

Kownatka mit dem Wettkampffjahr 2012 zufrieden



Wolfgang Kownatka. Foto: privat

Klicken Sie auf das Bild, um eine Großansicht des Bildes zu erhalten.

Kownatka mit dem Wettkampffjahr 2012 zufrieden

SINZIG. Das Jahr 2012 endete für Leichtathlet Wolfgang Kownatka (M70) insgesamt erfreulich. Nach Fersenverletzung im Jahr 2011 hatte er auf Wettkämpfe über die Mittelstrecken verzichtet und sich 2012 vorwiegend auf das Speerwerfen konzentriert. Seine aktive Wettkampfteilnahme begann am 21. April mit den Wurfmeisterschaften im Sinziger Stadion. Hier erreichte er mit 26,61 Metern den 4. Platz.

Die dann folgenden Wochen nutzte er zur Verbesserung seiner Speerwurftechnik und nahm am 10. Juni an den Rheinlandmeisterschaften in Hamm/Sieg teil. Hier steigerte er seine Leistung vom April um 3,03 Meter und belegte mit 29,64 Metern den 3. Platz.

Am 8. September, anlässlich der kreisoffenen Wurfmeisterschaften in Sinzig konnte Kownatka erneut die 29-Meter-Marke übertreffen und wurde mit 29,24 Metern in der Gesamtwertung 3. und belegte in der Kreismeisterschaft den 2. Platz.

Bei seinem letzten Wettkampf am 14. September in Bad Ems warf er schließlich mit 30,98 Metern erstmals über# 30 Meter und erzielte damit nicht nur Saisonbestleistung sondern übertraf auch seine persönlich Bestleistung aus dem Jahr 2010 (29,76 Meter).

Mit diesen Leistungen, die er im Oktober und November während des Trainings noch verbessern konnte, kann Kownatka durchaus positiv motiviert in das Wettkampffjahr 2013 gehen. Der Start in der neuen Altersklasse M 75 lässt sowohl für die bevorstehenden Westdeutschen-Hallenleichtathletik-Meisterschaften als auch für Rheinlandmeisterschaften der Senioren vordere Platzierungen erwarten.

Die Leichtathletik-Freunde Sinzig sind stolz auf ihren einzig noch verbliebenen aktiven Leichtathleten im Verein und wünschen ihm ein erfolgreiches Wettkampffjahr 2013 weiterhin gute Gesundheit.