

Nicolas Kersten kehrt zurück zum FC Zella-Mehlis

Fußball, Kreisoberliga Nach anderthalb Jahren bei Geratal wird Nicolas Kersten wieder für Zella-Mehlis auflaufen.

Von Karsten Tischer

ZELLA-MEHLIS/GERALB. Der FC Zella-Mehlis hat seinen besten Linksspieler der vergangenen Jahre wieder in den eigenen Reihen: Mittelfeldspieler Nicolas Kersten wird ab dem Liganeustart Ende Februar erneut im Kader der Kreisoberliga-Fußballer stehen. Bis zum Sommer 2024 hatte der Enkel vom einstigen Motor-Suhl-Spieler Paul Kersten bereits am Ruppberg gespielt.

Anschließend probierte es Kersten zwei Ligen höher bei Thüringenligist Spielvereinigung Geratal. Hier avancierte er in seiner ersten Saison schnell zum Stammspieler, erzielte in 28 Einsätzen drei Tore. Das änderte sich in der aktuellen Spielzeit. Bislang kam Kersten erst sechsmal zum Einsatz, letztmals Anfang Oktober. Wie Rick Brandl, Cheftrainer des FC Zella-Mehlis, auf Nachfrage mitteilte, trainiere der 24-Jährige bereits seit Oktober wieder in Zella-Mehlis. „Ab der Rückrunde kickt er wieder zu Hause“, bestätigte Brandl. Das erste offizielle Testspiel der Zella-Mehlis ist für den 1. Februar bei Eintracht Hildburghausen angesetzt. Am 28. Februar beginnt der Liga-Alltag des Tabellenfünften mit dem Nachhol-Heimspiel gegen Schlusslicht Oepfershausen.



Zurück im vertrauten Outfit: Nicolas Kersten im Juni 2024 bei seiner Verabschiedung in Zella-Mehlis.
Foto: Gerhard König

In der Rhön wird die Halle gerockt

KALTENNORDHEIM. Der RSV Fortuna Kaltennordheim veranstaltet Ende Januar in der Sporthalle am Schwimmbadweg eine Reihe von Hallenfußball-Turnieren für den Nachwuchs. Auch einen Wettbewerb für Frauenteams wird es geben.

Los geht es am Freitag, 23. Januar, wenn ab 18 Uhr die B-Junioren aufs Parkett treten. Am Samstag, 24. Januar, bestreiten die Bambini ab 10 Uhr ein Funino-Turnier. Am darauffolgenden Wochenende findet das Turnier der Frauen statt. Am Freitag, den 30. Januar um 18.30 Uhr wird die erste Partie angepfiffen. Es folgen am Samstag (31. Januar) um 10 Uhr der Wettbewerb der F-Junioren und ab 14 Uhr das Turnier der E-Jugend. Am Sonntag (1. Februar) schließen die D-Juniorinnen (ab 10 Uhr) und die C-Juniorinnen (ab 14 Uhr) den Fortuna-Turnierreigen ab. *ilg*

Ein Turnier der besonderen Art

KALTENNORDHEIM. Am Sonntag, dem 25. Januar, erfolgt die vierte Auflage des „Turniers der besonderen Art“ in Kaltennordheim. Es geht um Volleyball, und es kann jeder mitmachen, der Lust hat – denn bei diesem Turnier melden sich keine Teams an, sondern nur Spieler. Vor Ort werden dann die Mannschaften ausgelost. Los geht es um 9.30 Uhr in der Sporthalle am Schwimmbadweg in Kaltennordheim. Die Startgebühr beträgt zwei Euro pro Person. Anmeldungen können über den WhatsApp-Kanal „Neujahrs-Fun-Turnier KaNo 2026“ erfolgen.

iS Kennen Sie schon unsere Newsletter? Damit Ihnen künftig keines unserer interessanten Themen mehr entgeht, nehmen wir Ihnen diese Arbeit ab und bündeln das Wichtigste in unseren Newslettern. Anmelden können Sie sich jederzeit unter www.insuedthueringen.de/newsletter

Jetzt bringt Lea dem Nachwuchs alles bei

Gerättturnen Lea Krauß beginnt früh mit dem Turnen, feiert mit dem TSV Meiningen in Thüringen und darüber hinaus viele Erfolge. Jetzt will sie dem TSV-Nachwuchs helfen, vielleicht irgendwann in ihre Fußstapfen zu treten.

Von Ralf Ilgen

MEININGEN. Besser kann es für einen Sportverein wohl nicht laufen. Sportler werden unter den Fittichen erfahrener Trainer groß und feiern viele Erfolge. Später bleiben sie dem Verein erhalten oder kehren irgendwann zurück, um selbst als Trainer oder Trainerin der nächsten Generation Sportler des Vereins die nötige Hilfestellung zu geben, um ebenfalls erfolgreich zu sein. Beim TSV Meiningen ist Lea Krauß ein Beispiel dafür, die kürzlich ihre Trainer-C-Lizenz erwarb und künftig eben ihre Erfahrungen an die kleinen Meiningen Turn-Talente weitergeben möchte. Wer ist diese interessante junge Frau?

Schwerer Start ins Leben

Lea Krauß begann im Alter von vier Jahren mit dem Turnen. „Ich habe als Kleinkind bis zu meinem vierten Lebensjahr Therapien bekommen, weil ich ein Frühchen war. Als diese Therapien zu Ende waren, meinte meine Kinderärztin, dass ich unbedingt aktiv bleiben sollte. Sie meinte auch, dass das Turnen dafür geeignet wäre. Dann kam eins zum anderen: Eine Arbeitskollegin meiner Mama, die Trainerin in Suhl ist, meinte, ich könnte dort anfangen. Eine andere Kollegin erzählte dann vom TSV Meiningen. Also sind wir einfach mal ins Schnuppertraining gegangen. Und so habe ich mit vier Jahren mit dem Turnen angefangen“, berichtet die heute 22-jährige. „Ich habe gleichzeitig mit dem Turnen auch

„Es war für mich naheliegend, mein Können weiterzugeben und den Nachwuchs zu begleiten“
Lea Krauß, Turnerin und Neu-Trainerin

ein Einzelsport, aber ohne Mannschaft geht vieles nicht. Gerade der gegenseitige Support im Training oder bei Wettkämpfen ist sehr wichtig. Wir haben viel Zeit zusammen verbracht, im Training und privat“, erzählt die 22-Jährige. „In meiner Zeit in Würzburg, wo ich in der Unimannschaft geturnt habe, habe ich gemerkt, wie besonders unsere TSV-Truppe war. Dort kannte sich am Anfang keiner. Das war ein krasser Unterschied.“ Zu Leas Erfolgen zählten mehrere Thüringer Meisterschaften. „Zu meinen größten Erfolgen zähle ich aber auch die Teilnahme am Deutschland-Cup, zweimal am Bundespokal und an verschiedenen Ländervergleichswettkämpfen. Dafür muss man ja erst mal in den Thüringer Kader kommen. Im Team war unser dritter Platz in der 1. Landesliga definitiv ein Highlight. Die Teilnahme an der Deutschen Hochschulmeisterschaft zählt für mich auch als Erfolg“, zählt sie auf.

Durch eine Verletzung ausgebremst

Aber die sportliche Laufbahn von Lea Krauß verlief nicht ohne Rückschläge. Im Juni 2023 bremste sie eine schwere Knieverletzung aus. „Bei den Thüringer Landesmeisterschaften ist mir beim Stufenbarrenabgang bei der Landung das Kreuzband gerissen. Danach stand eine Operation an, gefolgt von einem intensiven Rehaprogramm. Danach war ich schon ab und zu wieder in der Turnhalle im Training, aber nicht an den Geräten. Es war eher ein Krafttraining für mich selbst“, berichtet sie. „Im Juni 2024 hatte ich dann die Abschlussuntersuchung. Da habe ich endlich vom Arzt das „Go“ bekommen, dass ich wieder alles machen darf. Ab da ging

das normale Training wieder los.“ Nach dieser langen Pause stieg sie wieder voll ins Training ein und kehrte zurück in die Landesliga-Mannschaft des TSV. „Ich habe mich einfach riesig gefreut, wieder Wettkämpfe turnen zu können und meine Mannschaft zu unterstützen. Nach so einer Verletzung weiß man das alles noch mal ganz anders zu schätzen“, gibt sie zu. Und diese Wettkampf-Rückkehr verlief auch noch sehr erfolgreich, turnen die Meiningeninnen doch kommende Saison wieder in der 1. Landesliga.

Als Trainerin etwas zurückgeben

Lea Krauß, die Grundschullehrerin in Würzburg studiert und gerade das letzte Semester absolviert („Im Februar schreibe ich mein



Bild mit Schmerzen: Lea Krauß (vorn) nahm sich auch nach dem Wettkampf, bei dem sie sich das Kreuzband riss, die Zeit für ein Teamfoto mit Emelie Mühlhans und Klara Greiner (hinten).
Foto: Privat

erstes Staatsexamen.“ hat quasi „nebenbei“ einen Trainer-C-Lizenz-Lehrgang belegt und die Prüfung kürzlich erfolgreich abgelegt. Warum Trainerin? „Ich arbeite sehr gern mit Kindern. Das zeigt ja auch meine berufliche Richtung. Im Training habe ich gemerkt, wie sehr die jüngeren Mädchen zu mir aufschauen, wie viele Fragen sie stellen und wie sehr sie sich an dem orientieren, was ich vormache. Es war für mich naheliegend, mein Können weiterzugeben und den Nachwuchs zu begleiten“, beschreibt sie ihre Beweggründe. „Gleichzeitig hat mich aber auch interessiert, wie Training eigentlich professionell aufgebaut sein kann. Welche Methoden es gibt, wie man sinnvoll plant, strukturiert und unterschiedliche Leistungs niveaus berücksichtigt. Der Trainerlehrgang war für mich eine Möglichkeit, genau das zu lernen und auch für mein eigenes Training mitzunehmen. Die Ausbilder zeigen ja sehr deutlich, wie Training idealerweise gestaltet sein sollte und das hat mir viele neue Perspektiven eröffnet.“

Aber ihr sei dabei auch bewusst geworden, dass optimale Trainingsbedingungen in Meiningen oft gar nicht umsetzen seien. Es fehle manchmal an Zeit, an Platz, an spontanen Möglichkeiten oder daran, einzelne Elemente intensiver zu üben, weil jedes Training inklusive Auf- und Abbau der Geräte schon unnötig viel Zeit einnehme. „Trotzdem macht mir die Arbeit mit den Kindern unglaublich viel Spaß und gerade deshalb war die Entscheidung, Trainerin zu werden, für mich absolut richtig“, sagt Lea Krauß. Und vielleicht schließt sich irgendwann so ein Kreis, wenn Lea Krauß einmal die Erfolge ihrer Schützlinge bejubeln kann. Ganz so wie ihre Trainerinnen einst die Erfolge von Lea Krauß gefeiert haben. Zu wünschen wäre es der jungen Frau und dem TSV Meiningen.

Erste Medaillen in der Halle eingesammelt

Leichtathletik Zum Auftakt der Hallenlandesmeisterschaften zeigen sich die Athletinnen und Athleten der Region in toller sportlicher Verfassung.

Von Thomas Dröge

ERFURT. Alle Jahre wieder gehört das Aufeinandertreffen der Thüringer Leichtathleten in der Erfurter Hartwig-Gauder-Halle zu den stimmungsvollen Höhepunkten für die Sportlerinnen und Sportlern aus dem Freistaat. Engagierte Trainer und Übungsleiter, Eltern, die mit ihren Sprösslingen feierten oder auch einfach da waren, um zu trösten, wenn es einmal nicht so lief und eine schlicht ungemein angenehme Atmosphäre bestimmten das Geschehen in der Wettkampfarena und auf den Rängen. So vergeht ein schöner Sporttag wie im Fluge.

Erstmals Athletinnen aus Tiefenort

Am ersten von drei Meisterschaftswettkampftagen wurden die Titelträger aller Altersklassen im Gehen und über 3000 m gesucht. Außerdem wurden die Meistertitel in den Altersklassen U18, U20 sowie Männer und Frauen in allen weiteren Disziplinen vergeben. Im Außenbereich der Halle gab es die Winter-Wurfmeisterschaften für die Al-



Auch Sportgrößen wie Marcel Krieghoff ließen sich Erfurt nicht entgehen. Er holte den Sieg im Laufen über 3000 m (M40). Foto: Dröge

tersklassen U16 und U20. Erstmals nach einer langen Pause gingen aus dem Sportkreis Bad Salzungen zwei Vereine an den Start. Neben dem 1. TSV Bad Salzungen war eine kleine Delegation der gerade gegründeten Leichtathletik-Abteilung der BSG Kali-

Werra Tiefenort im Gehen in Erfurt dabei. Über 2000 m Gehen freute sich in der AK W13 Sophia Efremov über einen dritten Platz. Silber nahm zudem Monika Rosenthal (W12) mit nach Hause. „Neben den tollen Platzierungen habe ich mich besonders gefreut, dass die Mädchen technisch sauber auf der Bahn unterwegs waren“, meinte Trainerin Susann Kalinowski nach den Wettkämpfen.

Gleich vier Gold- und zwei Silbermedaillen gewannen die Nachwuchsatletinnen und -athleten des 1. TSV Bad Salzungen. Zwei Thüringenmeistertitel holte sich Paul Schröder (M15) – sowohl mit seinem Sieg im Diskus (32,15 m) als auch im Hammerwerfen (52,97 m) qualifizierte er sich für die Mitteldeutschen Meisterschaften in Halle. „Die Bedingungen im eisigen Ring erforderten große Konzentration. Einmal bin ich ausgequetscht. Zum Glück ist nichts passiert“, meinte Paul nach seinem Wettkampf.

Zwei Titel für Bad Salzunger Geherinnen

Lilli Ciara Emmrich und Georgina Hübner reisen ebenfalls nach Halle. Während Lilli Ciara (W15) über 3000 Meter gewann, belegte Georgina mit neuer persönlicher Bestzeit den zweiten Platz. „So richtig zufrieden sind wir beide nicht. Es lief heute richtig schwer“, berichtete Lilli Ciara nach dem Wettkampf. Mit neuer persönlicher Bestleistung sicherte sich Kim Wolf in der W12 souverän den Titel. „Mit den Leistungen unserer Talente können wir am ersten Wettkampftag sehr zufrieden

sein. Alle haben sich für das gute Training in den vergangenen Wochen belohnt“, sagte TSV-Trainer Jörg Martin.

Zweimal Quali für DM knapp verpasst

Viel Unterstützung vom Publikum bekam Anna Amalia Riechel bei ihrem Meisterschaftsdebüt im Frauenbereich. Mit 1,73 Meter sprang sie Saisonbestleistung, verpasste aber die Norm für die Deutsche Meisterschaft in der Halle um zwei Zentimeter. Silber gab es über 400 Meter (56,67 sec). Hier fehlten 27 Hundertstel für die Quali zu den Titelkämpfen in Dortmund. „Ein bisschen ärgere ich mich schon. Da war in beiden Disziplinen heute mehr möglich“, lautete ihr Fazit nach den Wettkämpfen. Mit der 200er-Staffel der LG Ohra Energie gewann sie zu dem noch Silber.

Laura Kalinowski war nach ihrem Wechsel aus Erfurt zum LC Jena mit großen Erwartungen angereist. Bereits im Vorlauf über 60 Meter zog sie sich eine Verletzung im Hüftbereich zu. Sie beendete als Dritte und qualifizierte sich für das Finale, das sie ebenfalls auf Platz drei mit einer Zeit von 8:02 sec beendete. Ihre Starts über 200 Meter und im Weitsprung musste sie absagen.

Der erste Tag in Erfurt lässt für die Fortsetzung am Wochenende mit dem zweiten Teil die Vereine aus dem Sportkreis Bad Salzungen hoffen. Etwas schade war die Tatsache, dass aus dem Kreis Schmalkalden-Meiningen keine Aktiven dabei waren.