

# FLY HIGH.

2025



**STAB  
HOCH  
SPRUNG  
TEAM**

©Norman Seibert

# FLY High

STABHOCHSPRUNG TEAM

## INHALT

Leichtathletik – Was ist das überhaupt?	04
Was ist Stabhochsprung?	06
Wie alles begann und wo es hingehen kann	08
Das Team FLY HIGH	12
Rückblick Wettkämpfe	17
Unser Kader	28
Und sonst so?	31
Leistungssteigerung	34
Dankeschön	36
So kannst DU mit Stabhochsprung anfangen	38
So können SIE das Team unterstützen	39

Aus Gründen der Lesbarkeit ist das Magazin nur in der männlichen Form verfasst, soll aber niemanden diskriminieren.



**KÄRCHER**  
KÄRCHER CENTER  
**DENGLER**

**IHRE ERSTE  
WAHL FÜR  
professionelle  
Reinigung!**

KärcherStore Dengler  
Gottlieb-Daimler-Str. 1  
71157 Hildrizhausen

[www.friedrich-dengler.de](http://www.friedrich-dengler.de)  
Tel. 07453 50 000

**KÄRCHER**



SANDRA HUMMEL  
VORSTAND FV

## **Leistungssport als Weg zur PersönlichkeitSENTWICKLUNG: Warum Kinder und Jugendliche sich durch Sport zu starken Persönlichkeiten entwickeln.**

Eine weitere spannende und ereignisreiche Wettkampfsaison geht zu Ende. Für unser Team Fly High war es eine sehr erfolgreiche Saison mit vielen Medaillen, herausragenden Leistungen und Höhenflügen. Ausnahmslos alle unsere Athletinnen und Athleten haben sich in ihrer Leistung enorm verbessert. Aber was mich besonders freut und was mich immer wieder auf ein Neues zum Staunen bringt, ist die Entwicklung ihrer Persönlichkeit. Im Vergleich zu gleichaltrigen Kindern und Jugendlichen, die oft ohne Ziel und Kurs durch das Leben schippern, entwickeln Leistungssportler:innen viele Kompetenzen, die den Ausschlag geben für ein glückliches, zufriedenes und erfolgreiches (Berufs-)leben.

Beim Gedanken an Leistungssport fallen uns oft zuerst die Schlagzeilen über Druck, Missbrauch und Sportler:innen, die selbst mit Verletzungen zu Hochleistungen gezwungen werden, ein. Alles Dinge, vor denen wir unsere Kinder bewahren möchten. Und natürlich ist die Gefahr im Leistungssport immer da, dass der Druck mal zu hoch wird oder dass bei großem Erfolg viele Instanzen an einem zerren und Erwartungsdruck aufbauen, so dass manch eine oder einer sich dazu gezwungen fühlt, mehr zu machen, als er oder sie kann.

Aber ist es der richtige Weg, unsere Kinder davor zu bewahren? Ist es nicht besser, dieses Umfeld zu nutzen, um sie zu lehren, mit Druck umzugehen und ein Gespür für den eigenen Körper und die eigenen Bedürfnisse zu bekommen?

In einer Welt, die von Leistungsdruck und Konkurrenz geprägt ist, gewinnt die Entwicklung zu einer selbstreflektierten, zielsestrebigen und resilienten Persönlichkeit immer mehr an Bedeutung. Doch wie genau kann Leistungssport dazu beitragen?

### 1. Disziplin, Zielorientierung und Eigenverantwortung

Im Leistungssport erleben Kinder und Jugendliche früh, dass Erfolg kein Zufall ist. Tägliches Training, Rückschläge, Verletzungen und Konkurrenzsituationen lehren sie Disziplin, Ausdauer und Zielorientierung. Sie lernen, dass Fortschritt das Ergebnis kontinuierlicher Anstrengung ist. Anders als in der Schule, wo Noten oft auf kurzfristigen Prüfungsleistungen basieren, schafft der Sport ein Umfeld, in dem die eigene Entwicklung messbar und sinnstiftend wird. Hier werden Ziele nicht fremdbestimmt, sondern häufig selbst gesetzt: persönliche Bestzeiten, Turniersiege oder die Teilnahme an Meisterschaften. Die Kinder übernehmen Verantwortung für ihren Trainingsplan, ihre Ernährung, ihr Schlafverhalten – sie beginnen früh, sich selbst zu managen. Diese Fähigkeit zur Selbstführung ist ein zentraler Aspekt moderner PersönlichkeitSENTWICKLUNG und im Leistungssport nahezu unvermeidlich.

### 2. Umgang mit Niederlagen: Scheitern als Chance

Der Leistungssport lehrt junge Menschen, dass Scheitern ein notwendiger Bestandteil von Wachstum ist. Eine Niederlage wird nicht als persönliches Versagen betrachtet, sondern als Feedback: Was hat nicht funktioniert? Was kann ich verbessern? Diese Reflexion führt zu einem differenzierten Selbstbild und zu einer inneren Stärke.

In der Schule hingegen wird das Scheitern oft sanktioniert. Eine schlechte Note kann entmutigend wirken, ohne dass sie wirklich als Lernchance interpretiert wird. Stattdessen verinnerlichen viele Schüler die Angst vor dem Versagen – eine Haltung, die der Entwicklung eines Winner Mindsets entgegensteht. Im Sport hingegen gehört das Verlieren zur Kultur. Niemand stellt in jedem Wettkampf eine neue Bestleistung auf – aber wer reflektiert, lernt, trainiert und weitermacht, entwickelt ge-

nau jene Widerstandskraft (Resilienz), die später auch im Berufs- und Privatleben entscheidend ist.

### 3. Teamgeist und Führungsfähigkeit

Ob in Mannschaftssportarten oder in der Zusammenarbeit mit Trainer:innen und anderen Athlet:innen – Leistungssportler:innen lernen früh, wie wichtig Kommunikation, Vertrauen und gegenseitige Unterstützung sind. Gleichzeitig müssen sie auch lernen, sich durchzusetzen, Verantwortung zu übernehmen und mit Drucksituationen umzugehen. Diese Erfahrungen fördern nicht nur die soziale Kompetenz, sondern auch die Fähigkeit, Führung zu übernehmen – sei es durch Vorbildverhalten, Motivation anderer oder strategisches Denken.

### 4. Motivation durch Sinn und Leidenschaft

Im Leistungssport wählen Kinder und Jugendliche ihren Weg in der Regel freiwillig. Sie investieren Zeit und Energie, weil sie ein echtes Interesse und Leidenschaft für „ihre“ Sportart entwickeln. Diese intrinsische Motivation ist der Motor für persönliche Entwicklung und nachhaltiges Lernen. Sie führt zu Selbstreflexion: Warum tue ich das? Was bedeutet mir dieser Sport? Wo will ich hin?

In der Schule hingegen überwiegt oft die extrinsische Motivation: gute Noten, Lob der Lehrer, der Druck von Eltern oder die Angst vor dem Sitzenbleiben. Diese Formen der Motivation mögen kurzfristig funktionieren, sie fördern jedoch kaum eine echte Selbstreflexion über Werte, Ziele oder persönliche Entwicklung.

Leistungssport bietet Kindern und Jugendlichen ein einzigartiges Lernfeld für die Entwicklung eines Winner Mindsets: Sie lernen Disziplin, Zielstrebigkeit, den produktiven Umgang mit Niederlagen, Teamfähigkeit, Selbstverantwortung und innere Stärke. Vor allem aber lernen sie, sich selbst zu reflektieren – wer sie

sind, wer sie sein wollen und was sie bereit sind zu leisten, um dorthin zu gelangen. Der Sport verlangt Leistung und bietet zugleich Sinn. In dieser Kombination liegt sein enormes Potenzial für die PersönlichkeitSENTWICKLUNG junger Menschen.

Wer sich selbst ein Bild davon machen möchte, ist herzlich eingeladen, das Gespräch mit uns zu suchen. Anjuli Knäsche und ihr Trainerteam machen hervorragende Arbeit – nicht nur in der sportlichen Entwicklung unserer Athlet:innen, sondern auch bei der Begleitung ihrer persönlichen Entwicklung.

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten, freuen wir uns über eine Spende oder eine Kooperation. Leistungssprünge bedeuten immer auch längere und stärkere Stabholzsprungstäbe. Unser Stabsortiment ist leider noch nicht komplett. Außerdem müssen dringend sicherheitskritische, alte Stäbe ersetzt werden. Auch weitere Teamplayer für die Organisation von Wettkämpfen, Öffentlichkeitsarbeit etc. sind immer willkommen. Wenn Ihnen die persönliche und sportliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ebenfalls so sehr am Herzen liegt wie uns, melden Sie sich!

Sportliche Grüße  
Sandra Hummel  
Vorsitzende des Vereins zur Förderung des Stabholzsprungs in der Region Stuttgart e.V.

## Folgendes hat eine Straßenumfrage unserer Athletinnen und Athleten ergeben...

„Gehört Gewichtheben nicht dazu?“

„Bei Olympia habe ich Bogenschießen gesehen, das gehört doch dazu.“

„Das war doch das mit dem Fahrradfahren und dem Rennen?“

## ...leider noch nicht ganz, vielleicht können wir weiterhelfen:

In keiner Sportart ist das Angebot an Disziplinen sowie das Training so vielseitig wie in der Leichtathletik - da ist es schon verständlich, dass der/die ein oder andere durcheinander kommt.

Werfen, Laufen und Springen gibt es allein in 24 verschiedenen Disziplinen.

Ganz egal ob groß, klein, dünn oder kräftig: die Leichtathletik bietet für alle etwas. Zudem sind die Elemente dieser Sportart absolute Grundlage für alle anderen Sportarten.

Im Schulsport bist du als Leichtathletin oder Leichtathlet also immer gut aufgestellt. Neben der Schulung der vielen technischen Disziplinen, ist gerade das Kinder- und Jugendtraining von großer Bedeutung für die frühe sportliche Entwicklung.

Auch im Erwachsenenalter findet man in der Leichtathletik und so auch bei uns in der LG LE diverse Trainings- und Wettkampfangebote. Für die Leichtathletik ist niemand zu alt!

## Wir wollen dem Abwärtstrend entgegenwirken

Immer mehr Kinder und Jugendliche verbringen ihre Zeit nur noch vor dem Bildschirm. Stundenlanges Zocken ersetzt Bewegung, frische Luft und echtes Mit-einander. Sport, Spiel und körperliche Aktivität geraten dabei immer mehr in den Hintergrund – mit fatalen Folgen für Entwicklung und Gesundheit. Dieser Entwicklung wollen wir nun entgegensteuern und durch verschiedene Trainingsangebote über alle Altersklassen hinweg, sowie Veranstaltungen und Team-Spaß-Wettkämpfe, wieder mehr Kinder und Jugendliche zur Leichtathletik bringen.

Gleichzeitig soll so eine Grundlage geschaffen werden, um in Zukunft an unsere erfolgreiche Vergangenheit mit deutschen Meistertiteln, EM-, WM- und Olympiateilnahmen anknüpfen zu können.

**Du hast immer noch keine genaue Vorstellung von der Leichtathletik? Kein Problem, nachdem du die folgenden Informationen gelesen hast, solltest du die Frage „Was ist Leichtathletik?“ problemlos beantworten können.**

## SPRINT UND LANGSTRECKE Auf die Plätze – fertig – los!

Das 100-Meter-Finale bei den Olympischen Spielen ist immer das Highlight. Der schnellste Mann oder die schnellste Frau zu sein, das hat seinen ganz persönlichen Charme. Auch in fast jeder anderen Sportart ist Schnelligkeit eine sehr wichtige Komponente.

Zu den Sprintstrecken gehören bei den Kindern die 50m, später die 75m, bis es dann zu den 100m übergeht. Die Jugendlichen und Erwachsenen laufen zudem auch längere Sprintstrecken wie 200m, 300m und 400m. Zum Bereich Sprint gehören natürlich auch die Sprintstaffeln, deren Staffelholzübergabe immer für besonders viel Spannung sorgt. (Das Wort „Holz“ ist hier übrigens irreführend, die Staffelhölzer sind heutzutage aus Kunststoff oder Leichtmetall!!)

Eine ganz besondere Sprintdisziplin sind zudem die Hürdendistanzen. Dabei ist neben Schnelligkeit auch Rhythmus und Beweglichkeit gefordert. Aber keine Angst – es stehen nur 10 Hürden auf der Bahn.

Für diejenigen unter euch, die gerne lange Strecken laufen, ist natürlich auch etwas dabei. Neben den Sprintdistanzen gibt es 800m-, 1500m-, 3000m-, 5000m- oder 10km-Läufe bis hin zum Marathon (42,195km). Natürlich gibt es auch bei den langen Strecken Hürden die im Weg stehen, nämlich beim 3000m Hindernislauf.

Und wer kein Freund vom Laufen ist, kann auch über die Bahn gehen! Hier ist allerdings mindestens genau so viel Durchhaltevermögen gefragt!

## SPRUNG Wir können fast fliegen

Die Sprungdisziplinen in der Leichtathletik sind – wie könnte es anders sein – vielseitig. Jeder und jede, der oder die schon mal ein Sprungbrett oder ein Trampolin genutzt hat, weiß, dass es ein einzigartiges Gefühl ist, für einen kurzen Moment scheinbar schwerelos durch die Luft zu fliegen. Noch mehr Spaß macht es, wenn man sich aus eigener Kraft in die Lüfte oder in die Weite befördern kann.

Hochsprung und Weitsprung kennen viele aus dem Fernsehen oder aus der Schule. Doch wer hat schon einmal Dreisprung oder gar Stabhochsprung versucht?! Hier kommt man schnell in eindrucksvolle Höhen. Nicht umsonst werden die Stabhochspringer und -springerinnen „Akrobaten und Akrobatinnen der Leichtathletik“ genannt... doch dazu später mehr.

## WURF Drehen, Stoßen, Werfen, Schleudern

Die Wurfdisziplinen in der Sportart Leichtathletik sind ebenfalls abwechslungsreich. Den klassischen Ballwurf kennen die meisten aus der Schulzeit, doch wer hat die Technik hier wirklich gelehrt bekommen? Ein rhythmischer Anlauf aus 5 Schritten, welcher durch einen beherzt gesetzten Stemmschritt beendet wird, hilft dem Werfer oder der Werferin dazu, den Ball weit von sich zu schleudern.

Gerade kompetente Technikvermittlung spielt in den Wurfdisziplinen die entscheidende Rolle. Der Speerwurf schließt sich im Schüleralter an den Ballwurf an, hier werden die Wurfgewichte je nach Alter des Sportlers oder der Sportlerin zunehmend schwerer, der Männerpeer wiegt z.B. 800 Gramm.

Eine ganz andere Art der Würfe sind Drehwürfe. Aus der Rotation heraus werden Diskus und Hammer beschleunigt, um dann am Ende möglichst weit zu fliegen. Die Gewichte der Wurfgeräte verändern sich in den Altersklassen und sind vom Geschlecht abhängig. Männerdisken erreichen ein Maximalgewicht von 2kg im Aktiven Bereich. Frauendis-

ken erreichen hingegen nur ein Maximalgewicht von 1kg. Dabei ist es entscheidend, das Wurfgerät im richtigen Moment loszulassen. Auch im Kugelstoßen wird die Drehung immer häufiger beobachtet. Männerkugeln sind 7,26kg schwer, Frauenkugeln nur 4kg (im Aktiven Bereich). Die Hammergewichte sind mit den Kugelgewichten identisch.

### MEHRKAMPF – der Mix für Allrounder

Und wenn du dich bei der überragenden Auswahl erst recht nicht entscheiden kannst, dann machst du eben einfach alles!

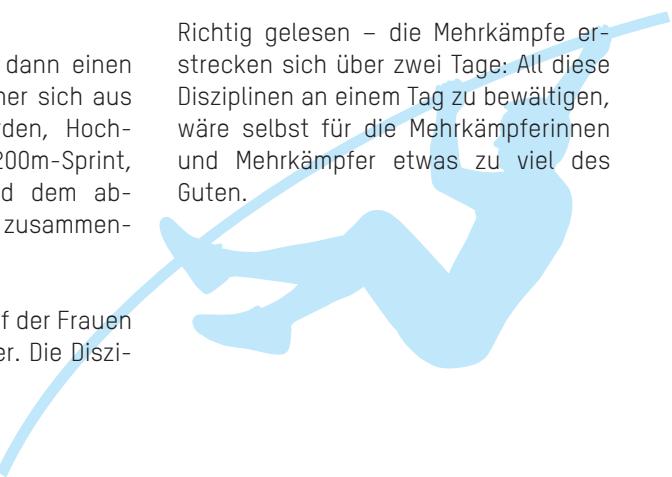
In den jüngeren Altersklassen können die Athletinnen und Athleten zunächst an 3- und 4-Kämpfen, sowie an Blockwettkämpfen, bestehend aus 5 verschiedenen Disziplinen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, teilnehmen.

Später können die Frauen dann einen 7-Kampf absolvieren, welcher sich aus den Disziplinen 100m Hürden, Hochsprung, Kugelstoßen, 200m-Sprint, Weitsprung, Speerwurf und dem abschließenden 800m-Lauf zusammensetzt.

Das Äquivalent zum 7-Kampf der Frauen ist der 10-Kampf der Männer. Die Diszi-

plinen des 7-Kampfes werden hier noch um einen 400m-Sprint, den Stabhochsprung und den Diskuswurf ergänzt. Außerdem laufen die Männer am Ende des zweiten Tages einen 1500m-Lauf, um ihren Wettkampf abzuschließen.

Richtig gelesen – die Mehrkämpfe erstrecken sich über zwei Tage: All diese Disziplinen an einem Tag zu bewältigen, wäre selbst für die Mehrkämpferinnen und Mehrkämpfer etwas zu viel des Guten.



### SPRUNG

- Weitsprung
- Hochsprung
- Stabhochsprung
- Dreisprung

### LAUF

- Sprint über verschiedene Distanzen (100m, 200m, 400m...)
- Hürdenlauf über verschiedene Distanzen (100m, 300m, 400m...)
- Mittel- und Langstrecke (800m, 5000m, 10km...)
- Hindernislauf über verschiedene Distanzen (2000m, 3000m...)
- Gehen über verschiedene Distanzen
- Staffellauf

### WURF

- Speerwurf
- Kugelstoßen
- Diskuswurf
- Hammerwurf

### MEHRKAMPF

- 7-Kampf**  
(100m Hürden, Hoch, Kugel, 200m, Weitsprung, Speer, 800m)
- 10-Kampf**  
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m, 110m Hürden, Diskus, Stabhochsprung, Speer, 1500m)

Der Stabhochsprung ist eine der zahlreichen Disziplinen der Leichtathletik. Er ist Teil des Zehnkampfes der Männer, allerdings kein Bestandteil des Siebenkampfes der Frauen.

Als Einzeldisziplin kann der Stabhochsprung aber von Athletinnen und Athleten absolviert werden.

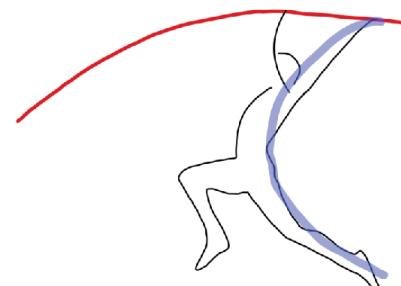
Ziel ist es, mit einem frei gewählten Anlauf und mit Hilfe eines flexiblen Stabes, eine möglichst hochgelegene Latte zu überwinden. Ein Sprung ist nur dann gültig, wenn diese Latte übersprungen wird und oben liegen bleibt. Damit dies gelingt, läuft man auf der Tartanbahn an, neigt die Stabspitze auf den letzten Schritten nach unten in Richtung Einstichkasten und schwingt sich dann am Stab nach oben, bevor man schließlich den Stab kurz vor Überqueren der Latte weg wirft und auf der Matte landet.

Der Sprung an sich kann in die verschiedenen Phasen Anlauf, Einstich, Absprung, Aufrollen, Lattenüberquerung und Landung eingeteilt werden.

Am Stab gibt es folgende Positionen, die nacheinander beobachtet werden können:

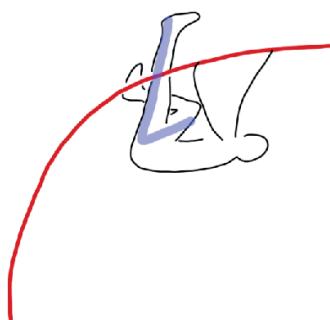


## Die C-Position



Nach dem Verlassen des Bodens erreicht die Athletin oder der Athlet zunächst die C-Position, welche direkt auf Einstich und Absprung folgt. Dabei wird der Stab nach vorne bewegt, der Körper hängt frei am durchgestreckten oberen Arm, das Absprungbein ist lang und das Schwungbein angewinkelt.

## Die L-Position



Anschließend wird aufgerollt und die Athletin oder der Athlet erreicht die L-Position. Der Stab erfährt seine maximale Biegung und das Absprungbein wird lang nach vorne oben gepeitscht. Damit ist die L-Position erreicht, die Arme sind gestreckt und der Oberkörper befindet sich annähernd waagrecht zum Boden.

## Die I-Position

Es folgt ein fließender Übergang in die I-Position. Der Körper wird am Stab entlang nach oben gestreckt, die Füße zeigen zum Himmel und der Kopf nach unten.

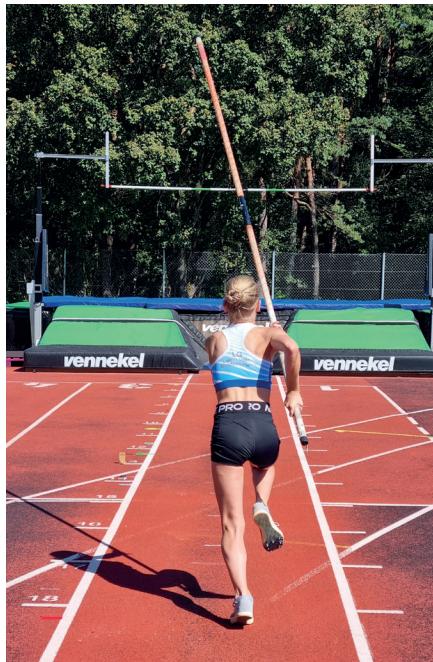


## BEIM STABHOCHSPRUNG FÜHREN VERSCHIEDENE WEGE ZUM ZIEL

Da die Disziplin eine Kombination aus Schnelligkeit und Sprungvermögen sowie turnerischen Fähigkeiten und Mut erfordert, ist auch das Training abwechslungsreich gestaltet.

Im Training werden neben dem klassischen Techniktraining an der Stabhochsprunganlage auch die anderen Disziplinen der Leichtathletik, wie Hürdenlauf, Sprint oder Weitsprung trainiert, so dass gute Stabhochspringerinnen und -springer auch in der Lage sind, einen guten Mehrkampf zu absolvieren.

Um die turnerischen Fähigkeiten der Athletinnen und Athleten zu schulen, wird außerdem viel an Turngeräten trainiert. Die Aufrollbewegung am Stab kann zum Beispiel schon von klein auf durch das Turnen am Reck, an Ringen oder am Tau geschult werden.



Der Stabhochsprung ist bereits seit 1896 eine olympische Disziplin für die Männer, jedoch erst seit dem Jahr 2000 auch für Frauen.

Den Weltrekord im Stabhochsprung der Männer hält **ARMAND DUPLANTIS**, welcher für Schweden startet, mit 6,30m. Er



brach dieses Jahr zum 14. Mal in seiner Karriere den Weltrekord.

Weitere Springer, die die 6m-Marke überquert haben, sind beispielsweise **SERGEJ BUBKA** (Olympiasieger und sechsfacher Weltmeister), **BRAD WALKER** oder auch der Franzose **RENAUD LAVILLENIÉ**.

Der amtierende Weltmeister Armand Duplantis („Mondo“) gewann bei den Olympischen Spielen in Paris 2024 Gold mit übersprungenen 6,25m. Bei den Weltmeisterschaften 2025 in Tokio brach Mondo seinen eigenen Weltrekord erneut und steigerte ihn auf 6,30m. Der Griech Emmanouil Karalis landete mit übersprungenen 6m vor dem Australier Kurtis Marshall (5,95m, 3.Platz) auf dem zweiten Platz.

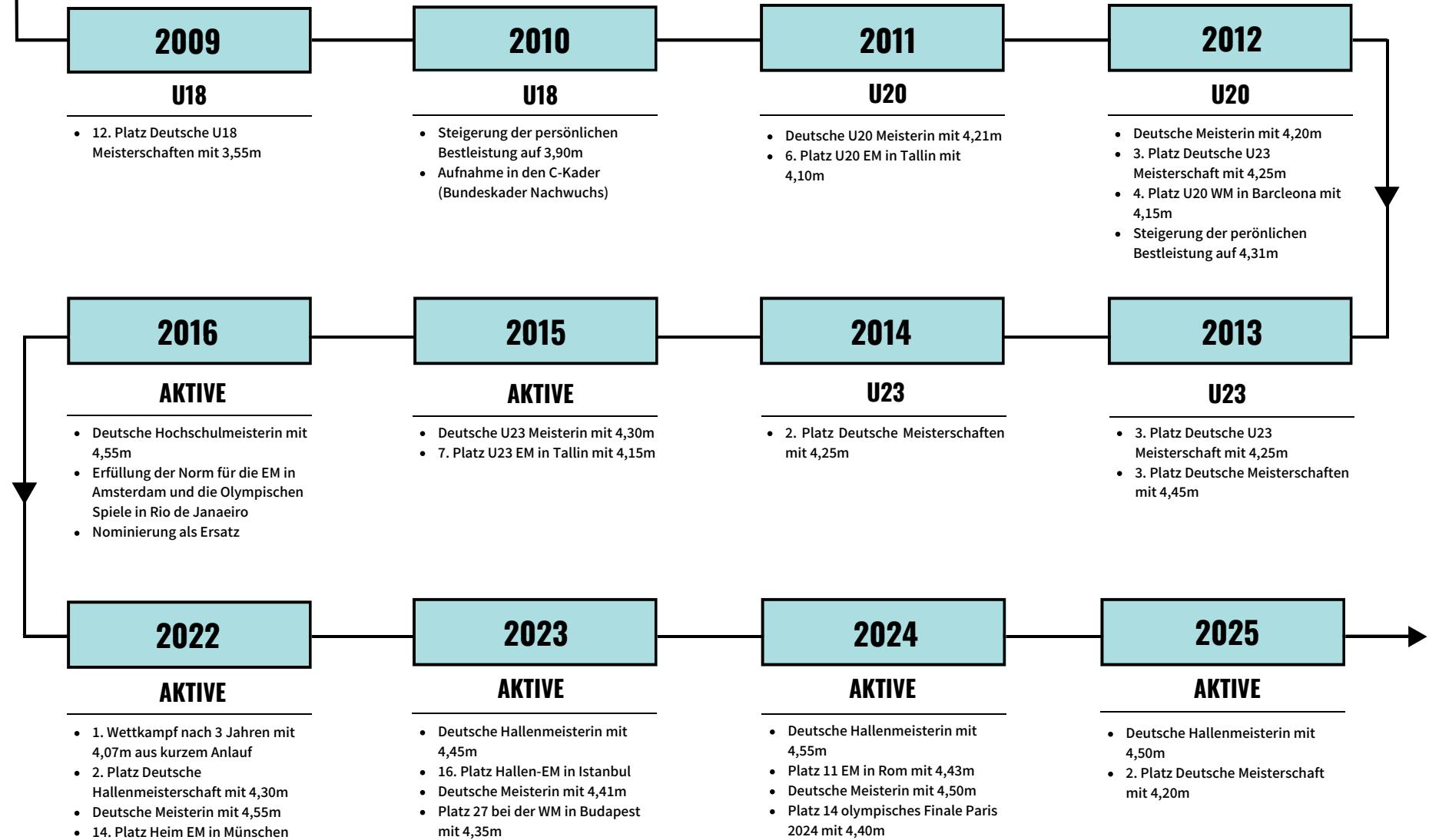
Bis dato überquerte Armand Duplantis („Mondo“) bereits 65 Mal die 6 Meter. Bisher schafften es 29 Athleten, die männische 6m-Grenze zu überqueren.

Was bei den Männern die 6m sind, ist bei den Frauen die 5m-Marke. Diese überquerten bisher nur die 4 Athletinnen: **JELENA ISSINBAJEWA** (RUS), **JENNIFER SUHR** (USA), **ANSHELIKA SIDOROWA** (RUS) und **SANDI MORRIS** (USA).

Bei den letzten olympischen Spielen 2024 in Paris gewann **NINA KENNEDY** (AUS) mit übersprungenen 4,95m die Goldmedaille. Bei den diesjährigen Weltmeisterschaften in Tokio verteidigte die Amerikanerin **KATIE MOON** mit 4,90m ihren Titel. Auf dem zweiten Platz landete **SANDI MORRIS** (USA) mit übersprungenen 4,85m und auf Platz drei die Slowenin **TINA ŠUTEJ** mit 4,80m.



# ANJULIS KARRIERE



## ANJULI KNÄSCHE –

### Inspirieren und inspirieren lassen

Sie kam von Schleswig-Holstein bis zu uns nach Leinfelden und ist nun seit 4 Jahren (März 2021) Cheftrainerin der Leichtathletikgemeinschaft Leinfelden-Echterdingen. Um ihren sportlichen Werdegang nachvollziehen zu können, reisen wir nach Kiel in Schleswig-Holstein zurück ins Jahr 2005, in dem Anjuli mit elf Jahren an einem „Jedermann-10-Kampf-Training“ teilnahm und sich schnell für den Stabhochsprung begeisterte.

Es dauerte nicht lange, bis aus der jungen Athletin, die durch ihren Vater zur Leichtathletik kam, eine erfolgreiche Stabhochspringerin wurde.

Ende des Jahres 2005 übersprang Anjuli (W12) bereits 2m, dann folgten zwei Jahre später in der Altersklasse W14 3,15m.

Ab Januar 2008 trainierte Anjuli bei der ehemaligen Stabhochspringerin Sabine Schulte, die im Jahr 2000 den 6. Platz bei den Hallen-Europameisterschaften in Gent belegte. Die beiden bildeten für die nächsten 6,5 Jahre ein gutes und vor allem erfolgreiches Team, was sich in Anjulis diversen Erfolgen in den Folgejahren zeigte. 2014 erfolgte der Wechsel zum Stabhochsprung-Bundestützpunkt nach Potsdam.

Nachdem Anjuli jahrelang erfolgreich in Deutschland sprang, sah sie sich mit einigen Hindernissen in den Strukturen der deutschen Leichtathletik konfrontiert. Sie wollte nochmal etwas Anderes sehen, verabschiedete sich kurzerhand

vom Heimatland und trainierte fortan in den USA bei Brad Walker, 6m-Springer und Weltmeister von 2007. Anjuli war inmitten einer starken Trainingsgruppe um Katie Moon (Olympiasiegerin (2021) und Weltmeisterin 2022 & 2023).

Nach 3 unvergesslichen Monaten entschied sich Anjuli im Januar 2019 dafür, die Stäbe zur Seite zu legen. Sie beendete ihre Leistungssportkarriere und widmete sich den anderen Bereichen ihres Lebens.

### Neben und nach der Sportkarriere

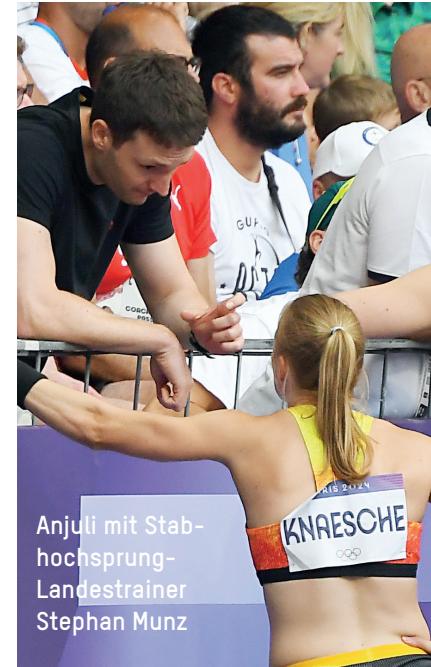
Obwohl Anjuli zwischen 2010 und 2013 auf Sylt bei ihrer Mutter wohnte, dort allein trainierte und am Wochenende je vier Stunden für die Hin- und Rückfahrt zum Training auf dem Festland benötigte, ging sie ganz normal zur Schule. Auf das Abitur folgte ein Studium der Wirtschaftswissenschaften in Form eines Fernstudiums, welches einen flexibleren Alltag, angepasst an den Leistungssport, möglich machte. Zudem absolvierte sie neben Werkstudenten-jobs auch Praktika und widmete sich so neben dem Studium und dem Sport ihrer beruflichen Laufbahn.

Nach zwei Jahren Abstand zum Sport und zur Leichtathletikszene zog es Anjuli wieder zurück.

Die Stellenausschreibung des Postens einer hauptamtlichen Trainerin mit festem Gehalt in der LG Leinfelden-Echterdingen schien wie geschaffen für Anjuli Knäsche: Sie bewarb sich erfolgreich und begann trotz Corona mit dem Training der Athletinnen und Athleten der LG LE in Leinfelden, Musberg und Stetten.

Schon früh war es das Ziel von Anjuli, ihre vielfältigen Erfahrungen im Leistungssport als Trainerin weiterzugeben und junge Menschen für den Sport und speziell für die Leichtathletik zu begeistern.

Um die Kinder und Jugendlichen im Verein noch besser fördern zu können, knüpft Anjuli aktuell an ihre erfolgreich absolvierte Ausbildung zur C- & B-Trainerin nun ihre A-Trainer-Ausbildung an. Anjulis Stelle ist eine Kooperationsstelle von Schule & Verein, zusätzlich zum Vereinstraining ist sie daher auch im Sportunterricht der weiterführenden Schulen in Leinfelden-Echterdingen im Einsatz.



Anjuli mit Stabhochsprung-Landestrainer Stephan Munz

Bei der Arbeit mit den Schülern wird klar, dass vielen Kindern die Motivation zum Sportmachen fehlt und es an der Zeit

ist, die Begeisterung für gemeinsames Bewegen und den Vereinssport wieder zu wecken.

Anjuli beginnt neben all ihren Tätigkeiten im Verein, gemeinsam mit anderen Trainerinnen und Trainern, sowie Athletinnen und Athleten der LG LE, Kooperationsprojekte mit Schulen ins Leben zu rufen.

Besonders im Bereich Stabhochsprung entwickeln sich, die 2021 gestarteten Veranstaltungen merklich weiter. Neben ersten Stabwettkämpfen, einem zusätzlichen Trainingsangebot und einer spontanen vereinsinternen Sichtung, haben sich auch schnell große Projekte, wie „Stabhochsprung-Schnupperstunden“ in 59 Schulklassen in und um Leinfelden-Echterdingen entwickelt.

So hat sich das vereinsübergreifende Stabhochsprung-Team „FLY HIGH“, unter Anjulis Leitung, bestehend aus stabhochsprungbegeisterten jungen Athleten, gegründet und in den Jahren bis heute deutlich vergrößert und weiterentwickelt.

### An alte Erfolge anknüpfen

Inspiriert durch die jungen Sportler hat Anjuli Knäsche einen neuen Blick auf den Stabhochsprung bekommen und wurde von der Begeisterung ihrer jungen Vorbilder regelrecht angesteckt. Dies in Kombination mit der eigentlich nicht völlig ernst gemeinten Frage von Stabhochsprung-Landestrainer Stephan Munz, ob Anjuli nicht selbst wieder springen wolle, führte schließlich dazu, dass Anjuli nach kurzer Bedenkzeit doch tatsächlich wieder selbst zum Stab griff und nach drei Jahren Pause bei einem



vereinsinternen Wettkampf in Leinfelden im Januar 2022 direkt 4,07m aus kurzem Anlauf übersprang.

Nach einem Gespräch mit Stephan Munz und dem Aufstellen der goldenen Regel: „Nur Springen, wenn's Spaß macht!“, war Anjuli also wieder Teil der deutschen Stabhochsprung-Szene und die Erfolge ließen nicht lange auf sich warten:

Anjuli wurde schließlich sechs Wochen später bei den Deutschen Hallenmeisterschaften in Leipzig Zweite und holte sich im Sommer 2022 bei den Deutschen Meisterschaften in Berlin mit Einstellung ihrer persönlichen Bestleistung von 4,55m die Goldmedaille. Über das Rankingsystem konnte sie sich zudem für die Heim-Europameisterschaften 2022 in München qualifizieren. Sie belegte dort einen guten 14. Platz. Im Februar 2023 holte sie sich den Titel „Deutsche Hallenmeisterin im Stabhochsprung 2023“ in Dortmund und qualifizierte sich über das Rankingsystem für die Hallen-Europameisterschaften Anfang März in Istanbul, wo sie den 16. Platz belegte.

2024 war sportlich gesehen ein aufregendes Jahr. Im Frühjahr 2024 verteidigte Anjuli erfolgreich ihren Deutschen Hallenmeisterinnen Titel mit 4,55m. Mit ihrem Ergebnis bei den Süddeutschen Meisterschaften erreichte sie die Norm für die Europameisterschaft in Rom. Sie fuhr nach Rom und sprang am 08.06.2024 in der Qualifikation mit 4,50m ins Finale. Zwei Tage später übersprang sie 4,43m im Finale und erreichte damit den 11. Platz.

Kurz nach der EM standen die Deutschen Meisterschaften in Braunschweig an. Anjuli setzte sich durch und sicherte sich mit den übersprungenen 4,50m nicht nur einen weiteren Deutschen Meistertitel, sondern auch die Qualifikation für ihre ersten Olympischen Spiele. Ihre gute Form des letzten Sommers bestätigte sie durch das erneute Springen von 4,50m bei den BW Leichtathletik Finals in Stuttgart. An den 4,60m scheiterte sie ganz knapp.

Die Reise nach Paris war unglaublich spannend. Nicht nur für Anjuli, sondern auch für das ganze Team. Vereinzelter



Teammitglieder fuhren sogar nach Paris um bei dem Wettkampf hautnah dabei zu sein. Die anderen Mitglieder verfolgten alles über den Livestream. Die Atmosphäre, das Stadion und der Wettkampf waren großartig. Trotz Vormittagssession war das Stadion ausverkauft und die Stimmung bebte. Auf der Lila Bahn mit 32 anderen Athletinnen performte Anjuli und erreichte das olympische Finale. Sie sprang 4,20m und 4,40m im ersten Versuch, scheiterte leider dreimal an 4,55m. Doch das reichte. Mit 19 anderen Athletinnen durfte sie am Mittwoch, den 07.08.24 im Finale springen.

Im Finale übersprang Anjuli die 4,40m im ersten Versuch, scheiterte dann aber leider knapp an den 4,60m. Damit belegte sie einen ganz starken 14. Platz im Olympischen Finale bei den Olympischen Spielen.

So schön wie das Jahr 2024 war, so herausfordernd dann 2025. Doch erstmal von vorne. Die Hallensaison mit dem Höhepunkt, den Deutschen Hallenmeisterschaften, bei denen Anjuli mit 4,50m den Titel holte, fand zu einem versöhnlichen Ende.

Danach schränkten wiederkehrende Probleme mit der Achillessehne die Vor-



Nur springen wenn's Spaß macht!

bereitung und das Training ein und sie musste die Wettkämpfe absagen. Erst am 19.07.25 eröffnete sie ihre Sommersaison und setzte sich an die Spitze der Deutschen Bestenliste.





# TEMERARIO

Wir teilen Ihre Begeisterung!

## LAMBORGHINI STUTTGART

Gohm GmbH  
Graf-Zeppelin-Platz 1  
71034 Böblingen  
Telefon: +49 7031 2055-2040  
E-Mail: lamborghini.stuttgart@gohm.de  
[lamborghini-stuttgart.com/de](http://lamborghini-stuttgart.com/de)

## LAMBORGHINI SINGEN

Gohm GmbH – Standort Singen  
Georg-Fischer-Straße 65  
78224 Singen  
Telefon: +49 7731 9463-0  
E-Mail: lamborghini.singen@gohm.de  
[lamborghini-singen.com/de](http://lamborghini-singen.com/de)

Lamborghini Temerario Energieverbrauch (kombiniert): 26,8 kWh/100 Km plus 11,2 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 272 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse kombiniert: G;  
CO<sub>2</sub>-Klasse bei entladener Batterie: G; Kraftstoffverbrauch bei entladener Batterie kombiniert: 14 l/100 km



Die Motivation, immer mehr Kinder zur Leichtathletik und zum Stabhochsprung zu bringen sowie ein Teamgefühl und Spaß an Bewegung zu vermitteln, treibt Anjuli an. „Ich hoffe natürlich, dass ich die Kinder und Jugendlichen genauso inspirieren kann, wie sie mich inspirieren und mir immer wieder neue Denkanstöße geben“, sagt sie über das Geben und Nehmen in ihrer Arbeit als Trainerin und gleichzeitigen Athletenrolle. Aufgrund dieser Doppelrolle heißt es, stets vorauszuplanen, sodass das Stabspringen mit den beruflichen Aufgaben nicht nur vereint werden kann, sondern dass sich die beiden Aspekte darüber hinaus gegenseitig positiv beeinflussen.

„Über Schulprojekte und offene Angebote wie Feriencamps und Schnupperstage, versuchen wir viele Kinder für den Sport zu begeistern und für ein regelmäßiges Sporttreiben im Verein zu

motivieren. Die Leichtathletik ist sehr vielfältig, sie bildet die grundlegenden sportlichen Fähigkeiten aus und macht es einem daher leichter, später auch andere Sportarten zu erlernen. „Nicht jeder muss irgendwann Leistungssport machen, aber mit Feuereifer und Spaß bei der Sache zu sein, sollte sowohl für Hobbysportler, als auch für die Profis das Ziel sein.“, sagt Anjuli Knäsche.

### DIE ENTSTEHUNG DES TEAMS FLY HIGH

Anjuli machte es sich nach dem Abklingen der Corona-Krise zur Aufgabe, neben den anderen Disziplinen der Leichtathletik speziell den Nachwuchs im Stabhochsprung bei der LG Leinfelden-Echterdingen zu fördern.

Alles begann mit Stabhochsprung-Zusatstrainings und vereinsinternen Sichtungen in den jüngeren Altersklassen.

So entwickelten sich nach und nach schon kleine Stabhochsprunggruppen. Die Athleten kamen nun neben den anderen Disziplinen der Leichtathletik, wie Sprint, Weitsprung, Hochsprung oder Wurf, auch regelmäßig mit dem Stabhochsprung in Berührung.

Durch Stabhochsprung-Schnupperstunden in Schulen, einen Stab-Tag in Leinfelden zu dem sich jeder anmelden konnte und weiterer Bekanntmachung des Teams über viele Vereine wurde dann im November 2022 das Team FLY HIGH geboren.

Ziel ist es, Stabhochsprungtalente zu entdecken und anschließend zu entwickeln und zu fördern. Neben der sportlichen Entwicklung wird viel Wert auf die persönliche Entwicklung und ein Auftreten als Team gelegt.

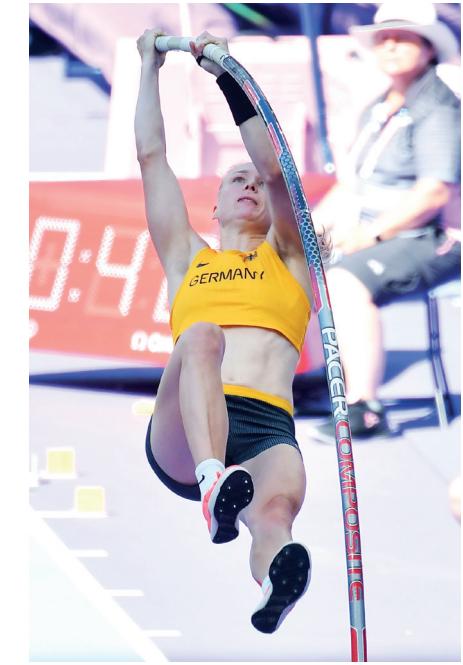




In Zukunft versuchen wir überwiegend aus den eigenen Trainingsgruppen zu sichten, allerdings stoßen immer wieder auch Turner dazu und finden den Weg ins Team.

Herausragenden Athleten soll zusätzlich eine Zukunftsperspektive aufgezeigt werden, damit sie sich in unserem Team FLY HIGH langfristig wohlfühlen und bestmöglich entwickeln können – bis sie zu den Besten in Baden-Württemberg, in Deutschland und vielleicht einmal der Welt gehören.

Damit das Team FLY HIGH auch seinen Namen verdient und nicht nur eine Horde von Einzelkämpfern ist, werden Team-Tage, Team-Challenges und andere gemeinsame Aktionen veranstaltet. Anjuli legt großen Wert darauf, den Teammitgliedern frühzeitig zu vermitteln, dass sie gemeinsam (durch das Anfeuern, gegenseitiges Herausfordern, mit einem Team im Rücken, das auch da ist, wenn es mal nicht so läuft wie gewünscht) bessere Leistungen erzielen und zudem mehr Spaß haben.





**WILLI:**

Das Besondere am Stabhochsprung ist, dass es eine der technisch anspruchsvollsten und faszinierendsten Disziplinen der Leichtathletik ist – mit einer einzigartigen Kombination aus Geschwindigkeit, Kraft, Technik, Mut und Körpergefühl. Obwohl Stabhochsprung eine Einzeldisziplin ist, spielt das Team im Hintergrund eine enorm wichtige Rolle um besser zu werden und Herausforderungen zu meistern.



**NILS:**

Als Athlet des Teams erlebe ich jeden Tag die Faszination des Stabhochsprungs. Die Kombination aus Kraft, Technik und mentaler Stärke fordert uns alle heraus. Wenn man im Wettkampf performen will, muss das hart erarbeitet werden. Durch Anjuli und das Team FLY HIGH wird man auf diesem Weg perfekt unterstützt. Durch die Fachkompetenz von Anjuli und den Fun im Team entsteht eine einmalige Kombination aus Spaß, Arbeit und Erfolg.





VINCE MAIER

Altersklasse: M12  
PB: 1,40m  
Anzahl Wettkämpfe: 1  
Im Team seit April 2025

**VINCE:**

Mit sechs Jahren habe ich begonnen, bei der LG LE Leichtathletik zu trainieren. Bei einem Wettkampf habe ich zum ersten Mal das Team FLY HIGH gesehen – und war sofort begeistert davon, wie sich die Athletinnen und Athleten durch die Luft geschwungen haben. Im März hatte ich dann die Chance, beim Stabtag das Springen auszuprobieren. Dabei habe ich gemerkt, wie viel Spaß es mir macht. Umso mehr freue ich mich, dass ich jetzt Stabhochsprung erlernen darf und somit ein Teil des Teams bin.



JONATHAN HUMMEL

Altersklasse: W13  
PB: 2,63m  
Anzahl Wettkämpfe: 4  
Im Team seit März 2025

Altersklasse: M13

PB: -  
Anzahl Wettkämpfe: 0  
Im Team seit Oktober 2025



LIV BUBECK



MIKO FINK

**UNSERE TRAINERIN**



ANJULI KNÄSCHE



Performance like never before.

**New Bentayga Speed.**

Überzeugen Sie sich jetzt bei Bentley Stuttgart.

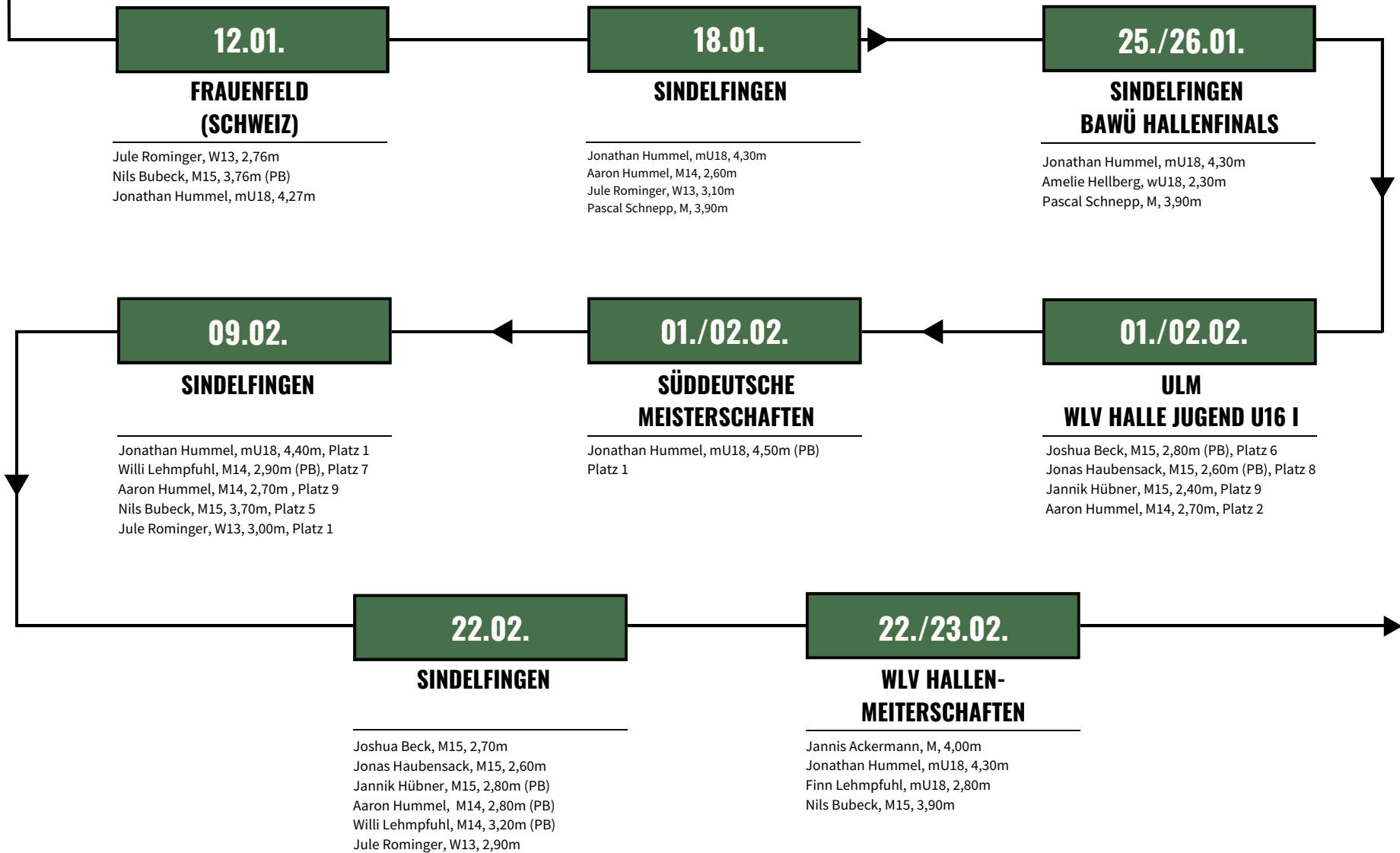
Gohm Sportwagen GmbH • Graf-Zeppelin-Platz 1 • 71034 Böblingen • Telefon: +49 7031 2055-516 • Stuttgart.BentleyMotors.com

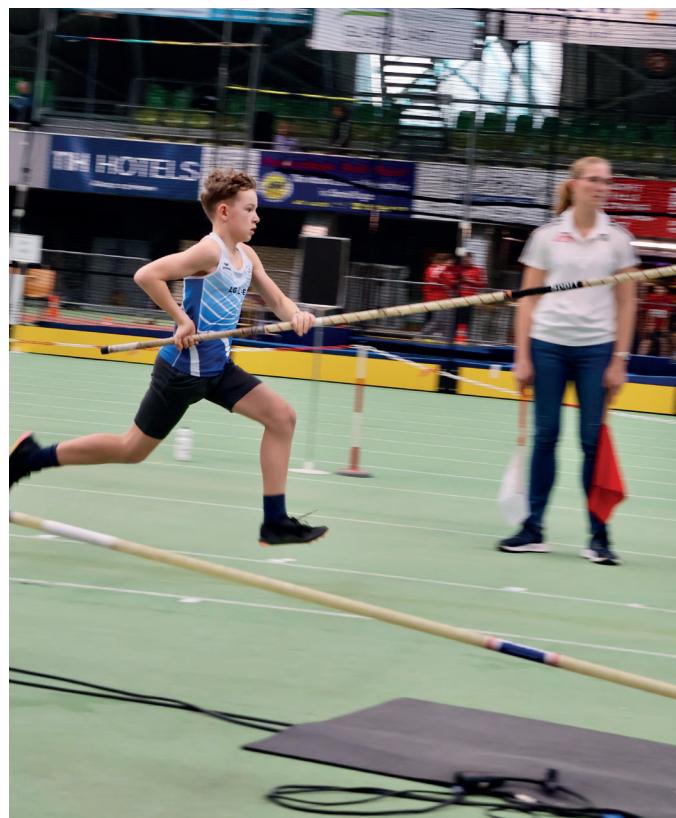
Die CO<sub>2</sub>-Emissions- und die Kraftstoffverbrauchswerte für die 27 EU-Länder stehen noch aus,  
vorbehaltlich der EU-Typgenehmigung.

Der Name 'Bentley' und das geflügelte 'B' sind eingetragene Markenzeichen. © 2025 Bentley Motors Limited. Abgebildetes Modell: New Bentayga Speed.

BENTLEY STUTTGART

# HALLENSAISON 24/25





## DIE HALLENSaison 2024/2025

### Sindelfingen BAWÜ Hallenfinals Aktive/U20/U18 25./26.01.2025

Bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften in Sindelfingen zeigte Jonathan Hummel wieder einmal Klasse im Stabhochsprung. Mit souverän gemeisterten 4,30m sichterte er sich den zweiten Platz und bestätigte damit eindrucksvoll seine konstant starke Form des Winters. Zwar reichte diese Höhe nicht für den Sieg, doch mit der erneuteten Bestätigung seiner Leistung zeigt der Trend klar nach oben.

### WLV U16 Ulm 01./02.02.2025

Beim ersten Wettkampf der Hallensaison zeigten unsere Team FLY HIGH Athleten starke Leistungen. In der Altersklasse M 15 steigerte Joshua Beck seine persönliche Bestleistung auf 2,80m und sicherte sich damit den 6. Platz. Ebenfalls eine persönlichere Bestleistung stellte Jonas Haubensack mit 2,60m auf und erreichte damit Platz 8. Jannik Hübner komplettierte das Team mit soliden 2,40m und Platz 9.

In der M14 überzeugte Aaron Hummel mit einer blitzsauberen Serie und sprang sich mit 2,70m, was eine persönliche Bestleistung bedeutete, auf einen starken 2. Platz. Alle Höhen meisterte er direkt im ersten Versuch. Ein rundum erfolgreicher Einstieg in die neue Saison.

### Süddeutsche Meisterschaften Aktive/U18 01./02.02.2025

Mit einer bärenstarken Vorstellung sicherte sich Jonathan Hummel in der U18 bei den Süddeutschen Meisterschaften mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 4,50m den ersten Platz. Alle Höhen überquerte er souverän im ersten Versuch und dominierte den Wettkampf mit einer beeindruckenden Leistung. Eine starke Vorstellung!

### Nachwuchs-Hallensportfest 22.02.2025 in Sindelfingen

Beim Nachwuchs-Hallensportfest in Sindelfingen zeigten unsere jungen Teammitglieder starke Leistungen und zahlreiche Bestleistungen (PB).

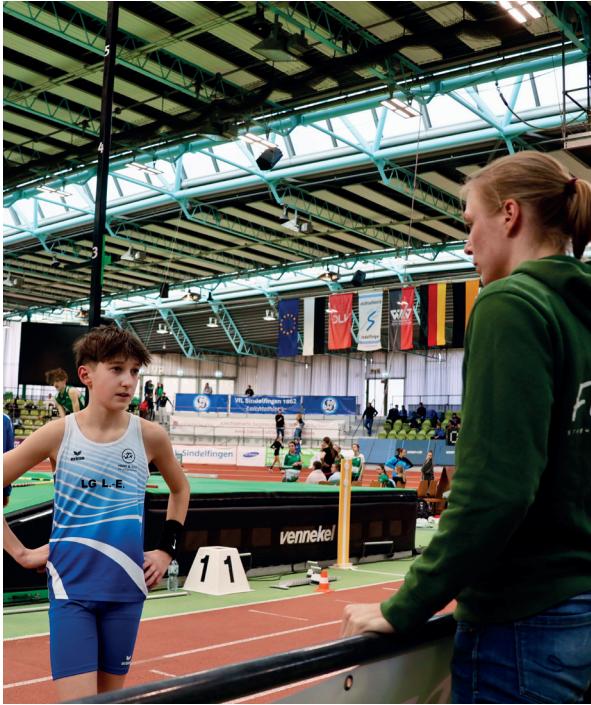
In der M15 stellte Jonas Haubensack seine drei Wochen zuvor aufgestellte Bestleistung (2,60m) ein – alle Höhen meisterte er sicher im ersten Versuch. Joshua Beck sprang solide 2,90m (PB) und überzeugte ebenfalls mit einem starken Wettkampf. Jannik Hübner setzte ein Ausrufezeichen – 2,80m (PB), damit 30cm über der bisherigen – eine tolle Steigerung.

In der M14 glänzte Aaron Hummel mit 2,80m (PB). Er schaffte alle Höhen im ersten Versuch und verbesserte seine Bestleistung um 10cm. Ebenfalls in der M14 gab es Grund zu jubeln. Willi Lehmpfuhl überquerte erstmals 3,20m. Er blieb nervenstark und meisterte diese Höhe dann im dritten Versuch. Seine Bestleistung steigerte er um 20cm.

In der W13 repräsentierte Jule Rominger das Team. Mit 2,90m sprang sie solide alle Höhen im ersten Versuch.

Ein sehr erfolgreicher Wettkampf für das Team FLY HIGH.



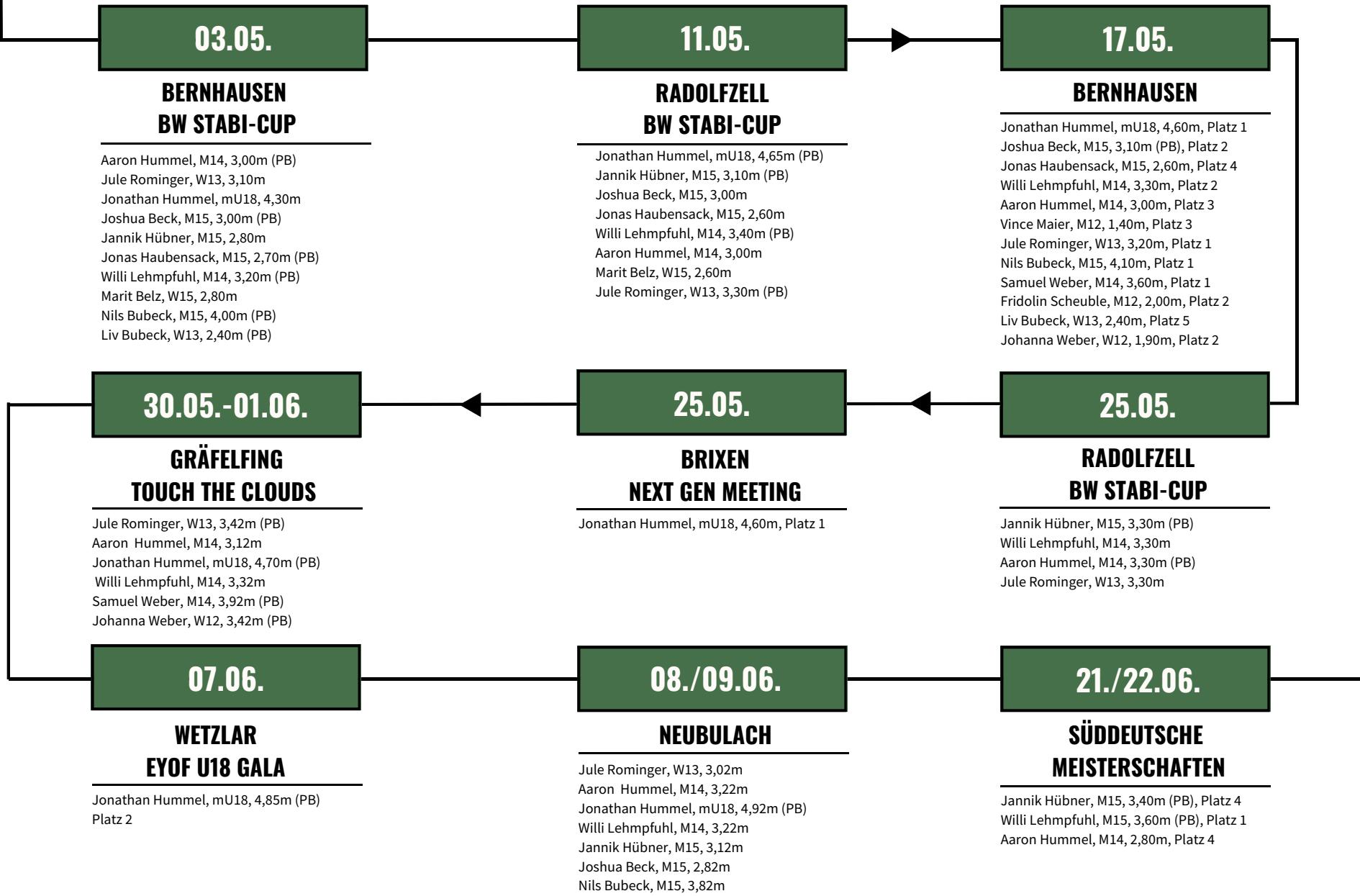


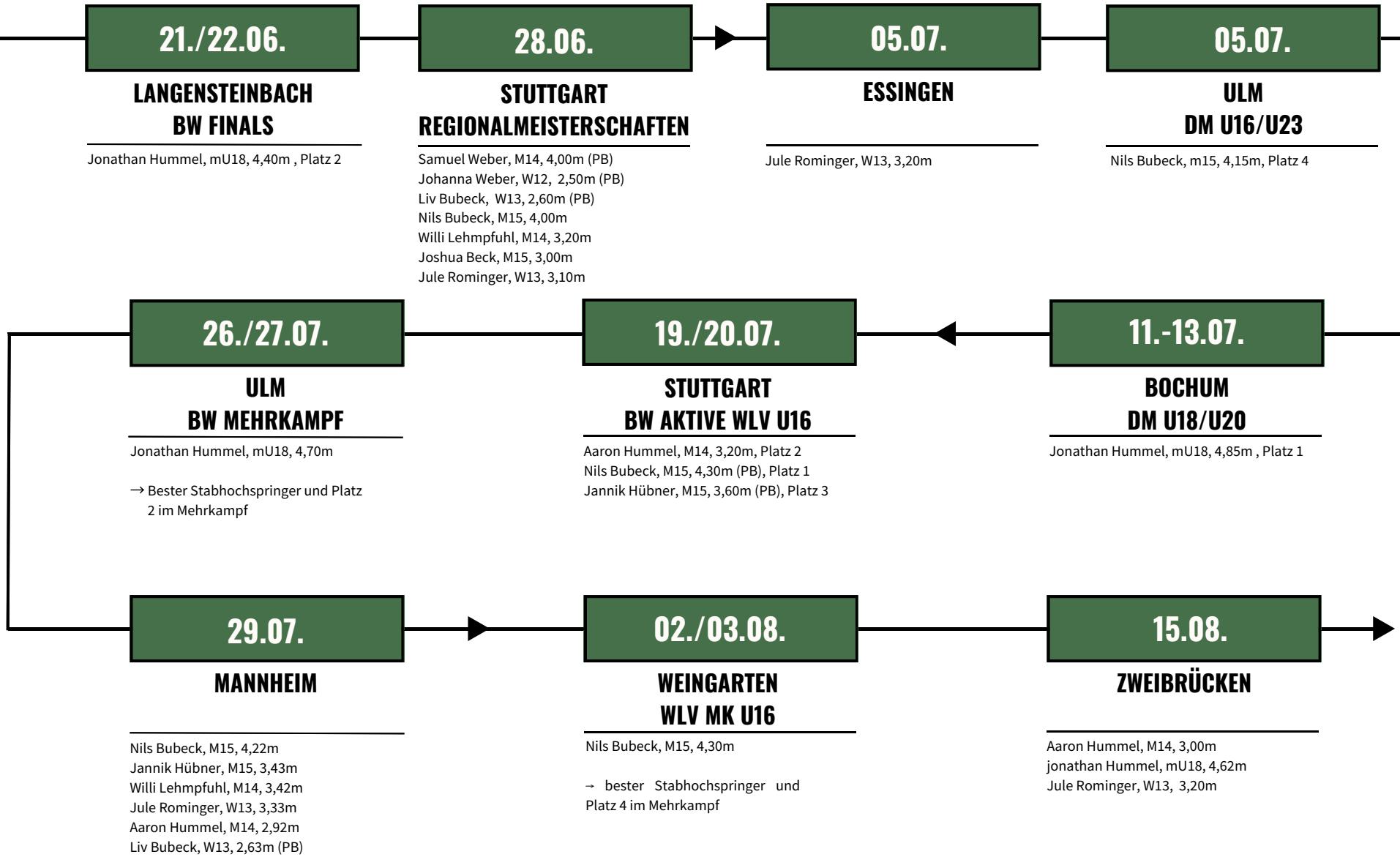
Unser Team im September 2025 v. l. Emma, Johanna, Jule, Aaron, Samuel, Niils, Willi, Jannik, Joshua, Jonas, Vince, Liv, Fridolin, Anjuli, (es fehlen: Marit, Mirko)





# SOMMERSAISON 2025





## SOMMERWETTKÄMPFE

**Stabi-Cup 2025 (BW Stabi-Cup Bernhausen 03.05.2025 (Kreismeisterschaften)/ BW Stabi-Cup Radolfzell 11.05.2025/BW Stabi-Cup 25.05.2025 Radolfzell)**

Dieses Jahr fand der 4. Stabi-Cup direkt zum Einstieg in die Saison statt.



In Kooperation mit dem TV Engen und der Trainingsgruppe um Winfried Herzig fanden eine dreiteilige Wettkampfreihe mit Tages- und Gesamtwertungen statt. Die Athleten mussten an mindestens 2 von den 3 Wettkämpfen teilnehmen, um in die Gesamtwertung zu kommen. Diese Wertung setzte sich aus den beiden besten Höhen zusammen, welche addiert wurden. So wurde pro Altersklasse ein Gesamtsieger ermittelt, welcher am letzten Wettkampf geehrt wurde.

Die Athleten aus unseren eigenen Reihen ersprangen insgesamt durch sehr starke Leistungen bei den ersten Wettkämpfen der Saison eine große Zahl neuer persönliche Bestleistungen.



Willi Lehmpfuß (M14) steigerte seine persönliche Bestleistung um 20cm auf 3,40m. Mit seinen starken Leistungen konnte er sich den ersten Platz in der Cup-Wertung sichern. Aaron Hummel (M14) steigerte seine Bestleistung sogar um ganze 50cm, unterlag allerdings Willi Lehmpfuß in der Cup-Wertung und landete auf Platz 2.

Jannik Hübner (3,30m) und Nils Bubeck (4,00m), beide M15, behaupteten sich ebenfalls mit starken neuen Bestleistungen.

Jonathan Hummel (U18) sprang im zweiten Cup-Wettkampf bärenstarke 4,65m und steigerte seine Bestleistung damit um 15cm. Durch diesen und weitere starke Leistungen sichterte er sich den Sieg in der Cup-Wertung.

Ebenfalls den ersten Platz in der Cup-Wertung gewann Jule Rominger (W13). Sie sprang 3,30m und steigerte ihre Bestleistung um 20cm. Als ganz blutige Anfängerin und einem ersten Wettkampf nach ganz wenigen Trainings, stellte sich Liv Bubeck (W13) dieser Herausforderung und sprang starke 2,40m.

Alles in allem dominierte das Team FLY HIGH die Cupwertungen mit Siegen in der W13, W15, mU18, Platz 1 und 2 im der M14 und dem kompletten Podium der M15.

Die Stabi-Cup Wettkämpfe in Bernhausen und Radolfzell waren die ersten Wettkämpfe nach dem Trainingslager und intensiver Vorbereitungszeit. Dass diese erfolgreich war, zeigte sich an den vielen starken Leistungen der Athleten.

### Stabmeeting Bernhausen 17.05.2025

Beim heimischen Stabhochsprungmeeting in Bernhausen gab es vier Wettkampf-Prämieren. Vince Maier (M12) sprang 1,40m und erreichte den 3. Platz. Fridolin Scheuble (M12) sprang mit 2,00m auf den 2. Platz und Johanna Weber (W11) sprang in ihrem ersten Wettkampf 1,90m, womit sie ebenfalls den 2. Platz erreichte. Ihr Bruder Samuel Weber sprang ebenfalls seinen ersten Wettkampf in Bernhausen. Seine gesprungenen 3,60m reichten für den ersten Platz und er erreichte damit direkt die Kadernorm.

Alle Athleten präsentierten sich gut, Joshua Beck (M15) stellte mit übersprungenen 3,10m eine neue Bestleistung auf, womit er sich den 2. Platz sichern konnte. Nils Bubeck sicherte sich mit seinen gesprungenen 4,10m eine neue Bestleistung und den Sieg.

Für Jonathan Hummel ging es in dem Wettkampf um die Qualifikation für das Brixen Next Gen. Der Athlet, der den Wettkampf in Bernhausen gewinnt, durfte nach Brixen fahren. Jonathan Hummel blieb cool, sprang 4,60m,

scheiterte knapp an einer neuen Bestleistung, aber gewann den Wettkampf, womit er das Ticket nach Brixen löste.

### Brixen Next Gen, 25.05.2025



Das Brixen Next Gen Meeting ist ein renommiertes Nachwuchs-Meeting in der Leichtathletik mit internationaler Konkurrenz, das jährlich in Brixen (Italien) stattfindet. Es richtet sich an die Klasse U18 und bietet jungen Talenten eine Plattform, sich mit starker internationaler Konkurrenz zu messen.

Bei Jonathans erstem Wettkampf mit Konkurrenz aus dem Ausland, drehte er richtig auf. Er siegte mit 4,60m und holte wichtige Punkte für das Team Baden-Württemberg. Dieses landete insgesamt auf Platz 3.



**Touch the Clouds Festival,**  
30.05.-01.06.2025

Das Touch the Clouds Festival findet jährlich in Gräfelfing bei München mit starker internationaler Beteiligung, wie dieses Jahr mir Angelica Moser (CH) der Europameisterin aus Rom, statt. Unsere Athleten waren mittendrin und es gab persönliche Bestleistungen über persönliche Bestleistungen. Jonathan Hummel (mU18) sprang 4,70m, Jule Rominger überquerte erstmals 3,42m, Samuel Weber (M14) steigerte sich um 32cm auf 3,92m, seine kleine Schwester Johanna Weber (W11) steigerte sich auch um 32cm auf 2,22m. Ein sehr erfolgreiches Wochenende!

#### **Qualiwettkampf European Youth Olympic Festival (EYOF) U18 Gala in Wetzlar**

Das EYOF U18 Gala in Wetzlar ist ein hochklassiges nationales Leichtathletik-Meeting für die Altersklasse U18. Für U18 Athleten ist das EYOF die erste Chance sich international zu messen und für Deutschland zu starten. Die besten deutschen Talente messen sich dort, um ein

Ticket für das EYOF zu lösen. Das Ticket löst der Sieger des Wettkampfes, sofern er die Norm erfüllt, andernfalls erhält es der bestplatzierte Athlet mit Norm.

Jonathan Hummel drehte bei dem Wettkampf nochmal richtig auf. Er übersprang 4,75m (geforderte Qualifikationshöhe) und legte 4,85m im ersten Versuch nach. Unglücklicherweise verfehlte er Platz eins und somit das Ticket für das EYOF aufgrund eines Fehlversuchs.

#### **Süddeutsche Meisterschaften U16/U23 in Kandel**

Bei den Süddeutschen Meisterschaften in Kandel war das Team FLY HIGH auch vertreten. In der M14 starteten Willi Lehmpfuhl und Aaron Hummel. Aaron erwischte nicht den besten Tag und konnte nur 2,80m überspringen, was Platz 4 bedeutete. Willi wuchs über sich hinaus und steigerte seine Persönliche Bestleistung um 20cm. Er übersprang 3,60m und sicherte sich den Süddeutschen Meistertitel.

In der M15 ging Jannik Hübner für das Team FLY HIGH an den Start. Er steigerte seine Bestleistung ebenfalls und übersprang 3,40m, womit er den 4. Platz erreichte.

#### **21./22.06. BW Jugendfinals Langensteinbach**

In einem starken Feld und aus kurzem Anlauf sprang Jonathan Hummel 4,40m und erreichte damit Platz 2. Aus Sicherheitsgründen wurde im Voraus entschieden aus kurzem Anlauf zu sprin-

gen, da in der Vergangenheit und auch bei diesem Wettkampf Stürze passierten, die mit einer Größeren Matte hätten verhindert werden können.

#### **04.-06.07.2025 DM U16/U23 Ulm**

Bei seinen ersten Deutschen Meisterschaften ging Nils Bubeck im Stabhochsprung an den Start. Er übersprang 4,15m im dritten Versuch, was persönliche Bestleistung bedeutete. Doch dann der Schock, der Versuch wurde ungültig gegeben, weil er mit der Hand die Latte oben fixiert haben soll. Doch zum Glück gab es genug Videomaterial aus verschiedenen Größen, weshalb die Kampfrichter den Sprung schlussendlich doch gültig gegeben haben. Mit dieser Höhe verpasste er knapp das Podest und belegt in einem Starken Feld Platz 4.

#### **Deutsche Meisterschaften U18/U20 Bochum 11.-13.07.2025**

Bei den deutschen U18/U20 Meisterschaften hatten wir einen Starter im Stabhochsprung am Start – Jonathan Hummel. Mit einem souveränen Wettkampf dominierte er das Feld und sprang 4,85m. An 4,95m scheiterte er ganz knapp. Trotzdem sicherte er sich seinen ersten Deutschen Meistertitel.

#### **BW Aktive/ WLV U16 Stuttgart 19./20.07.2025**

Bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften in Stuttgart gingen ei-



nige Teammitglieder an den Start. In der M14 kämpfte sich Aaron Hummel über 3,10m und die Latte blieb trotz heftiger Berührung wackelnd liegen. Er erreichte damit Platz 2. Willi Lehmpfuhl gelang nach einem sehr starken Einspringen, leider kein gültiger Versuch bei der Anfangshöhe.

In der M15 sprangen Nils Bubeck und Jannik Hübner um die Medaillen. Beide wuchsen über sich hinaus und Jannik Hübner übersprang das erste mal 3,60m, was für ihn die Bronzemedaille bedeutete. Für Nils Bubeck und seinen direkten Konkurrenten Henry Spiegelburg (LG Filstal) ging es in die Revanche von letztem Jahr. Henry übersprang die 4,20 im ersten Versuch. Für diese Höhe brauchte Nils sogar den dritten. Die 4,30m übersprang Nils allerdings im zweiten und Henry erst im dritten. An den 4,40m scheiterten beide. Aufgrund des einen Fehlversuchs weniger, gewann Nils die Goldmedaille.



19.07.

**STUTTGART**  
**BW LEICHTATHLETIK FINALS**

Anjuli Knäsche, F, 4,40m, Platz 1

Die Sommersaison von Anjuli verlief alles andere als glatt. Nach den Osterferien wurde sie von Achillessehnenproblemen ausgebremst, wozu dann noch Ischiasschmerzen kamen.

Bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften übersprang Anjuli 4,40m, womit sie sich an die Deutsche Jahresbestenliste setzte.

Als Jahresbeste angereist, erwischte sie bei den Deutschen Meisterschaften einen rabenschwarzen Tag. Nach der langen Fahrt machte der Ischias-Nerv während des Wettkampfes Probleme und aufgrund von vielen Fehlversuchen wurde Anjuli hinter Friedeline Petershofen (SV Werder Bremen) mit 4,20m zweite.

Um gerade das Problem mit dem Nerv in den Griff zu bekommen und etwas Ruhe reinzubringen, sollte der Wettkampf in Sindelfingen eine Zwischenstation sein. Hier wurden die Rollen getauscht und die zwei Athleten, Nils und Jonathan wechselten in die Trainerrolle. So konnte Anjuli mit 4,43m eine Saisonbestleistung springen.

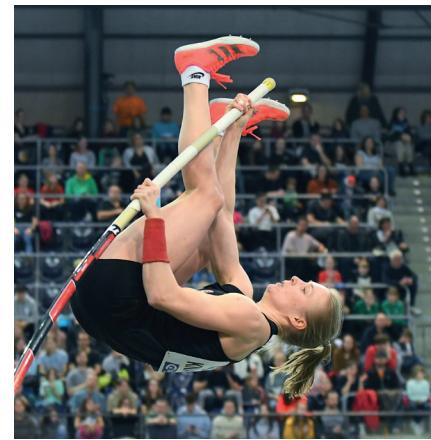
Leider hat sich das Problem mit dem Nerv weiter verschlimmert, so dass Anjuli auf ihren Start bei der Weltmeisterschaft in Tokio verzichtet hat und ihre gesundheitlichen Schwierigkeiten momentan auskuriert. Sie war schon über das World Ranking qualifiziert und ließ sich aus der Startliste streichen.



31.07.

**DRESDEN**  
**DEUTSCHE MEISTERSCHAFT**

Anjuli Knäsche, F, 4,20m, Platz 2



09.08.

**SINDELINGEN**  
**BLUE TRACK NIGHT**

Anjuli Knäsche, F, 4,43m, Platz 1





LACKSCHUTZ / PAINT PROTECTION  
FAHRZEUGPFLEGE / CAR DETAILING  
FAHRZEUGFOLIERUNG / CAR WRAPPING



@BLACKLINE.CARWRAPPING

ANDREJ SAWAL  
Manager

Graf-Zeppelin-Platz 1  
in der MOTORWORLD  
REGION STUTTGART  
71034 Böblingen

info-blackline@web.de  
+49 176 61765630

## Das Kader Konzept

Kader sind für die Förderung besonders guter Athleten da. Es gibt zwei Stufen, den Landes- und den Bundeskader. Auf Landesebene gibt es den Regionalkader, den Talentkader und den Landeskader 1 und 2. Gefördert werden Athleten nach der Altersklasse M/W13 bis zum Ende der U23. Danach muss zur weiteren Förderung spätestens der Sprung in den Bundeskader gelingen. Auf Bundesebene gibt es für die U18 den NK2 (Nachwuchskader 2), für die U20 den NK1 (Nachwuchskader 1), für die U23 als Übergang zur Aktivenklasse den NK1 U23 und für die Aktiven den Perspektiv- und den Olympiakader. Die Normen werden vom Deutschen Leichtathletik-Verband festgelegt.

Ein Kaderathlet hat durch seinen Status einige Vorteile bzw. kann je nach Kader auf weitere Förderangebote zugreifen. Diese sind beispielsweise: Trainingslager, Kaderlehrgänge, Stützpunkttraining, Ernährungsberatung, psychologische Betreuung, Physiotherapie und später auch finanzielle Unterstützung.

Folgende Athleten haben die Landes- oder sogar Bundeskadernorm erfüllt. Doch wie war eigentlich der Weg dieser Athleten dort hin?



### NILS BUBECK (M15)

Landeskader-Norm: 3,70m,  
Bundeskader-Norm: 4,20m, PB: 4,30m

Nils, der letztes Jahr schon im Landeskader war, hat dieses Jahr den Sprung in den Bundeskader geschafft. Dieses Jahr hat Nils den Schwerpunkt vom Turnen und dem Jahnkampf zur Leichtathletik, speziell dem Stabhochsprung verlegt. Über einen Kontakt zu Stephan Munz, den Landestrainer, lernte er das Team FLY HIGH im Februar 2024 kennen und schloss sich dem Team an. Seine starken Leistungen und Steigerungen aus dem letzten Jahr behielt er bei. Nils knackte die 4m das erste Mal am 03.05. beim Stabi-Cup in Bernhausen und steigerte seine Bestleistung weiter bis auf 4,30m.



### JONATHAN HUMMEL (MU18)

Landeskader-Norm: 4,00m,  
Bundeskader-Norm: 4,50 (NK2-U18),  
Bundeskader-Norm: 4,70m (NK1-U20),  
PB: 4,92m

Wie Nils kam Jonathan über eine Empfehlung von Stephan Munz in das Team FLY HIGH. Mit einer unglaublich starken persönlichen Bestleistung von 4,92m hat Jonathan die Kadernorm für den NK1 geknackt. In diesem Jahr sprang Jonathan eine Vielzahl an Wettkämpfen. Ob in der Halle, oder draußen, er steigerte sich von Wettkampf zu Wettkampf. Er kann auch seit diesem Jahr auf Wettkämpfe mit internationaler Konkurrenz zurückblicken. Mit seinen Leistungen und der Art und Weise wie er es angeht, indem er beispielsweise Wind, Regen und anderen Herausforderungen trotzt, ist er ein großes Vorbild im Team.



### WILLI LEHMPFUHL (M14)

Landeskader-Norm: 3,30m, PB: 3,60m

Willi ist schon von Anfang an dabei. Er trainierte fleißig und belohnte sich dieses Jahr mit einer starken neuen persönlichen Bestleistung von 3,60m. Er verbesserte sich in vielen Bereichen, wie Technik, Athletik und mentale Stärke. So sprang er Mitte Mai 3,40m und steigerte sich sechs Wochen später auf 3,60m, womit er den Süddeutsche Titel gewann. Willi ist ein tolles Beispiel, dass Willenskraft, Hartnäckigkeit und hartes Training sich auszahlen werden.

**AARON HUMMEL (M14)**

Landeskader-Norm: 3,30m, PB: 3,30m

Aaron ist erst seit knapp zwei Jahren dabei und trotzdem schon Landeskader-Norm gesprungen. Sein großer Bruder Jonathan begann im Team mit Stabhochsprung, und schnell war klar, Aaron möchte das auch machen. So kam Aaron ins Team und begann mitzutrainieren. Bei seinem ersten Wettkampf, mit ganz wenigen Trainingseinheiten sprang er 2,02m. Er arbeitet hart an sich, gibt jede Trainingseinheit alles und sein Fleiß zahlt sich aus. Ende Mai in Radolfzell übersprang er die 3,30m.

**ANJULI KNÄSCHE (F)**

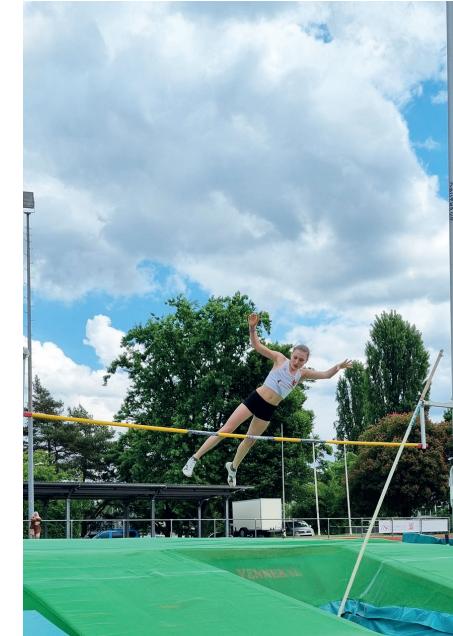
Bundeskader-Norm: 4,55m/3er-Schnitt 4,45m, PB: 4,55m

Anjuli hat schon eine deutlich längere Karriere mit allen möglichen Kaderzugehörigkeiten hinter sich. Nachdem Sie letztes Jahr schon im Bundeskader gewesen ist, konnte Sie diesen durch ihre konstante Leistung wieder erreichen.

**JULE ROMINGER (W13)**

Landeskader-Norm: 2,80m, PB: 3,40m

Jule ist wie Willi schon von Anfang an dabei und somit seit vier Jahren im Team dabei. Es hat eine Weile gedauert, bis sie den Stab biegen konnte, aber seitdem geht es hoch hinaus und sie steigert sich von Jahr zu Jahr und springt momentan schon 3,42m. Aufgrund ihres Alters, kann sie erst nächstes Jahr in einen disziplinspezifischen Kader kommen. Sie wird voraussichtlich durch ihre Leistungen zum Talentsportfest eingeladen, um sich für den Talentkader zu qualifizieren.

**LIV BUBECK (W13)**

PB: 2,60m

Liv ist erst seit wenigen Monaten im Team dabei. Durch ihre Leistungen bei den Wettkämpfen und weiteren starken Ergebnissen in anderen Disziplinen, wird sie ebenfalls voraussichtlich zum Talentsportfest eingeladen, um sich für den Talentkader zu qualifizieren.

# MASERATI GT2 STRADALE

RACING IS LIFE



*Maserati*

GOHM STUTTGART

Gohm Italia GmbH · Laubwaldstraße 6 · 78224 Singen · Tel +49 7731 9463-115 · [www.gohm.de](http://www.gohm.de)

Standort Böblingen · Graf-Zeppelin-Platz 1 · 71034 Böblingen · Tel +49 7031 2055-160

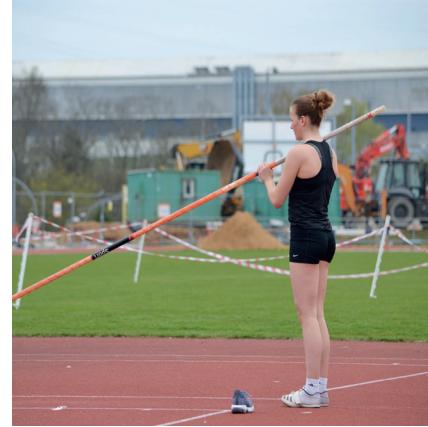
Das Trainingslager in den Osterferien 2025 fand für die LG Leinfelden-Echterdingen wie die letzten Jahre schon in Pilsen (Tschechien) statt.

Selbstverständlich waren auch alle Mitglieder des Teams FLY HIGH herzlich dazu eingeladen, an dem Trainingslager teilzunehmen.

Am Samstag, den 12.04. startete die Gruppe von Leinfelden aus, mit vollgepackten Bussen und motivierten Athleten. Für die nächsten sieben Tage war Training die größte Priorität. Egal ob ein oder zwei Trainingseinheiten am Tag, jeder wurde auf seine Weise gefordert.

Für das Team FLY HIGH boten sich optimale Trainingsbedingungen. Ein Stadion mit zwei Stabhochsprunganlagen, sowie eine Halle mit Laufschlauch und einer weiteren Stabmatte. Der teilweise starke Wind und das bisschen Regen konnte das Team nicht davon abhalten im Techniktraining neue Höhen zu erreichen. Jeder einzelne aus dem Team konnte im Trainingslager Fortschritte machen und seinen Sprung verbessern. Doch neben den vielen Techniktrainingseinheiten gingen die andere Disziplinen nicht unter. Egal ob Hürden, Weitsprung, Sprint oder Staffel, alle Disziplinen wurden trainiert.

Neben dem Training gab es ein Freizeit- und Abendprogramm. Egal ob Quiznight, aufregende UNO-Spiele, Stadt-Land-Fluss oder einem Tauschspiel in Pilsen, alle hatten großen Spaß. Ein freier Tag mit gemeinsamer Gruppenchallenge und ein großes Spikeball-Turnier komplettierten die Woche voller Anstrengung, Training und jeder Menge Spaß.







IHR AUTOHAUS FÜR EXKLUSIVE SPORTWAGEN, NEU- & GEBRAUCHTFahrzeuge!

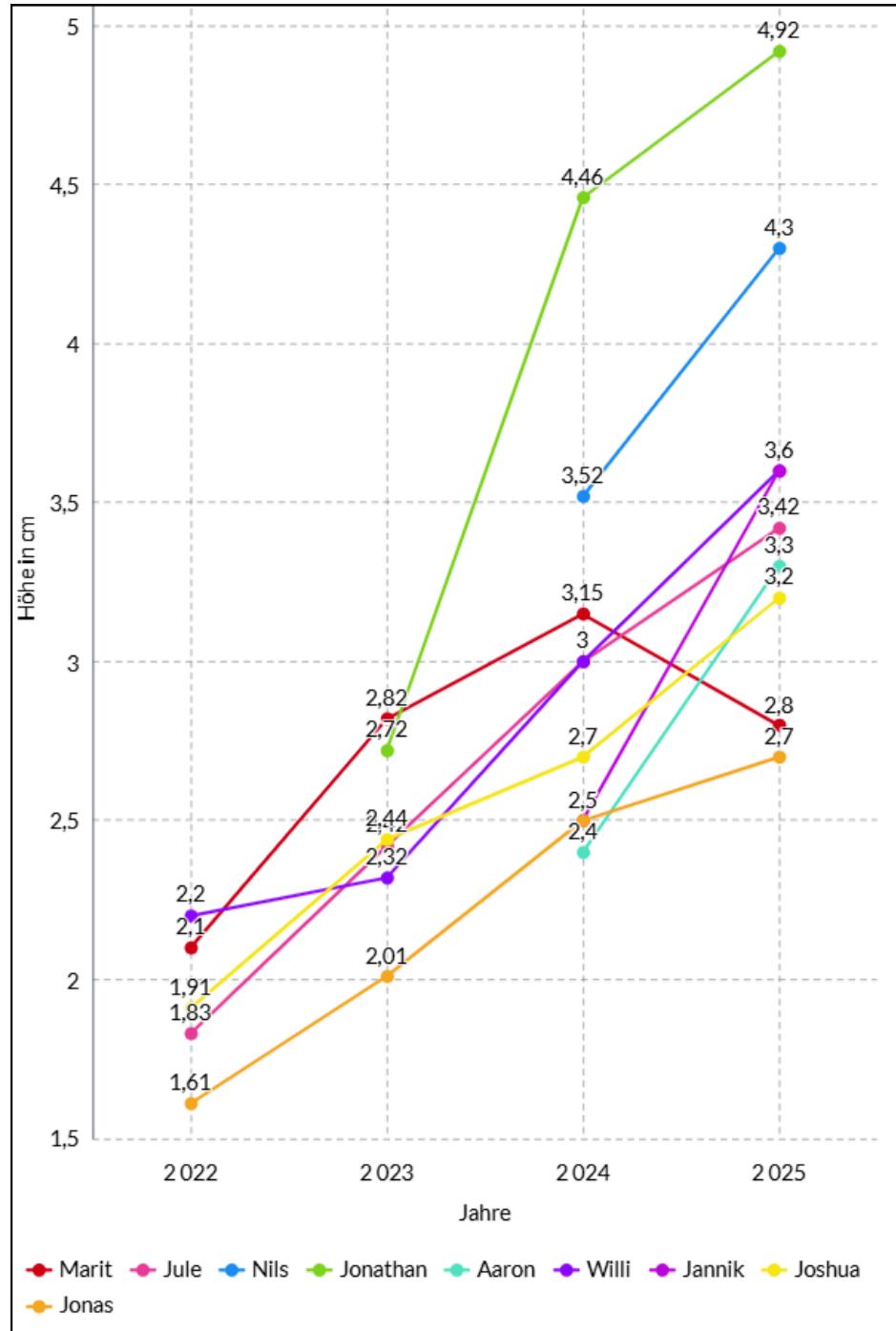
AUTO AREAL Region Stuttgart

Tübinger-Straße 55 | 72108 Rottenburg a.N.

Telefon: +49 7472 70 91 299

[www.auto-areal.de](http://www.auto-areal.de)

**AUTO AREAL**  
REGION STUTTGART



# VERBESSERUNGEN DER ATHLETEN ÜBER DIE JAHRE



Jonas  
PB: 2,80m



Joshua  
PB: 3,20m



Marit  
PB: 3,15m



Aaron  
PB: 3,30m



Jannik  
PB: 3,60m



Jule  
PB: 3,42m



Willi  
PB: 3,60m



Nils  
PB: 4,30m



Jonathan  
PB: 4,92m



# TAVERNA ATHOS



## GRIECHISCHE ESSKULTUR IN DEINER REGION

Genieße in der Taverna Athos die wahre Bedeutung von Speisen in Gesellschaft – wo Essen nicht nur den Hunger stillt, sondern Herzen verbindet. Tauche ein in die griechische Gastfreundschaft und erlebe unvergessliche Momente des Genusses und der Gemeinschaft.

Sie sind auf der Suche nach einer passenden Location für eine Firmung, Kommunion, Taufe, Hochzeit, Weihnachtsfeier oder Firmenfeier? Lassen Sie uns gemeinsam Ihr Event planen und unvergesslich machen!



TAVERNA.ATHOS  
[WWW.TAVERNAATHOS.DE](http://WWW.TAVERNAATHOS.DE)



GRÄBLESWIESENWEG 50  
70771 LEINFELDEN-ECHTERDINGEN

WIR SIND IHR SPEZIALIST RUND UM DIE IMMOBILIE



Mit unseren Verkaufsbüros in den Regionen Böblingen, Sindelfingen, Stuttgart, Calw und Baden-Baden stehen wir Ihnen sehr gerne mit Rat und Tat zur Verfügung.

### Unsere Kernkompetenzen sind

- Immobilienverkauf
- Immobilienvermietung
- Immobilienbewertung
- Zertifizierte Immobiliengutachter (DIAZert)
- Projektentwicklung

Verschaffen Sie sich in einem persönlichen Gespräch einen ersten Eindruck. Rufen Sie uns an.



**UNSER TEAM – persönlich, motiviert und mit ganzem Herzen bei der Arbeit**

### HAUPTNIEDERLASSUNG BÖBLINGEN-FLUGFELD

Wilhelmine-Reichard-Weg 8  
71034 Böblingen

Tel: 07031/2053332  
E-Mail: [info@schneider-real-estate.de](mailto:info@schneider-real-estate.de)

[www.schneider-real-estate.de](http://www.schneider-real-estate.de)



**UTE (Mama von Vince)**

Stabhochsprung ist kein Sport, den man mal eben lernt. Am Anfang wirkt alles wackelig, technisch kompliziert – und oftmals auch frustrierend. Als Vince mit dem Schnuppertraining anfing, war für uns bald klar: Hier zählt nicht, wie schnell man etwas kann, sondern ob man bereit ist, dranzubleiben.

Durch die Trainerinnen und das Team gibt es immer Unterstützung – und „Ich kann das noch nicht“ heißt: Ich bin auf dem Weg. Und genau dieser Weg zählt.

Diese Gemeinschaft ist es, die uns als Eltern besonders gut gefällt – und die Vince motiviert. Athletinnen und Athleten unterschiedlichsten Alters und Leistungsniveaus trainieren gemeinsam, Ältere übernehmen Verantwortung für Jüngere, feuern sich an und sind für einander da, wenn es mal nicht läuft. Es geht im Team nicht um Vergleiche, sondern um Fortschritt. Um Entwicklung, jeder in seinem eigenen Tempo.

Entscheidend ist für uns, dass er Freude am Training hat, sich stetig weiterentwi-

ckelt und sich in der Gemeinschaft wohl fühlt. Und genau deshalb unterstützen wir ihn und das Team – bisher mit Kuchen backen, Anlage aufbauen und Latte auflegen. Mal sehen, an welchen Aufgaben wir noch wachsen werden.

**ULRIKE (Mama von Jannik)**

Seit mein Sohn Teil des Stabhochsprung -Teams ist, sehe ich nicht nur sportliche Fortschritte, sondern auch eine tolle persönliche Entwicklung. Er springt mit Leidenschaft und Ehrgeiz.

Die regelmäßigen Trainings fördern nicht nur Ausdauer und Technik, sondern auch Teamgeist, Disziplin und Selbstvertrauen.

Auch Freundschaften wurden geschlossen.

Das Team unterstützt sich bei Wettkämpfen und man kann förmlich sehen, wie die Mädchen und Jungs über sich hinaus wachsen.

Es wird angefeuert, gelacht, manchmal auch gelitten und das immer gemeinsam.

Was mich dazu begeistert, ist die entspannte und freundschaftliche Atmosphäre zwischen den Eltern.

Das spiegelt sich auch in den Kindern wieder.

Anjuli und die anderen Trainer leisten wirklich eine hervorragende Arbeit.

Auch das alljährlich Trainingscamp ist immer wieder ein Highlight.

Ich freue mich auf das was noch alles kommt und das mein Sohn Teil dieses tollen Teams ist.

**DANKE!!**

Im Zuge dieses Magazins möchten wir uns ganz herzlich bei den ganzen Eltern, Helfern, Kampfrichtern und helfenden Händen im Hintergrund bedanken. Ohne euch wäre so einiges nicht möglich. Die Vorbereitungen und das Aufbauen für Heimwettkämpfe, die Organisation für Fahrgemeinschaften, die Kuchenspenden oder das Suchen und Ansprechen für Sponsoren. All das kostet Zeit. Zeit, die ihr in das Team steckt, damit alles funktioniert. Ein riesen Dank an unsere

Kampfrichter. Einige Elternteile aus dem Team haben extra eine Kampfrichter-Ausbildung gemacht, damit wir nicht immer auf auswärtige Kampfrichter angewiesen sind. Aber natürlich auch an die Latten-Aufleger. Wie man bei vielen Wettkämpfen sehen kann, ist das nichts für Anfänger. Die Latte auf zwei Auflegern auf 5m zu legen erfordert ein gewisses Können. Bei unseren Wettkämpfen läuft das eigentlich immer reibungslos. Ein Riesen Dank an ALLE!!

Im Namen der Athleten Danke an alle Eltern, danke für die Fahrdienste die ihr leistet, die Stabtransporte, die Auffmunterungen nach nicht optimal verlaufenen Wettkämpfen, die Freude für Bestleistungen und einfach, dass ihr die Möglichkeit schafft, dass eure Kinder Teil dieses Teams sein dürfen.

Doch der größte Dank geht natürlich an Anjuli. Die Trainerin des Teams. In diesem Team steckt ihr volles Herzblut, Stabhochsprung ist ihre Leidenschaft.

- Drehen
- Fräsen
- Prototypenbau
- Sonderbauten
- Schlosserarbeiten
- Edelstahlverarbeitung
- Geländer & Treppen
- Vordächer
- Sectionaltore
- Reparaturen aller Art
- + Wartung, Instandsetzung

**METALLBAU BAUER**  
+  
**FEINMECHANIK** GmbH



Harald & Alexander Bauer  
Carl-Zeiss-Str. 2  
71093 Weil im Schönbuch  
07157-6693868  
info@bauermetall.de  
**www.bauermetall.de**

Viele wissen wie schwer es ist, das Hobby zum Beruf zu machen, doch Anjuli zeigt, wie gut das funktionieren kann. Egal ob Trainingspläne, Trainingsgeinteilungen, Wettkämpfe oder, oder, oder. All das organisiert Anjuli. In den ganzen Planungen steckt so viel Zeit und Energie. Eben alles fürs Team.

**DANKE Anjuli, für deine Arbeit, deine Leidenschaft und deine Begeisterung am Stabhochsprung, die du allen Athleten weitergegeben hast. Du machst das alles ganz wunderbar!**



**Emma sagt Good bye**

Vielleicht haben es einige schon bemerkt: Im kommenden Jahr werde ich (Emma) nicht mehr als Trainerin Teil des Teams sein. Mein FSJ ist zu Ende, und für mein Studium ziehe ich in eine andere Stadt. Zum Abschied möchte ich noch ein paar Worte an euch richten – über meinen Weg und über das, was mir in dieser Zeit besonders wichtig war.

Ich war selbst einige Jahre als Athletin dabei. Ich weiß, wie es sich anfühlt, im Anlauf zu stehen, mit dem Stab neue Höhen zu überspringen, sich über persönliche Bestleistungen zu freuen – und sich manchmal auch über Wettkämpfe zu ärgern. Als ich aufgehört habe zu springen und stattdessen als Trainerin ins Team zurückgekehrt bin, hat sich meine Perspektive verändert. Der Rollenwechsel mag nach außen nicht groß erscheinen, aber für mich war er es.

Als Trainerin trägt man viel Verantwortung. Innerhalb kurzer Zeit für einen Sprung, der nur wenige Sekunden geht, Entscheidungen zu treffen – etwa ob ein Stab gewechselt, der Anlauf angepasst oder die Griffhöhe verändert werden soll – ist fordernd. Zu Beginn war ich unsicher, doch mit der Zeit wuchs mein Selbstvertrauen. Einen großen Anteil daran hatte Anjuli. Du hast mir viel Verantwortung übertragen, mir gezeigt, dass du mir vertraust, und mich ermutigt, selbst Entscheidungen zu treffen. Du hast mir Raum gegeben, mich auszuprobieren, und warst dennoch immer da, wenn ich Unterstützung gebraucht habe. Danke dir von Herzen für dieses Vertrauen – es hat mir sehr geholfen, mich weiterzuentwickeln, fachlich, aber auch persönlich.

In meiner Zeit als Trainerin war es mir besonders wichtig, jeden Athleten und Athletin individuell zu begleiten. Jeder Mensch bringt eigene Stärken, Routinen und Bedürfnisse mit. Das zu erkennen und darauf einzugehen, war für mich ein zentraler Bestandteil meiner Vorstellung meiner Arbeit – auch wenn es

nicht immer perfekt funktioniert hat. Aber gerade dann war das Team da: Ihr Athlet\*innen, Anjuli, die Eltern – dieser Zusammenhalt ist etwas ganz Besonderes. So einen Rückhalt und so viel Teamgeist habe ich in einer Einzelsportart selten erlebt. Ich hoffe sehr, dass ihr euch das bewahrt – denn genau das macht euch aus.

### **Liebes Team,**

*ich werde euch alle sehr vermissen. Ich habe euch unglaublich gerne, bei Wettkämpfen betreut, mir Gedanken über euer Training gemacht und bin sehr dankbar euch auf eurem ganz persönlichen Weg begleitet haben zu dürfen. Es war mir eine große Freude, eure Entwicklungen mitzuerleben – nicht nur sportlich, sondern auch menschlich. Jede und jeder von euch ist auf eigene Weise besonders, und ich bin dankbar, euch kennengelernt zu haben.*

*Für euren weiteren Weg wünsche ich euch nur das Beste – im Sport und darüber hinaus. Bleibt ehrgeizig, trainiert fleißig, glaubt an euch. Dann wird sich eure harte Arbeit auszahlen. Ich wünsche euch viele hohe Sprünge, zahlreiche Meisterschaften und Medaillen – und vor allem ganz viel Freude an dieser außergewöhnlichen und wunderbaren Sportart.*

*Natürlich werde ich eure Ergebnisse auch aus der Ferne mitverfolgen und weiterhin fest die Daumen drücken!*

**Ganz liebe Grüße, Emma**

## So kannst DU mit Stabhochsprung anfangen

Falls dich das Magazin überzeugt hat, oder du anders auf unser Team aufmerksam geworden bist und Interesse am Stabhochsprung hast, kannst du dich einfach bei Anjuli Knäsche (aknaesche@lg-le.de) melden.

Das Stabhochspringen bieten wir als Kurs (Zusatztraining) mit Kursgebühr an.

## Ist Stabhochsprung etwas für dich?

### Alter:

Einstiegsalter 12-15 Jahre

### Mut:

Im Stabhochsprung werden viele Bewegungen verlangt, die gegen unsere Intuition sind. Du rennst mit einer langen Stange in der Hand (dem Stab) so schnell du kannst auf eine feste Box (den Einstichkasten) zu, um dich so hoch wie möglich in die Luft zu katapultieren. Wenn du den Boden verlässt, musst du die Arme soweit du kannst nach oben von dir weg strecken. Du darfst dich nicht am Stab festklammern. Stabhochsprung ist nicht für jedermann, aber wenn du es schaffst, mutig zu sein und offen für neue, ungewohnte Bewegungen bist, hast du gute Chancen hoch zu springen.



### Sprint & Sprung:

Auch im Stabhochsprung ist das schnelle Rennen und weite Springen eine wichtige Voraussetzung für Sprünge über hohe Höhen.

### Turnen/Kraft:

Nachdem du den Boden verlassen hast, hängst du an deinen Händen und musst nun die Füße über den Kopf bringen. Dies erfordert Kraft, Orientierung im Raum und turnerische Fähigkeiten. Nur so kann dich der Stab hoch in die Luft katapultieren und du kannst das maximale Flugerlebnis genießen.

## Begleiten Sie das Team FLY HIGH von Bestleistung zu Bestleistung

Im Sport kann man nur erfolgreich sein, wenn man sich ständig verbessern und weiterentwickeln will, leistungsorientiert und zielstrebig arbeiten kann und sich für etwas von Herzen begeistert – dafür brauchen wir Sie!

Als Sponsor unseres Stabhochsprung-Teams FLY HIGH sind Sie in der Region und medial präsent, Ihr positives Firmen-Image wird verstärkt. Langfristig können sich auch Möglichkeiten ergeben, unter den Athleten wertvolle neue Mitarbeitende für Ihr Team zu gewinnen – denn wer den sportlichen Erfolg sucht, ist auch im Berufsleben ein zuverlässiger Partner.

Sie haben Interesse an einer erfolgreichen Zusammenarbeit?

Für unsere Sponsoren haben wir je nach Engagement und finanziellem Einsatz verschiedene Pakete geschnürt, die wir Ihnen sehr gerne persönlich vorstellen möchten.

Wir freuen uns über eine Kontaktaufnahme unter aknaesche@lg-le.de

Natürlich sind Einzelspenden auch sehr willkommen.



Unser Förderverein „Verein zur Förderung des Stabhochspringens in der Region Stuttgart e.V.“

Spenden an:

IBAN: DE90 6115 0020 0104 8262 21

KSK Esslingen-Nürtingen

Oder per PayPal über folgenden QR-Code:



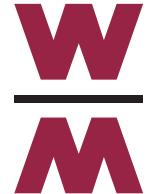
Für eine Spendenbescheinigung wenden Sie sich bitte an [shummel@lg-le.de](mailto:shummel@lg-le.de)

Dankeschön an alle unsere Anzeigenkunden, die dieses Magazin ermöglicht haben.

## Impressum

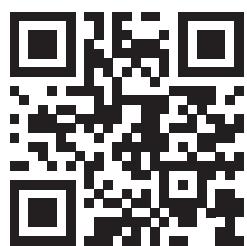
Verein zur Förderung des Stabhochspringens in der Region Stuttgart e.V.  
Stubenberghöfe 1  
71263 Weil der Stadt  
v.i.S.d.P. Sandra Hummel

Druck: [wir-machen-druck](#)



WOLFF & MÜLLER

# BAUEN FÜR GENERATIONEN. MIT QUALITÄT, DIE BLEIBT.



Als Familienunternehmen plant und baut WOLFF & MÜLLER schon immer mit dem Blick für kommende Generationen.

Als innovativer Baudienstleister decken wir alle Phasen im Lebenszyklus eines Bauwerks ab. Unter dem Dach einer ganzheitlich denkenden Unternehmensfamilie arbeiten Spezialisten aus den verschiedenen Bereichen Hand in Hand, um anspruchsvolle Projekte schneller, wirtschaftlicher und nachhaltiger umzusetzen. Profitieren auch Sie von über 85 Jahren Bauerfahrung und innovativen Methoden für eine nachhaltig wirtschaftliche Planung, einen effizienten Bauprozess und bleibende Qualität.

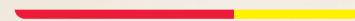
**WOLFF & MÜLLER Holding GmbH & Co. KG**

Schwieberdinger Straße 107 | 70435 Stuttgart | Telefon 0711 8204-0 | [info@wolff-mueller.de](mailto:info@wolff-mueller.de)

Mehr erfahren unter [wolff-mueller.de](http://wolff-mueller.de)

WOLFF & MÜLLER – Bauen mit Begeisterung

LEKI



<<<<<<<< NADINE WALLNER

THE SKY IS THE LIMIT

>>>>>>> FX. ONE Carbon SKYSOLO



LEKI.COM