

WETTKÄMPFE 2006

16.12.06

Ergebnisse Weihnachtsbankdrücken am 16.12.06 in meinem Studio.

Junioren bis Jahrgang 1983

Platz	Name	Körpergewicht	Leistung	Relativ
1	Niels Sander	73,1Kg	135kg	97,96
2	Mathias Tremel	92,3kg	122,5kg	77,24
3	Simon Stemmer	93,5kg	117,5kg	73,63
4	Kai Osemann	82,7kg	85kg	56,86
5	Erdal Mantarci	91,5kg	82,5kg	52,23
6	Kai Becker	87kg	60kg	38,99
7	Osman Öksüz	94,6kg	95kg leider nicht gedrückt	

Aktive

1	Patrick Kohlmann	126,3kg	197,5kg	112,32
1	Peter Jezierski	86kg	147,5kg	96,465
2	Benedikt Hohagen	84,9kg	132,5kg	87,291
3	Lars Bierbach	84kg	125kg	82,85
4	Manuel Tennie	107,5kg	135kg	80,03
5	Dominique Disse	83,7kg	110kg	73,06
6	Klaus Stebner	118kg	120kg	69,26
7	Guido Uerpmann	86kg	102,5kg	67,04
8	Michael Bietzeck	100kg	107,5kg	65,42
9	Reinhard Wittor	88,7kg	100kg	64,32
10	Utku Bayram	81,2kg	85kg	57,49

Ich bedanke mich bei allen die an meinem Weihnachtsbankdrücken teilgenommen haben. Alle Athleten die an diesem Wettkampf teilgenommen haben, sind Mitglied in meinem Studio. Viele Athleten trainieren erst seit ein paar Monaten bei mir. Patrick Kohlmann startete bei diesem Wettkampf außer Konkurrenz. Danke an alle
Gruß
Krake

15.12.06

Ich glaube die Narkose von der OP wirkt immer noch. Natürlich findet das Weihnachtsbankdrücken nicht am 15.12 sondern am Samstag den 16.12 in meinem Studio statt.

13.12.06

Leider kann ich den Termin für das Weihnachtsbankdrücken erst heute auf meine Seite stellen, aber eine Nierenoperation hatte mich leider daran gehindert. Das Weihnachtsbankdrücken in meinem Studio findet am 15.12.06 ab 15.00 Uhr statt. Es gibt natürlich wieder Glühwein und Stollen. Ich freue mich auf Euer Kommen.

05.11.06

6. Platz Johannes Lierfeld mit 170kg in der Klasse -82,5kg, 10. Platz Thomas Klee mit 217,5kg in der Klasse -110kg, 3. Platz für Anke Wendt in der Klasse -60kg mit 102,5kg. Habe nicht viel Zeit, Bericht folgt.

02.11.06

Am Samstag gehen in Rüsselsheim 2 Athleten von uns, bei der DM Bank an den Start. In der Klasse -82,5kg Johannes Lierfeld, und in der Klasse -110kg Thomas Klee. Viel Erfolg wünscht Euch Krake

01.10.06

[Ergebnisse Landesmeisterschaft Bank](#)

[Ergebnisse BZ KDK Westfalen/ Niederrhein](#)

22.09.06

[Zeitplan Wettkampf 30.09.06](#)

14.08.06

[Ausschreibung BZ KDK am 30.09.06 oder 01.10.06](#)

11.06.06

In der Regionalliga belegte der KSV mit dem neuen Mannschaftsrekord von 529,43 Punkte den 1. Platz.

Name	Vorname	Gewicht	Leistung	Punkte	
Flaminio	Daniel	112,2	235kg	137,475	
Schoele	Frank	99,0	220kg	134,442	
Arens	Stefan	113,8	210kg	122,367	
Kohlmann	Patrick	121,6	225kg	128,970	Bestleistung
Hennig	Werner	108,5	217,5kg	128,543	Bestleistung

Tabelle

1	KSV Fitnesskreis	529,430
2	SV Westerholt	510,903

In der Oberliga belegte die 2. Mannschaft den 5. Platz

Name	Vorname	Gewicht	Leistung	Punkte	
Zylakowski	Sven	95,0	172,5kg	107,295	Bestleistung
Weber	Mario	100,0	190kg	115,634	
Constantin	Thomas	119,7	227,5kg	130,885	
Wendt	Anke	59,6	75kg	84,053	
Gabriel	Frank	81,0	155kg	104,997	Bestleistung

Ich muß allen Athleten ein Lob aussprechen, mit Euch macht es wirklich Spaß auf Wettkämpfe zu fahren. Der Chef Krake

07.06.06

Zeitplan Mannschaftsbankdrücken am 10.06.06 in Westerholt

Waage für KSV Fitnesskreis 2 Mit Anke Wendt, Thomas Constantin, Mario Weber, Sven Zylakowski und Frank Gabriel der aber erst zur Waage der 1. Mannschaft kommt.

Waage: 12.30-13.30Uhr Wettkampfbeginn: 14.00

Waage KSV Fitnesskreis1 mit Daniel Flaminio, Werner Hennig, Patrick Kohlmann, Frank Schoele und Stefan Arens

Waage: 14.30-15.30Uhr Wettkampfbeginn 16.00Uhr

Wettkampfstätte: Herten, Willy-Brandt- Realschule, Ernst Reuter Platz 10-20, Eingang von der Weddingstr.

15.05.06

Ergebnisse LM KDK vom 13.05.06 in Duisburg

Name	Klasse	Beuge	Bank	Kreuzheben	Platz	
Koassidis	-75kg	160kg				Aktiver
Gabriel	-82,5kg	225kg	147,5kg	200kg	1.	Aktiver
Hölterhoff	-82,5kg	170kg	122,5kg	195kg	3.	Aktiver
Krömer	-56kg	75kg	45kg	100kg	1.	Aktive

Koassidis patzte leider beim Bankdrücken

30.04.06

Ergebnisse BZ Bank in Dortmund am 29.04.06

Nr	Name	Vorname	Gewichtsklasse	Klasse	Platz	Leistung
1	Martin	Christoph	-90kg	AK1	1	190kg
2	Weber	Mario	-100kg	AK1	2	190kg
3	Fauck	Michael	-67,5kg	Aktiver	2	125kg
4	Jasinski	Daniel	-90kg	Aktiver	3	185kg
5	Tourovets	Alexandre	-100kg	Aktiver	1	197,5kg
6	Klee	Thomas	-110	Aktiver	1	217,5kg
7	Constantin	Thomas	-125kg	Aktiver	1	187,5kg

24.04.06

Zeitplan BZ Bank am 29.04.06 in Dortmund

AK IV – AK I (27 Teilnehmer)

Waage 12.30 Uhr – 13.30 Uhr

Beginn ca. 14.15 Uhr

Jugend, Junioren, Aktive Männer und Frauen (38 Teilnehmer)

Waage 14.00 Uhr – 15.00 Uhr

Beginn nach Beendigung der vorherigen Gruppe.

Wettkampfstätte: Turnhalle der Schopenhauer Grundschule in Dortmund Nette, Karl Schurzstr. 17

02.04.06

Besser geht es nicht mehr.

Am Freitag wurde in Dessau Frank Schoele 2. deutscher Meister der WPC. Er beugte 305kg, drückte 230kg und zog 280kg, macht ein tolles Total von 815kg.

Am Samstag dann der absolute Knaller. Mit dem neuen Deutschen Rekord von 912,5kg wurde Daniel Flaminio Deutscher Meister in der Klasse -110kg. Er beugte 365kg, drückte mit 247,5kg eine neue Bestleistung, und zog tolle 300kg.

Einen nie erwarteten 3.Platz belegte bei seiner 1. Deutschen Meisterschaft Werner Hennig. Er beugte 280kg, drückte 205kg und zog 285kg. Mit dem Total von 770kg standen gleich 2 Athleten von uns auf dem Treppchen.

Ein Bericht folgt noch.

29.03.06

Am Samstag, den 01.04.06 gehen Daniel Flaminio und Werner Hennig bei der DM KDK in Gräfenhainichen für uns an den Start. Frank Schoele startet am Samstag bei der DM WPC in Dessau. Allen Athleten wünsche ich viel Erfolg.

10.03.06

Ich bedanke mich bei Allen, die auch dieses Jahr wieder an meinen Geburtstag gedacht haben. Gruß Krake

25.02.06

1900,69 Punkte heilen

Nachdem ich letzte Woche an einer schweren Magen und Darmgrippe litt, und 4 Tage rein gar nichts gegessen hatte (was ich bei meiner Figur natürlich locker verarbeiten kann) haben mich die 1900,69 Punkte plötzlich geheilt. Gestern nach dem Wettkampf konnte ich das Erstemal wieder feste Nahrung zu mir nehmen und ein Siegerbier trinken. Was meine 6 Athleten gestern auf dem Wettkampf gezeigt haben, war absolute Spitze. Ich möchte mich bei Euch für die sportliche Leistung bedanken, und bei den Betreuern Ulli, Frank und Jürgen, die mir viel Arbeit abgenommen haben (mir ging es wirklich nicht sehr gut). Mit den 1900,69 Punkte haben wir unseren Vereinsrekord von 1851,67 Punkte um fast 50 Punkte überboten, und das mit nur Hebern aus unserem Verein.

25.02.06

Ergebnisse Mannschaftskampf am 25.02.06

KSV Fitnesskreis

	Gew.	Beuge	Bank	Kreuz	Gesamt	Relativ
1.Patrick Kohlmann	123	300	212,5	300	812,5	464,59
2.Werner Hennig	110	290	207,5	290	787,5	463,44
3.Daniel Flaminio	113,6	340	242,5	292,5	875	510,13
4.Frank Schoele	100	270	220	270	760	462,54
5.Sven Zylakowski	92	237,5	160	205	602,5	380,48
6.Oliver Heinzerling	80	185	135	220	540	368,66
					Gesamt	1900,69

Tabelle Regionalliga

1.KSV Fitnesskreis 1	1900,69
2.SV Westerholt	1730,72
3.KSV Bochum	1648,60

21.02.06

Am Samstag, den 25.02.06 findet in Westerholt der Regionalligakampf statt. Für den KSV gehen folgende Heber an den Start.

Daniel Flaminio, Patrick Kohlmann, Werner Hennig, Frank Schoele, Oliver Heinzerling und Sven Zylakowski.

Die 2. Mannschaft musste ich leider zurückziehen, da sich mehrere Heber kurzfristig verletzungsbedingt abgemeldet haben.

Waage für die 1. Mannschaft ist von 15.00-16.00Uhr.

Wettkampfstätte: Herten, Willy-Brandt- Realschule, Ernst Reuter Platz 10-20, Eingang von der Weddingstr.

13.02.06 Ergebnisse

	Name	Vorname	Gewichtsklasse		Platz	Leistung
1	Queckenstedt	Holger	-82,5kg	Aktiver	2	155kg
2	Klee	Thomas	-110kg	Aktiver	1	215kg
3	Bouziouris	Ilias	-90kg	Aktiver	3	140kg

06.02.06

Am Sonntag, den 12.02.06 findet der Dortmund Cup statt. Für den KSV geht Thomas Klee, Ilias Bouziouris und Holger Oueckenstedt an den Start.

Waage für diese Athleten ist von 12.30-13.30Uhr. Wettkampfstätte ist die Turnhalle der Schopenhauer Grundschule in Dortmund Nette, Karl Schurzstr. 17.