Rhein-Zeitung
und ihre Heimatausgaben

Rhein-Zeitung Kreis Altenkirchen
Mittwoch, 02. September 2020
Seite 13

Mittwoch, 02. September 2020, Rhein-Zeitung Kreis Altenkirchen, Seite 13

Friedhelm Adorf kehrt mit schnellen Zeiten zurück

Friedhelm Adorf lief in Siegburg die deutsche Jahresbestleistung über 200 Meter in der Altersklasse M 75 auf. Foto: René Weiss

Leichtathletik: Bereits drei Normen erfüllt

Altenkirchen. Nach knapp halbjähriger Wettkampfpause kehrte der international erfolgreiche Senioren-Leichtathlet Friedhelm Adorf bei drei Sportfesten auf die Bahn zurück und knackte auf Anhieb drei Normen für die deutsche Meisterschaft im kommenden Jahr. Adorf schaffte beim ersten von zwei Meetings in Siegburg die Qualifikation über 100 Meter (14,64 Sekunden), die er in Neuwied bestätigte (14,94). Ebenfalls im Rhein-Wied-Stadion absolvierte der M 75-Athlet aus Altenkirchen die 400 Meter in 1:18,15 Minute, was ebenfalls das Ticket für die nationalen Titelkämpfe 2021 bedeutete. Adorfs 200-Meter-Sprint in Siegburg setzte seinen bisherigen Leistungen nach der Corona-Pause, während der unter anderem die Europa- und die Weltmeisterschaft ausfielen, die Krone auf. 30,83 Sekunden bedeuten die deutsche Jahresbestleistung in der 75er-Altersklasse.

„Das war ein sensationeller Lauf. Ich spüre, dass es von Wettkampf zu Wettkampf besser bei mir funktioniert. In den nächsten Tagen und Wochen habe ich mir für die Wettkämpfe in Hachenburg und Köln vorgenommen, meine Zeiten über 100 und 400 Meter zu verbessern. Über beide Distanzen geht noch deutlich mehr“, sagt der Westerwälder, der das Trikot der LG Rhein-Wied trägt. rwe

© Die inhaltlichen Rechte bleiben dem Verlag vorbehalten. Nutzung der journalistischen Inhalte ist ausschließlich zu eigenen, nichtkommerziellen Zwecken erlaubt.