



Starterliste CT 2022/23 für das 4. Werfen (Gummikugel) in Spohle am 19.02.2023

Frauenwettbewerb: Dringenburger Str. 277a Richtung Bekhausen

Männerwettbewerb: Dringenburger Str. 277 + 50 m- Richtung Spohle

Zufahrt und Parkmöglichkeit: Consensweg – Parken auf der rechten Seite und beim Abwurf!!

Die Siegerehrung findet in der Dringenburger Bekhauser Str. 2 statt.

Frauen:

12:15	Neele Habben	Noord Norden	Zarah-Marie Martens	Petersfeld	Alena Janßen	Rosenberg
	Janina Thomßen	Roggenmoor-Klauhörn	Lea Sophie Oetjen	Zetel-Osterende	Mayra Petersen	Schirumer-Legmoor
12:30	Vanessa Pieper	Spohle	Fentje Rabenstein	Ostermoordorf	Lilli Röben	Schweinebrück
	Karina Kasper	Uplengen Hollen	Bianca Töbermann	Rogenmoor-Klauhörn	Conny Wolf	Collrunge BW
	Sonja Laube	Neuharlingersiel	Leonie Fleßner	Ihlowerfehn	Kerstin Cornelius	Leerhafe
13:00	Maike Meyer	Theener	Astrid Müller	Schweinebrück	Ann-Christin Peters	Ardorf
	Chantal Bohlen	Schweinebrück	Imke Hiljegerdes	Halsbek	Martina Goldenstein	Moordorf
	Jana Schonvogel	Schweinebrück	Imke Mülder	Schirumer-Leegmoor		
13:30	Mareile Folkens	Abbehausen	Femke Wilberts	Noord Norden		
	Sonja Fröhling	Collrunge BW	Julia Heiken	Schirumer-Leegmoor	Kyra Gröne	Halsbek
	Lisa Ubben	Stedesdorf	Anke Klöpfer	Südarle	Brigtte Sanders	Reitland
abgesagt	Hannah Janßen	Blomberg	Feenja Boklken	Halsbek	Fieke Müller	Reepsholt
	Nane Stoffers	Waddens			Mareike Runge	Schweinebrück



Männer:

12:00	Hilko Eilers	Leerhafe	Hendrik Rüdebusch	Vielstedt-Hude	Arne Frerichs	Abbehäusen
	Steffen Mellies	Theener	Hilko Krey	Eversmeer	Steffen Andreßen	Burhufe
	Michael Mülder	Schirumer- Leegmoor	Jan Gerd Heibült	Hollwege	Aaron Heinen	Spohe
	Brian Wessels	Torsholt	Sönke Heinemann	Moorriem	Fabian Sommer	Torsholt
12:30	Marlon Niendieker	Diertrichsfeld	Hilko Rosenberg	Ufgang-Schott	Tim Cordes	Haarenstroth
	Denis Wache	Schweewarden	Marian Jahnke	Westeraccum	Günter Klöver	Akelsbarg
	Nils Andreesen	Ardorf	Leo Deppe	Altjührden- Obenstrohe	Kevin Carls	Upschört
13:00	Hendrik Schoolmann	Willmsfeld	Simon Quathammer	Breddehorn	Ralf Klingenberg	Rahe
	Kai Stoffers	Waddens	Eike Henning Peters	Ardorf	Stefan Siebolts	Burhufe
	Hauke Gerdes	Willmsfeld	Bernd-Georg Bohlken	Grabstede	Manuel Runge	Kreuzmoor-Bekhausen
13:30	Sören Goldenstein	Stedesdorf	Jan-Ole Emken	Dietrichsfeld	Tobias Djuren	Westeraccum
	Harm Weinstock	Rahe	Andre Erdwiens	Dietrichsfeld	Andreas Fitze	Wiesede
	Sven Frerichs	Ruttel	Matthias Gerken	Kreuzmoor- Bekhausen	Fabian Schiffmann	Südarle
	Ralf Look	Großheide	Malte Gronewold	Theener		
abgesagt						
	Hauke Roolfs	Südarle		Disqualifiziert	Tilo Siemen	Spohe
	Jannik Goosmann	Klein Remels				



Liebe CT Teilnehmer!

Vor dem 4. Werfen bieten wir euch ein Aufwärmtraining unter Leitung von Gerd Hollje an. Gerd wird euch einiges erzählen zum richtigen Aufwärmprogramm, aber auch zu Trainingsmethoden (wie bereite ich mich auf eine EURO vor/ wie kann ich meine Leistung steigern...).

Die Veranstaltung findet im **DGH Bekhausen, I Dringenburger Str. 1, 26180 Rastede-Bekhausen** statt. Danach fahrt ihr dann direkt zur Strecke ca. 3 Km.

Bitte ab 2. Gruppe über Spohler Str. – Achterdörper Weg – Consensweg fahren.

11: 00 Uhr = 1. Gruppe = Startzeiten 12:00/12:15

11:40 Uhr = 2. Gruppe = Startzeiten 12:30 Uhr

12:10 Uhr = 3. Gruppe = Startzeiten 13:00 Uhr

12;50 Uhr = 4. Gruppe = Startzeiten 13:30 Uhr.



Wer nicht an dieser Veranstaltung mit Gerd teilnehmen möchte, fährt direkt zur Strecke über Spohler Str. – Achterdörper Weg – Consensweg. Entlang dieser schmalen Str. bitte rechtsseitig parken oder beim Abwurf. Am Ende der Straße befinden sich die Abwürfe.

(Frauen ab Haus Nr. 277a in Richtung Bekhausen. Männer = Abwurf 50 Meter weiter in Richtung Spohle.)

Wichtiger Hinweis für die Frauen-Strecke!

- bei Haus Nr. 210 aufpassen, dort stehen häufig Autos!
- ab Mitteldörper Weg **darf** nicht mehr auf die Brücke geworfen werden, da es sich um eine Autobahnbrücke handelt!

Falls dort im Wettkampf noch jemand einen Wurf machen darf, wird das Wurfgerät vor dem Mitteldörper Weg zurückgelegt!