei, die drei bis vier Wochen weg waren“, sagt Wagner, der dies im Amateurfußball unkritisch sieht. „Viele unserer Spieler haben ausländische



Co-Trainer Tevin Wagner vertritt Stephan Schwarz vorübergehend in der Cheftrainerrolle beim FC Sportfreunde Möllmicke. Das Aufarbeiten von Fitness-Defiziten im laufenden Punktspielbetrieb gerät für ihn zum Spagat. Foto: Florian Runte

Wurzeln und besuchen einmal im Jahr für lange Zeit ihre Familien.“

Ausbaden muss Wagner, lizenziertes Fitnesstrainer, die Sache dennoch. Dabei steht er vor einem kleinen Dilemma: Während in einer Vorbereitungsphase im Schnitt vier Fußballer pro Woche angesetzt sind und fehlende Frische in Testspielen verschmerzbar ist, gilt es nun, sich das Ausdauervermögen für 90 Minuten bei nur zwei wöchentlichen Trainingseinheiten zu holen, ohne sich die Aussichten auf Punktgewinne am Sonntag mit müden Beinen zu torpedieren. Im Hauruckverfahren lässt sich dieser Widerspruch nicht auflösen.

Wagner hat bei den Spielern, die Nachholbedarf haben, zusätzliches individuelles Training angeregt, wenngleich dergleichen in einem Amateurtteam nicht verbindlich eingefordert werden kann. „Wir haben einige Spieler, von denen ich dann am Montag- oder Dienstagabend Nachrichten mit Infos zu ihren Laufeinheiten aufs Handy kriege“, freut sich Wagner, der direkten Einfluss aber nur im Mannschaftstraining nehmen kann. „Da wir Kreisliga A spielen und nur zweimal trainieren, müssen wir abwägen, worauf wir den Fokus legen. Im Moment machen wir mittwochs viel Fitness und konzentrieren und freitags vor

allem auf Laufwege und das Zusammenspiel.“

Die fehlende Eingespieltheit ist die zweite Baustelle des FCM, der eine zweistellige Zahl an Zugängen begrüßt hat und sich daher noch finden muss, während mit dem früheren Spielertrainer Nico Stettner ein für die Defensive wichtiger Mann ersetzt werden muss. „Bis alle wissen, wie der eigene Laufweg und der bei den Mitspielern ist, das braucht seine Zeit“, weiß Wagner, zumal sich eine klare Stammformation bisher nur teilweise herausgebildet hat. In fluktuierenden Aufstellungen schlugen sich taktische Erwägungen, Leistungsschwankungen und Ausfälle – Baustelle Nummer drei – nieder.

Verletzungsbedingt kam es zuletzt zwischen den Pforten immer wieder zu Wechselspielen zwischen Marius Turnea und Brian Michel Haupt, was für die Abwehrspieler keine optimale Konstellation ist. Mit Enes Kaya ist ein wichtiger Mann ebenso wie Frederik Nonville langzeitverletzt. Und bei seinem Comeback vor zwei Wochen gegen Heggen hat es auch Wagner selbst, der vor Jahren sogar in der Westfalenliga stürmte, nach auskuriertem Achillessehnenriss mit einem Muskelfaserriss erwischt. „Ich bin einfach zu früh gestartet, und der Körper hat das bestraft“, sagt der Co-Trainer, der

frühestens im Oktober wieder mitmischen kann.

Bis dahin soll defensiv mehr Stabilität eingekehrt sein, wozu – Baustellen-Nummer vier und fünf – mit Tempo-Defiziten in der Verteidigung umgegangen werden sowie die Zahl der gegnerischen Hereingaben von außen reduziert werden soll. Zuletzt gegen Dahl-Friedrichsthal versuchten es Schwarz und Wagner mit einigen Rochaden, die es womöglich trotz der 2:4-Niederlage wert sind, weiter verfolgt zu werden. So rückten Murat Secer und Birhat Aslan aus dem Mittelfeld zurück in die Innenverteidigung sowie Erol Santic von der offensiven Außenbahn in die Außenverteidigung, während Kapitän Frederik Overkamp als Zehner fungierte.

„Das hat gut funktioniert“, findet Wagner, der diese Konstellation am Sonntag gleich einem weiteren Härtetest unterziehen könnte. Gegner ist die SG Finnentrop/Bamenohl 2., mit 20 erzielten Toren bisher die zweitbeste Offensive der Liga. Doch verrückt machen sich die Möllmicker von dieser Statistik nicht. „Wir gehen jedes Spiel so an, dass wir es gewinnen können. Wir kennen ja auch unsere Stärken, wir sind offensiv auch gefährlich und werden uns deshalb am Sonntag nicht hinten reinstellen.“

„Mocki“ hat's auch im Alter noch drauf

Hitzerennen bei den Deutschen Straßenlauf-Meisterschaften über 10 Kilometer. W45-Titel für Christl Dörschel

BAD LIEBENZELL. Meisterschaftsrennen sind nur selten Wettkämpfe auf Zeit. Am Ende zählt, wer auf dem „Stockerl“ steht. Das war auch am Wochenende in Bad Liebenzell im nördlichen Schwarzwald so. Dort wurden auf einer 2,5-Kilometer-Runde durch die Stadt und entlang der Nagold die Deutschen Meisterinnen und Meister im 10-Kilometer-Straßenlauf ermittelt. Aufgrund der Hitze war schon vor dem Start klar, schnelle Zeiten würde es diesmal wohl nicht geben.

Bei Sonnenschein und hohen Temperaturen von bis zu 28 Grad setzten sich am Ende zwei erfahrene Marathon-Asse im Kampf um den Deutschen Meistertitel durch: Bei den Männern gewann Marathon-Europameister Richard Ringer (LC Rehlingen) in 29:23 Minuten, bei den Frauen behauptete sich die Deutsche Marathon-Meisterin Domenika Mayer von der LG Telis Finanz Regensburg in 32:22 Minuten.

Überschaubar war in diesem Jahr die Zahl der heimischen Starter. Nicht ein einziger aus der Riege der Männer war zur Straßenlauf-DM angetreten, und so mussten diesmal die Frauen die lokale Ehre retten. Ein Wiedersehen für Zuschauer und die ganze Lauf-Familie gab es mit Sabrina Mockenhaupt-Gregor. Die gebürtige Wilgersdorferin hatte bei der 10-Kilometer-DM im September 2017 in Bad Liebenzell ihren 45. Deutschen Meistertitel gefeiert – damals noch im Trikot von LT Haspa Marathon Hamburg. Die mittlerweile 42-Jährige, die seit fünf Jahren mit Ehemann Kay Gregor und dem dreijährigen Töchterchen

Ruby in Metzingen auf der schwäbischen Alb lebt, hatte nochmal gezeigt, dass sie auch im Seniorenalter flott unterwegs ist. „Mocki“, die seit August 2021 für den LV Pliezhausen 2012 die Laufschuhe schnürt, lief mit Platz 17 in 35:20 Minuten sogar noch in die Top 20 im Gesamteinlauf. In der

Wertung der Altersklasse W40 holte sie sich gar ihren nächsten Deutschen Meistertitel.

Erfolgreich war die DM auch für die Läuferinnen der SG Wenden. Allen voran zeigten trotz der widrigen Bedingungen Christl Dörschel und Stefanie Osthoff gute Leis-

tungen. „Die Strecke war ausschließlich in der prallen Sonne. Von schnellen Zeiten haben wir uns bereits im Vorfeld verabschiedet und es heiß, gesund ins Ziel zu kommen. Dass dabei für mich die Goldmedaille rauskam, damit hatte ich überhaupt nicht gerechnet“, erklärte Dörschel nach dem Rennen.



Das Bild zeigt erfolgreiche Frauenteam der SG Wenden mit (v.l.) Verena Schneider, der neuen Deutschen Meisterin der W45 Christl Dörschel, Boukje Beckmann und Stefanie Osthoff. Foto: Verein



Von schnellen Zeiten haben wir uns bereits im Vorfeld verabschiedet und es heiß, gesund ins Ziel zu kommen.

Christl Dörschel
Läuferin der SG Wenden

Die 47-Jährige lief zusammen mit der zehn Jahre jüngeren Steffi Osthoff (5. Platz in der W35) in 40:05 Minuten gemeinsam ins Ziel und sicherte sich damit überraschend den DM-Titel in der Klasse W45. Verena Schneider (geb. Dreier) war Drittschnellste im Team der SG Wenden in 42:15 Minuten (10. W35) und Trainingskollegin Boukje Beckmann belegte in 47:21 Minuten den 6. Platz in der W45. Trainer Egon Bröcher freute sich zusammen mit seinen Langstrecklerinnen auch über den 2. Platz in der Mannschaftswertung der Klasse W35-W45 – übrigens hinter dem siegreichen Team des LV Pliezhausen mit Sabrina Mockenhaupt-Gregor. ■ fst

Jan Philipp Springob kämpft um Platz 2

SACHSENRING. Runde fünf der ADAC G4 Germany Serie führte die Teams im Rahmen des DTM-Wochenendes auf den Sachsenring nach Hohenstein-Ernstthal. Die Rennen neun und zehn der 2. Liga im ADAC-Motorsport bedeutete gleichzeitig eine Vorentscheidung in Sachen Meisterschaft.

Für Jan Philipp Springob (Olpe) und Partner Simon Connor Primm (Großschirma) im Mercedes AMG GT4 der „CV Performance Group“-Mannschaft spitzte sich auf der 3,47 Kilometer kurzen Berg- und Talbahn der Kampf um eine Spitzenposition im ADAC-Championat weiter zu. Aufgrund einer neuen Fahrzeugeinstufung (BOP) des GT4 Mercedes-AMG wurde der Renner mit dem Stern eingebremst und das Duo hatte hart zu kämpfen. „Gerade auf einer schnellen Runde, wie sie auf dem Sachsenring notwendig ist, um vorne im Klassement zu stehen, hat die neue BOP unserem Auto überhaupt nicht gut getan. Wir haben im Qualifying nur eine Runde zur Verfügung und wenn da etwas nicht passt, sind wir raus“, sagte Springob nach den ersten Runden.

Dies geschah sowohl im ersten als auch zweiten Qualifying und so mussten sowohl der Olper am Samstag als auch sein junger Partner Primm am Sonntag von Position 15 aus ins Rennen. Aufgrund der schlechten Startposition musste das Duo volles Risiko gehen, um möglichst viele Meisterschaftspunkte aufzuholen. Dass dies nicht immer gut geht, ist bekannt und so beklagte Startfahrer JP Springob nach einem Kontakt eine verstellte Spur und das Duo landete auf Position 15 des Feldes.

Am Sonntag war es dann am 18-jährigen Simon Connor Primm, die erste Rennhälfte zu bestreiten. Mit der Vorgabe, möglichst reifenschonend den Renner über die Runden zu bringen, um in der Schlussphase vielleicht noch einmal Platz zu gewinnen, absolvierte der Youngster seinen Rennabschnitt und tatsächlich konnte Jan Philipp Springob den Mercedes mit der Startnummer 85 weit nach vorne fahren.

Nach vier Runden fehlten dem Sauerländer lediglich 1,3 Sekunden auf Rang 3. Damit verkürzte das AMG-Duo den Rückstand auf Platz 2 in der Gesamtwertung der ADAC GT4 Germany wieder und liegt nun vor dem Finale auf dem Hockenheimring am 21./22. Oktober 13 Zähler hinter dem Tabellenzweiten. Die Junior-Wertung im ADAC GT4 Germany sicherte sich Simon Connor Primm hingegen schon vorzeitig. ■ simon



Der Kampf um Position 2 in der ADAC GT4 Germany Meisterschaft entscheidet sich für Jan Philipp Springob und Simon Connor Primm erst beim Finale auf dem Hockenheimring. Foto: simon/muhr

Fitness- und Skigymnastik startet

WEIDENAU. Den Auftakt der Wintersaison bildet bei den Skifreunden Hüttental wie in jedem Jahr die Fitness- und Skigymnastik. Los geht's am Montag, 18. September. Unter der Leitung von Trainerin Regine Göttert finden die Übungsstunden jeweils montags in der Zeit von 18.45 bis 20 Uhr in der Turnhalle der Jung-Stilling-Schule am Stockweg in Weidenau statt. Nichtmitglieder sind willkommen und können an einem kostenlosen Probetraining teilnehmen. Interessierte können sich per Email an den Sportvorstand Bernd Looock (bernd.looock@skifreunde-huettental.de) wenden. ■ sz

Tenniscamp beim TV „Hoffnung“ Littfeld

LITTFELD. Der TV „Hoffnung“ Littfeld richtet jetzt ein Tenniscamp aus. 18 Kinder erhielten von den vereinsinternen Trainerinnen und Trainern ein sportliches Intensivtraining. Tennis, Hockey, Leichtathletik und Beachvolleyball standen auf dem Programm. Es wurde gelaufen, gespielt und motorische Spiele eingeübt.