

werfer-meeting

## Mit 94 Jahren top im Diskuswurf

Von Roswitha Oschmann

**BAD HONNEF.** Der Star des Werfer-Meetings des TV Eiche war der älteste Teilnehmer. Philipp Frech wird am 6. Juli bereits sein 94. Lebensjahr vollenden. Mit 15,89 Metern im Diskuswerfen holte er sich nun den Joseph-Bellinghausen-Cup.



Siegerehrung beim Werfertag: Der fast 94-jährige Philipp Frech (Mitte) im WM-Shirt von 2011 erhielt die Siegetrophäe aus den Händen von Joseph Bellinghausen und Wally Feiden. Foto: Oschmann

Stolz nahm er den Pokal aus den Händen von Joseph Bellinghausen und Bürgermeisterin Wally Feiden im Menzenberger Stadion entgegen. Das "Geheimnis" um diese Pokalvergabe: Sämtliche Ergebnisse werden nach einem Schlüssel umgerechnet. Und so hatte der Senior des Feldes am Ende die Nase vorn. Beste Frau war Veronique Michel aus Luxemburg mit ihrem Speerwurf von 41,06 Metern; aber auch sie reichte nicht an Frech heran.

Über 60 Sportler aus ganz Nordrhein-Westfalen, aus Rheinland-Pfalz und zwei aus Luxemburg waren angereist, doppelt so viele wie 2013, als der Pokal erstmals vergeben wurde.

Und so dauerte die Siegerehrung mehr als eine halbe Stunde. Meinte Joseph Bellinghausen erfreut über den Zuspruch: "Im letzten Jahr waren wir nach zehn Minuten durch." Die wegen seiner Verdienste um den Honnefer Sport nach ihm benannte Trophäe ist ein Wanderpokal. Vorjahresgewinner Rolf Unger aus Bonn musste allerdings während des Wettbewerbs abbrechen.

Mit den Leistungen waren die Organisatoren zufrieden. Auch die Honnefer Sportler erlangten gute Ergebnisse. So kam Konrad Weigelt, U 16, im Speerwurf auf 36,75 Meter und beim Kugelstoßen auf 11,38 Meter. In dieser Altersklasse erreichte Leon Ganescu 26,32 Meter mit dem Speer. Über eine persönliche Bestleistung freute sich Tabea Dietrich, U 18, mit 28,90 Metern im Speerwurf; im Kugelstoßen schaffte sie 9,76 Meter. Bastian Dick, Altersklasse 35, erzielte 13,66 Meter beim Kugelstoßen und Dieter Dick, 60, 38,42 Meter im Diskus.

Heino Kröf, Abteilungsleiter Leichtathletik des TV Eiche: "Laufveranstaltungen gibt es inflationär. Aber für Werfer wird nicht so viel geboten, deshalb haben wir diesen Werfertag eingeführt." Für 2015 plant er auch ein Sprungmeeting. Und: Er möchte die Zusammenarbeit der Leichtathleten vereinsübergreifend fördern. Allein beim TVE hat sich die Zahl der Leichtathleten innerhalb von knapp zwei Jahren auf 180 verdoppelt. Fünf junge Sportler schafften beim Werfertag die Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft. Vielleicht war ihnen Steffi Nerius Ansporn. Die Weltmeisterin von 2009 im Speerwerfen und Trainerin bei Bayer 04 Leverkusen im Behindertensport war mit drei Schützlingen angereist. Robert Heil vom LV Bad Honnef und Vize beim Leichtathletikverband Nordrhein: "Wir möchten diesen Werfertag auch für

Trainerin bei Bayer 04 Leverkusen im Behindertensport war mit drei Schützlingen angereist. Robert Heil vom LV Bad Honnef und Vize beim Leichtathletikverband Nordrhein: "Wir möchten diesen Werfertag auch für behinderte Sportler öffnen." Für Seniorensport ist er auch attraktiv. Und vielleicht holt Philipp Frech den Pokal ja noch zweimal. Dann darf er ihn behalten.

#### **Kurz gefragt**

Mit dem letzten Wurf schaffte Philipp Frech aus Pulheim 15,89 Meter. Damit holte er sich den begehrten Pokal. Sein Rekord beim Diskuswurf liegt bei 22,64 Metern. Mit dem fast 94-Jährigen sprach Roswitha Oschmann.

*Ihre Leistung ist unglaublich. Wie lautet Ihre Devise?*

**Philipp Frech:** Es ist bequem sitzen zu bleiben, aber unbequem aufzustehen. Dies lohnt sich jedoch. Der Sport hat für mich eine große Bedeutung. Ich bin auf allen Erdteilen gestartet. Ich habe Sportfreunde aus aller Welt kennengelernt. Das hat mir immer Spaß gemacht.

*Und erfolgreich sind Sie ja noch obendrein...?*

**Frech:** Zum Beispiel habe ich bei der Weltmeisterschaft 2011 in Sacramento zweimal Gold, zwei Silber- und zwei Bronzemedailles in der Altersklasse 90 geholt. Ich habe Weltrekorde aufgestellt. Insgesamt habe ich 18 Kilo Medaillen zu Hause.

*Wann haben Sie mit der Leichtathletik begonnen?*

**Frech:** Ich war mein Leben lang sportlich. Täglich bin ich einen Kilometer geschwommen. Mit 68 Jahren habe ich die Leichtathletik wiederentdeckt. Ich hatte eine Spedition, da hatte ich natürlich nicht so viel Zeit. Mit 69 Jahren habe ich auch mit dem Zehnkampf begonnen. Nach zehn Jahren war wegen Knieproblemen damit Schluss. Mittlerweile trage ich eine Prothese und habe mich ganz aufs Werfen konzentriert. Aber ich mache natürlich Gymnastik, ich surfe gern und gehe mit den Delfinen schwimmen. Ich wohne die Hälfte des Jahres in Kapstadt. In Südafrika bin ich direkt nach dem Ende der Apartheid gestartet und bin Africa-Champion.

*Wie schaffen Sie es, trotz künstlichen Gelenks noch so fit zu sein?*

**Frech:** Ich habe die Technik etwas verändert. Die erforderliche Konzentration ist auch gut fürs Gehirn. Und: Ich übertreibe nicht. Es ist wichtig, dem Alter angemessen Sport zu treiben. Viele übernehmen sich. Ich koche auch regelmäßig, ernähre mich gut. Zu dem Themenkomplex halte ich in der Sporthochschule Köln auch Vorlesungen.

*Artikel vom 10.06.2014*