Das **TV WETZLAR RUNNING PROJEKT** hat sich zum Ziel gesetzt **heimische Lauftalente des TV Wetzlar** auf ihrem erfolgreichen Weg zu unterstützen:

Trainer: Mark SCHWESIG

Sophia Volkmer (U20):

- **GOLD** bei dem **EYOF (European Youth Olympic Festival) 2019** über 800m
- **Fahnenträgerin an der Abschlussfeier für TEAM D des DOSB**
- Platz 5 der aktuellen Weltrangliste U18 (2019) mit einer PB von 2:04.26 Minuten
- Hessischer U18-Rekord (vorher: Birgit Friedmann 1978)
- 5. Platz U18 EM Györ/UNG // 4. Platz YOG Buenos Aires /ARG 2018
- Sportlerin des Jahres 2018/2019 der STADT Wetzlar
- Mitglied im TV Wetzlar seit der U10
- **Bundeskader NK1 U20**

Tom Stöber (MU18)

- **Bundeskader NK2 1.500m 2020/2021**
- Kreisrekord M15 800m
- DM-Bestenliste Platz 5 (2:01,51)

Finn Regina (M15)

- Kreisrekord M14 8.00m
- DM-Bestenliste Platz 9 (2:09)
- **Landeskader Lauf 2020/2021**

Svea Regina (U18):

- DM-Finale U16
- **Landeskader Lauf 2020/2021**
- DM Quali 2020 3.000m (10:26) WU18

Frederik / Niklas Schwesig (Männer):

- **Deutscher Jugend-Hallen-Vizemeister 2019 über 1.500m**
- DM-Endlauf 2018 mit der 3x1.000m-Staffel des TV Wetzlar (KR:7:43.80)
- Kreisrekord 1.500m U20 (vorher: Achim Ziegler 1978) PB von 3:53.78 Minuten
- Mitglied im TV Wetzlar seit der Geburt
- **Landeskader Lauf 2020/2021**
- **Wechsel 2020/2021 Bundesstützpunkt Frankfurt (Landestrainer Benjamin Stalf)**

➢ FÖRDERUNGSPROJEKTE

➢ LAUFBAND WOODWAY 4FRONT

- **Zur wetterunabhängigen Gestaltung von Tempoläufen, DL und VL3-TEST**

➢ CET Cool SPA Eisbad

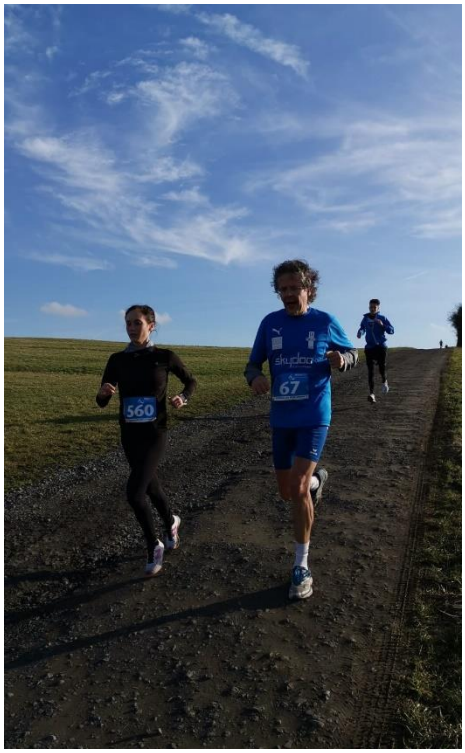
- **Zur optimalen REGENERATION und ERHOLUNG nach dem Training = 10-12 Trainingseinheiten pro Woche**

➢ TOMAHAWK IC7 Indoor BIKE

- **Zur Kombination von Lauf- und Radtraining = Koppeltraining zur gelenkschonenden Verlängerung von Ausdauereinheiten**

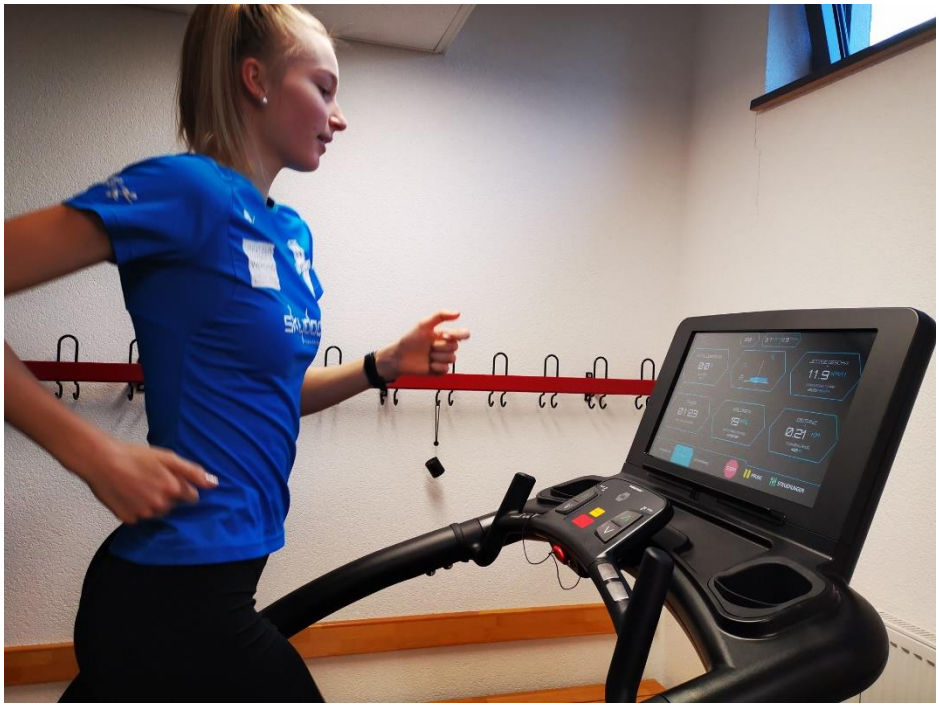
➢ Laktatmessgerät <Lactate Pro 2>

- **Zur Verbesserung der Trainingssteuerung im Ausdauertraining**



➢ LYMPHA-MAT

- **Zur optimalen REGENERATION und ERHOLUNG nach dem Training**



ZIEL …

DANKE an alle SPONSOREN

… bitte unterstützen sie weiterhin heimische Leichtathleten und Leichtathletinnen des TV WETZLAR

Kontakt:

MARK SCHWESIG – ZUM BODEN 54 – 35580 WETZLAR

06441/48246 – 0160-97543302 – mark.schwesig@t-online.de