



DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

TRUEATHLETES



**24 DEUTSCHE LEICHTATHLETIK-  
JUN MEISTERSCHAFTEN**  
**23 BAHNGEHEN**

MITTELBERGSTADION  
BÜHLERTAL

**ALLE INFOS UNTER LEICHTATHLETIK.DE**



# Die BIG Family Games!

Das Event für euren Verein an eurem Wunschtage!



**Vereine, macht mit!** Verleiht Deutschlands erstes Spaß-Sport-Abzeichen und veranstaltet ein einzigartiges Familienfest in eurer Stadt.

Eine gute Idee von:

**BIG** direkt gesund

Direkter geht Krankenkasse nicht.

**DLV**  
DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

**Macht mit bei den  
BIG Family Games 2023!**  
[bigfamilygames.de/veranstalter](http://bigfamilygames.de/veranstalter)

 @big.family.games

*Liebe Leichtathletikfreundinnen und -freunde,*

schön, dass Sie bei den Deutschen Meisterschaften im Bahngehen in Bühlertal mit dabei sind! Im Namen des Badischen Leichtathletik-Verbandes darf ich Sie hier im Mittelbergstadion herzlich willkommen heißen und möchte an dieser Stelle dem TV Bühlertal für sein Engagement, diese Meisterschaft bei uns in Baden auszurichten, herzlich danken!



Bühlertal ist aus der deutschen Leichtathletik, insbesondere dem Gehen, nicht wegzudenken. Nicht zuletzt aufgrund der zahlreichen nationalen und internationalen Erfolge von Nathaniel Seiler, dem Top-Athleten des TV Bühlertal. Er hat sich mittlerweile als fester Bestandteil der deutschen Spitze etabliert, während er in seiner Trainingsgruppe um Olympiateilnehmer Robert Ihly beste Bedingungen hat.

Bereits einige Male hat der TV Bühlertal als Förderer des Gehsports bewiesen, dass er nicht nur erfolgreiche Athletinnen und Athleten hat, sondern auch Deutsche Meisterschaften „kann“: Im Jahr 2010 wurde die DM Bahngehen der Senioren in Bühlertal ausgetragen, in den Jahren 2014 und 2016 folgten Auflagen der Titelkämpfe aller Altersklassen. Bei der letzten Austragung an dieser Stelle konnte der damals 20-jährige Nathaniel Seiler übrigens als U23-Athlet eine Bronze-Medaille über 10.000 Meter Bahngehen der Männer im eigenen Stadion feiern.

Erst vor kurzem fand unter der Organisation des TV Bühlertal neben den jetzt stattfindenden Geher-Meisterschaften eine weitere DM statt: Ende April 2023 machten die nationalen Bergläufer:innen Station im Luftkurort Bühlertal. Den badischen Heimvorteil nutzten unsere Athlet:innen auch hier: Mit Lukas Ehrle und seiner Schwester Julia sorgten zwei talentierte Nachwuchsathlet:innen für Paukenschläge: Er wurde als U20-Athlet Deutscher Meister bei den Aktiven und sie, ebenfalls noch der U20 angehörig, lief auf den Bronze-Rang der Frauen.

All das sind, wie ich finde, echte Argumente dafür, dass wir eine tolle Deutsche Meisterschaft im Bahngehen erleben dürfen! Freuen wir uns gemeinsam auf spannende Titelkämpfe und einen schönen Tag voller Leichtathletik in Bühlertal!



*M. Schlicksupp*

Michael Schlicksupp  
Präsident Badischer Leichtathletik-Verband

# GLS.

Parcels to People

Wir liefern  
was Dich  
bewegt



GLS ist offizieller  
Logistikpartner des



DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

[gls-one.de](https://gls-one.de)



**Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer  
der Deutschen Meisterschaften,  
liebe Sportfreunde und Gäste,**



„zu unserer schönen Natur gehört die Bewegung“. Mit diesem Satz möchte ich Sie, die Sportlerinnen und Sportler sowie alle Gäste zu den Deutschen Meisterschaften im Bahngehen in Bühlertal sehr herzlich willkommen heißen.

Bühlertal, durch seine wundervolle Landschaft auch als die Toskana des Landkreises Rastatt in unserer Ferienregion bezeichnet, bietet den sportbegeisterten Läuferinnen und Läufern im Sportzentrum am Mittelberg ideale Voraussetzungen für tolle Wettkämpfe.

Der Turnverein Bühlertal hat es schon immer verstanden Sportveranstaltungen professionell und perfekt zu organisieren. Denken wir dabei nur an die Durchführung der Berglauf WM der Senioren im Jahr 2012 oder die Deutschen Meisterschaft im Bahngehen im Jahre 2014. Auf die Herausforderungen zur Durchführung der Deutschen Meisterschaften im Bahngehen ist das Organisationsteam um Klaus Dietsche und Jürgen Brügel bestens vorbereitet. Die Athletinnen und Athleten werden ideale Voraussetzungen für das Bahngehen vorfinden.

Bei den vielen fleißigen Helferinnen und Helfern möchte ich mich für ihr ehrenamtliches Engagement sehr herzlich bedanken. Ohne Ihren Einsatz könnte eine solche Veranstaltung nicht durchgeführt werden. Für die wohlwollende Unterstützung sei auch den Sponsoren gedankt. Sie leisten einen wichtigen Beitrag für die Durchführung dieser Veranstaltung.

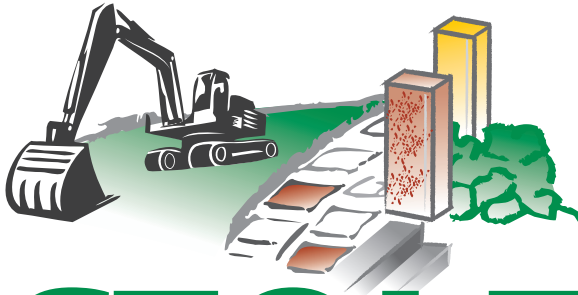
Mögen Sie alle, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre persönlich gesteckten Ziele erreichen. Allen Athletinnen und Athleten wünsche ich einen erfolgreichen Wettkampf. Vielleicht können Sie im Ziel den Siegerpokal in Empfang nehmen. Ich drücke Ihnen jedenfalls die Daumen.

Der Turnverein Bühlertal und die Gemeinde Bühlertal freuen sich, dass Sie zu uns in den Schwarzwald gekommen sind.

Ihr

A handwritten signature in black ink, which appears to read "Hans-Peter Braun". The signature is fluid and cursive.

Hans-Peter Braun  
Bürgermeister



# STOLZ BAU GMBH

## BAUUNTERNEHMUNG

- TIEFBAU
- STRASSENBAU
- BETONSANIERUNG
- HAUSANSCHLÜSSE
- ABBRUCHARBEITEN
- STÜTZMAUERN
- HANGBEFESTIGUNG

## MIETSERVICE

- KETTENBAGGER 1,6-14 to
- KETTENDUMPER
- TELESKOPLADER
- RADLADER
- MOTORSCHUBKARRE
- RÜTTELPLATTEN
- GRABENSTAMPFER

07223 / 953 381 40

[WWW.STOLZ-BAUUNTERNEHMUNG.DE](http://WWW.STOLZ-BAUUNTERNEHMUNG.DE) | [INFO@STOLZ-BAUUNTERNEHMUNG.DE](mailto:INFO@STOLZ-BAUUNTERNEHMUNG.DE)

**Liebe Geherinnen, liebe Geher,  
liebe Gäste und Freunde des Turnvereins Bühlertal**



Zum zweiten Mal haben wir uns beworben und vom Deutschen Leichtathletik Verband (DLV) den Zuschlag für diese Meisterschaft 2023 im Bahngehen bekommen.

Darauf sind wir sehr stolz.

Mit Klaus Dietsche und Jürgen Brügel, zwei ehemalige Top Geher, haben wir zwei Organisatoren die diese Veranstaltung mit sehr viel Herzblut planen und organisieren. Das alles funktioniert aber nur mit einem aktiven Helferteam.

Ein dickes Lob an alle!

Der Gemeinde Dank für die herrliche Sportanlage, die wir für solche Top Veranstaltungen benützen dürfen. Unserem Schirmherr, Bürgermeister Hans-Peter Braun, vielen Dank.

Unseren eigenen Top Gehern wünschen wir einen guten Wettkampf. Mit Seiler, Hauger, Franke, Schwarz, Seipel sind wir sehr gut aufgestellt. Auch allen anderen Sportlern wünschen wir einen fairen und sportlichen Verlauf.

Einen schönen Aufenthalt in Bühlertal im Schwarzwald

Susanne Seebacher  
1. Vorstand Turnverein Bühlertal



# Mediclix

## DEINE LOKALE ONLINE-APOTHEKE



Medikamente aus deiner lokalen Apotheke



Verfügbarkeitscheck



Chatte mit der Apotheke



Schnelle Lieferung



**JETZT APP  
HERUNTERLADEN!**

Laden im  
**App Store**

JETZT BEI  
**Google Play**

**DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN IM BAHNGEHEN**

**24. JUNI 2023**

**IN BÜHLERTAL**

**1 BEACHTÉ**

- ▲ "Allgemeine Ausschreibungsbestimmungen 2023"
- ▲ Änderungen der Ausschreibung, auch der ausgeschriebenen Disziplinen, Mindestleistungen/Qualifikationsvoraussetzungen etc., können aufgrund von besonderen Situationen (z.B. gesetzliche Regelungen) jederzeit möglich sein.
- ▲ Wir empfehlen allen Teilnehmer:innen die Anwendung des PAPS-Testes (<https://www.leichtathletik.de/laufen/paps-test/>), um besser versteckte bzw. nicht beachtete Gesundheitsrisiken zu erkennen und ggf. Folgeschäden zu vermeiden.

**2 AUSRICHTER**

- ▲ Badischer Leichtathletik-Verband e.V.

**3 ÖRTLICHER AUSRICHTER**

- ▲ Turnverein Bühlertal e.V.

**4 TELEFON**

- ▲ In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise, für Vorabmeldungen am Stellplatz, etc.) steht am Veranstaltungstag folgende Rufnummer zur Verfügung: 0160 – 92 71 71 89

**5 AUSTRAGUNGSSTÄTTE**

- ▲ Mittelbergstadion
- ▲ Navigation: Klotzbergstraße 77830 Bühlertal

**6 MELDESCHLUSS**

- ▲ Sonntag, 11. Juni 2023 beim eigenen Landesverband
- ▲ Nachmeldungen sind bis 72 Std. vor Beginn der Veranstaltung möglich (Mittwoch, 21. Juni 2023, 14:00 Uhr).

**7 TEILNAHMEBERECHTIGUNG**

- ▲ Frauen, Männer, W U23, M U23, Senioren, Seniorinnen.

**8 WETTBEWERBE UND STARTZEITEN**

| Altersklasse                            | Wettbewerb         | Startzeit |
|---|--------------------|-----------|
| Seniorinnen W55 – W90                   | 5.000m Bahnggehen  | 14:00 Uhr |
| Senioren M65 – M90                      | 5.000m Bahnggehen  | 15:00 Uhr |
| Senioren M35 – M60                      | 5.000m Bahnggehen  | 15:50 Uhr |
| Frauen, W U23,<br>Seniorinnen W35 – W50 | 5.000m Bahnggehen  | 16:40 Uhr |
| Männer, M U23                           | 10.000m Bahnggehen | 17:30 Uhr |

**RAHMENPROGRAMM**

| Altersklasse  | Wettbewerb   | Startzeit                               |
|---|--|---|
| W 10/11<br>W 12/13/14/15,<br>WJ U18/U20, Frauen, Seniorinnen        | 1.000m Bahngehen<br>3.000m Bahngehen<br>3.000m Bahngehen | 12:45 Uhr<br>(Zielschlusszeit: 30 min.) |
| M 10/11<br>M 12/13/14/15, Senioren<br>MJ U20/U18, Männer            | 1.000m Bahngehen<br>3.000m Bahngehen<br>5.000m Bahngehen | 13:15 Uhr<br>(Zielschlusszeit: 45 min.) |
| Meldungen für das Rahmenprogramm bis 21.06.2023 online über ladv.de |  |   |

**9 WERTUNGEN**

- ▲ Bei den Männern und M U23 sowie bei den Frauen, W U23 bis W50 werden zunächst alle Teilnehmer:innen in der Männer-/Frauenklasse – Hauptwertung – gewertet. Danach erfolgt eine Zusatzwertung für die jeweils ausgeschriebenen Altersklassen.
- ▲ Senioren und Seniorinnen sind im 5000m Bahngehen nur in ihrer eigenen Altersklasse startberechtigt.
- ▲ Bei Gehwettbewerben, an denen ausschließlich Senioren:innen teilnehmen, erfolgt keine Durchlaufwertung, sondern ausschließlich eine Altersklassenwertung gem. der Wertungsklassen.
- ▲ Mannschaftswertungen werden nicht durchgeführt

**10 MINDESTLEISTUNGEN**

- ▲ Offizielle Zwischenzeiten (d.h. in off. Ergebnisliste veröffentlicht) und adäquate Straßenleistungen werden zugelassen.

▲ **Männer/Frauen, U23**

Nachfolgende Mindestleistungen müssen in der Freiluftsaison 2023 bis zum Meldeschlusstermin erbracht worden sein:

|                     | Männer        | Frauen        | M U23         | W U23         |
|---------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>5.000m/5km</b>   | -             | 25:00,00 Min. | -             | 28:45,00 Min. |
| <b>10.000m/10km</b> | 46:00,00 Min. | -             | 52:00,00 Min. | -             |

▲ **Senior:innen**

Nachfolgende Mindestleistungen müssen in der Freiluftsaison 2022 oder Freiluftsaison 2023 bis zum Meldeschlusstermin erbracht worden sein:

|                               | M 35          | M 40          | M 45          | M 50          |
|-------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>5.000m (Freiluft) /5km</b> | 30:00,00 Min. | 30:45,00 Min. | 31:30,00 Min. | 32:15,00 Min. |

|                               | M 55          | M 60          | M 65          | M 70          |
|-------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>5.000m (Freiluft) /5km</b> | 33:00,00 Min. | 33:45,00 Min. | 34:30,00 Min. | 36:30,00 Min. |

|                               | M 75          | M 80          | M 85          | M 90          |
|-------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>5.000m (Freiluft) /5km</b> | 38:00,00 Min. | 40:00,00 Min. | 42:00,00 Min. | 44:00,00 Min. |

|                                   | W 35          | W 40          | W 45          | W 50          |
|-----------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>5.000m (Freiluft)<br/>/5km</b> | 33:30,00 Min. | 34:30,00 Min. | 35:30,00 Min. | 36:30,00 Min. |

|                                   | W 55          | W 60          | W 65          | W 70          |
|-----------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>5.000m (Freiluft)<br/>/5km</b> | 37:30,00 Min. | 38:30,00 Min. | 39:30,00 Min. | 40:45,00 Min. |

|                                   | W 75          | W 80          | W 85          | W 90          |
|-----------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| <b>5.000m (Freiluft)<br/>/5km</b> | 42:00,00 Min. | 45:00,00 Min. | 47:00,00 Min. | 49:00,00 Min. |

**11 AUFWÄRMMÖGLICHKEITEN**

- ▲ Auf dem Sportgelände Mittelberg und den anliegenden Waldwegen.
- ▲ Nach dem ersten Startschuss ist das Aufwärmen auf der Wettkampfstrecke nicht mehr möglich.

**12 STARTUNTERLAGENAUSGABE**

- ▲ Startunterlagenausgabe im Meldebüro/ Sportverein Gaststätte:
  - Samstag, 24.06.2023 ab 10:00 Uhr
- ▲ Die Bezahlung der Organisationsgebühr erfolgt durch die Vereine bargeldlos nach Rechnungstellung an die ausrichtende Leichtathletik-Organisation durch Überweisung. Die Gebühr wird mit Abgabe der Meldung fällig.

**13 HINWEISE**

- ▲ **Umkleidemöglichkeiten:** Umkleide- und Duschkmöglichkeiten sind in den ausgewiesenen Umkleidekabinen des Stadions möglich. Die Umkleidekabinen sind nur Wechselkabinen, eine Haftung für den Verlust von Wertsachen wird nicht übernommen.
- ▲ **Startnummern:** Die Startnummern sind deutlich lesbar und unverändert zu tragen. Alle Teilnehmer:innen erhalten zwei Startnummern, die auf dem Rumpf (vorn und hinten) zu tragen sind.
- ▲ **Parkplätze:** In ausreichender Anzahl beim Sportgelände vorhanden.

**14 ANREISE**

- ▲ Mit der Bahn: Bahnhof 77815 Bühl, IC und ICE Bahnhof Baden-Baden
- ▲ Mit dem Auto: Autobahn A5 - E35, Karlsruhe- Basel, Ausfahrt Bühl, von dort noch ca. 12 km Richtung Bühlertal.
- ▲ Mit dem Flugzeug: Baden Airpark Karlsruhe – Baden-Baden

**15 UNTERKUNFT**

- ▲ Tourist-Information Bühlertal  
Hauptstraße 92, 77830 Bühlertal  
07223/7101180  
[info@buehlertal.de](mailto:info@buehlertal.de)

**Wettbewerbe Bahngehen im Rahmen der Deutschen Meisterschaften Bahngehen in Bühlertal / Schwarzwald am Samstag, den 24. Juni 2023**

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| Wo:                           | Mittelbergstadion Sportzentrum am Klotzberg, Klotzbergstraße<br>77830 Bühlertal / Schwarzwald   |
| Zeitplanänderungen:           | Bitte pünktlich anreisen, da sich der Veranstalter Zeitplanänderungen und Zusammenlegungen vorbehält  |
| Auszeichnungen:               | Preise / Pokale für die Sieger,<br>Urkunden für alle Teilnehmer   |
| Meldungen:                    | Meldeportal LADV<br>Melde E-mail: <a href="mailto:Andrea.haendel@gmx.net">Andrea.haendel@gmx.net</a><br>Kontakt-Nummer bei Verspätung: 0172 729 10 58                           |
| Meldeschluss:                 | 21.Juni 2023  |
| Nachmeldungen:                | Am Wettkampftag bis 90 Minuten vor Wettkampfbeginn  |
| Startgebühren:                | 1.000m Gehen 5,00 €<br>3.000m Gehen 6,00 €<br>5.000m Gehen 7,00 €<br><br>Nachmeldegebühr: 5,00 € (zzgl. Startgebühr)  |
| Tourismus und Übernachtungen: | Tourist-Information Bühlertal<br>Hauptstraße 92<br>77830 Bühlertal<br>Telefon: 07223/7101-180 Fax: 07223/7101-189<br><a href="mailto:info@buehlertal.de">info@buehlertal.de</a> |
| Stand 31.02.2023              | Änderungen vorbehalten  |

**Vorläufiger Zeitplan der Rahmen-Wettbewerbe (Stand 23-06-01)**

|           |            |  |
|-----------|------------|--|
| 12:45 Uhr | 1.000 m BG | WJU12 (W10+W11)  |
|           | 3.000 m BG | WJU14 (W12+W13)<br>WJU16 (W14+W15)<br>WJU18+WJU20<br>Frauen + Seniorinnen<br><br><b>Zielschluss: 30min</b> |
| 13:15 Uhr | 1.000 m BG | MJU12 (M10+M11)  |
|           | 3.000 m BG | MJU14 (M12+M13)<br>MJU16 (M14+M15)<br>Senioren   |
|           | 5.000 m BG | MJU18+MJU20<br>Männer<br><br><b>Zielschluss: 45min</b>   |





# Wir lieben Regen!

Mit unseren individuellen Lösungen für Ihre Regenwassernutzung werden auch Sie den Regen lieben. Denn mit unseren Systemen sparen Sie Wasserkosten und somit bares Geld!

**BETON MÜLLER**

**MRB**

Müller GmbH Betonwerk  
Ambros-Nehren-Straße 7  
77855 Achern

Müller Röser Beton GmbH & Co. KG  
Daimlerstraße 12  
74912 Kirchardt

Telefon 07841 204-0  
Fax 07841 204-121

info@beton-mueller.de  
www.beton-mueller.de

## Ihre RADBOX-Partner

### GRÖTZ

WIR BAUEN

Grötz Bauunternehmung  
Betonwerk GmbH  
Jahnstraße 19  
76571 Gaggenau  
Telefon +49 (0) 7225/968-0  
Telefax +49 (0) 7225/968-191

[www.fahrradbox.de](http://www.fahrradbox.de)  
[info@fahrradbox.de](mailto:info@fahrradbox.de)

**BETON MÜLLER**

B. Müller GmbH Betonwerk  
Gewerbegebiet Heid  
Ambros-Nehren-Straße 7  
77855 Achern  
Telefon: +49 (0) 7841/204-0  
Telefax: +49 (0) 7841/204-121

Stand: 09.04.14 - Technische Änderungen vorbehalten

## RADBOX

Die Beton-Garage für hochwertige  
Fahrräder und E-Bikes



An Bahnhöfen, öffentlichen  
Einrichtungen, am Arbeitsplatz  
oder zu Hause



**RADBOX**

[www.fahrradbox.de](http://www.fahrradbox.de)

**GRÖTZ**

WIR BAUEN

**BETON**



**MÜLLER**



## Von der Heizungsanlage bis zum gesamten Gebäude!

**Energieberatung** auf Wunsch auch mit Individuellem Sanierungsfahrplan

**Erstellung von Energieausweisen**

**Fördermittelberatung (Kfw, Bafa)** auch bei Einzelsanierungsmaßnahmen  
(z.B. Heizungs-, Fensteraustausch, oberste Geschoßdecken-  
oder Dachdämmung, Wärmedämmverbundsysteme / WDVS)



**Dietsche Energieberatung**  
**Oliver Dietsche**

Geroldsauerstraße 9  
76534 Baden-Baden  
Mobil: 0160 / 972 342 37

**Filiale Bühlertal**

Wolfenstraße 12, 77830 Bühlertal  
Tel: 07223 / 99 10 66  
Fax: 07223 / 99 46 888  
Mobil: 0160 / 972 342 37  
kontakt@oliver.dietsche.de  
www.dietsche-energieberatung.de

**Der Turnverein bedankt sich  
bei der Gemeinde Bühlertal**



**Bühlertal**  
**Die Gemeinde**



## Bühlertal- Naturerlebnisse zwischen Wald, Reben und Nationalpark

Die Ferienregion Bühlertal liegt inmitten einer herrlichen Panoramalandschaft zwischen der Badischen Weinstraße und der Schwarzwaldhochstraße in Sichtweite des Nationalparks Schwarzwald. Mit einem gut ausgeschilderten Wegenetz und variablen Rundwanderungen durch die Weinberge und Richtung Schwarzwaldhochstraße sowie nahezu ebenen Strecken für Radtouren durch die Rheinebene bietet die Ferienregion Bühlertal ein aktives Naturerlebnis. Mountainbiker schätzen das gut ausgeschilderte Netz an anspruchsvollen Touren.

Veranstaltungen rund um das Thema „Wein“ wie die Wandertrilogie am Engelsberg oder der Kulinarische Weinwandertag am 3. Oktober, das Brunnenplatz-Open Air Anfang Juli sowie das Tal der 1.000 Lichter im Advent, über die Weihnachtstage sowie über den Jahreswechsel bilden darüber hinaus gemeinsam mit einer hervorragenden Gastronomie und interessanten Ausflugszielen ein interessantes Erlebnisspektrum.

In Bühlertal stehen nahezu 600 Gästebetten, in der Ferienregion Bühlertal insgesamt mehr als 2.000 Betten zur Verfügung.

Ausführliche Information: **Tourist-Information, Hauptstraße 92, 77830 Bühlertal, Tel. 07223/7101-180, [info@buehlertal](mailto:info@buehlertal), [www.buehl-buehlertal-ottersweier.de](http://www.buehl-buehlertal-ottersweier.de)**



# NIKE INVINCIBLE

Feel It to Believe It



NIKE INVINCIBLE.  
A CUSHIONED EXPERIENCE FOR YOUR FEET.  
TRY IT, TEST IT, RUN IT.



8003

NIKE INVINCIBLE.  
A CUSHIONED EXPERIENCE FOR YOUR FEET.  
TRY IT, TEST IT, RUN IT.



8003

NIKE INVINCIBLE.  
A CUSHIONED EXPERIENCE FOR  
TRY IT, TEST IT, RUN

## Über das „Gehen“

Oft werden die Geher wegen ihres Powackelns belächelt. Doch jeder, der es selber mal probiert hat, wird feststellen, dass es gar nicht so leicht ist. Denn ständig muss ein Teil des Fußes den Boden berühren, so dass keine Sprungphase entsteht. Zum Zweiten gibt es die Regel, dass das Bein ab dem Aufsetzen vorne, nicht gebeugt werden darf, dass Knie muss also gestreckt sein. So kommt es dazu, dass die Hüfte nach vorne geschoben wird und es zu einer leichten Oberkörpereindrehung kommt. Daraus resultiert dann der Eindruck des „Powackeln“.

Das Ganze wird bei Wettkämpfen streng von Gehrichtern überwacht. Im Falle des Nichteinhaltens kann es über Verwarnungen bis hin zur Qualifikation führen.

Festgelegt ist die Technik mit der Regel 230 in den Internationalen Wettkampffregeln (IWR). Dort ist Gehen wie folgt definiert:

„Wettkampfmäßiges Gehen ist eine Abfolge von Schritten, die so gesetzt werden, dass der Geher dabei Kontakt mit dem Boden hat und ein mit menschlichem Auge sichtbarer Kontaktverlust nicht vorkommt. Das ausschreitende Bein muss vom Moment des Aufsetzens auf den Boden bis zur senkrechten Stellung gestreckt, d.h. am Knie nicht gebeugt sein.“



*Die beiden Spitzengeher aus Baden: Carl Dohmann (SCL Heel Baden-Baden), links, und Nathaniel Seiler (TV Bühlertal)*

# DAS NOVAFON power 2



6 cm +  
Tiefenwirkung



3 Frequenzen  
15 Intensitäten



Sanfte  
Behandlung



**DLV**  
DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

NOVAFON ist offizieller  
Regenerations-Partner der  
deutschen Leichtathletik-  
Nationalmannschaft.



## NOVAFON

**Effektiv regenerieren &  
Muskelschmerzen  
behandeln**

„Die sanften Vibrationen  
des NOVAFON helfen mir  
dabei, meine verspannten  
Muskulaturen zu lösen  
und meine Regeneration  
aktiv zu fördern. Kann ich  
allen Profi- und Hobby-  
sportler:innen nur  
empfehlen!“

**Karl Bebendorf**



Jetzt QR-Code  
scannen und mit dem  
Rabattcode „DLV10“  
10% Rabatt\* erhalten

\*Gilt auf das gesamte Sortiment -  
Mindestbestellwert: 49,00€ -  
ausgenommen Geschenkgutscheine,  
Garantieerweiterungen und Fort-  
bildungen.



## Die Geher des TV Bühlertal:



*von links: Nathaniel Seiler, Georg Hauger, Denis Franke*



*Hans-Georg Seipel, Denis Franke, Nathaniel Seiler, Georg Hauger,  
Alfons Schwarz, alle TV Bühlertal*

# KINDER BRAUCHEN FANS!

Schenke einem Mädchen  
eine bessere Zukunft!



**Eine Patenschaft hat eine ganz große Bedeutung nicht nur für das Kind, sondern für seine ganze Gemeinde.“**

Plan-Botschafterin Gina Lückenkemper bei ihrem Besuch in Ghana.

Plan International, der DLV und Gina Lückenkemper setzen sich für benachteiligte Mädchen und Jungen weltweit ein. Denn in vielen Ländern gehören Armut und Ausbeutung noch oft zum Alltag – und Mädchen und junge Frauen sind davon besonders häufig betroffen. Mit einer Patenschaft unterstützt Du nicht nur Dein Patenkind, sondern seine gesamte Gemeinde.



Werde auch Fan eines Kindes  
und übernimm eine Patenschaft!

[WWW.PLAN.DE/DLV](http://WWW.PLAN.DE/DLV)



Charity-Partner



## Gehen in Baden



*Carl Dohmann und Nathaniel Seiler*



*Zwei große Geher des BLV, Carl Dohmann und Nathaniel Seiler, eingrahmt von zwei großen Unterstützern und Förderer des Gehsports: Philipp Krämer †, links, und Helmut Munz, rechts*

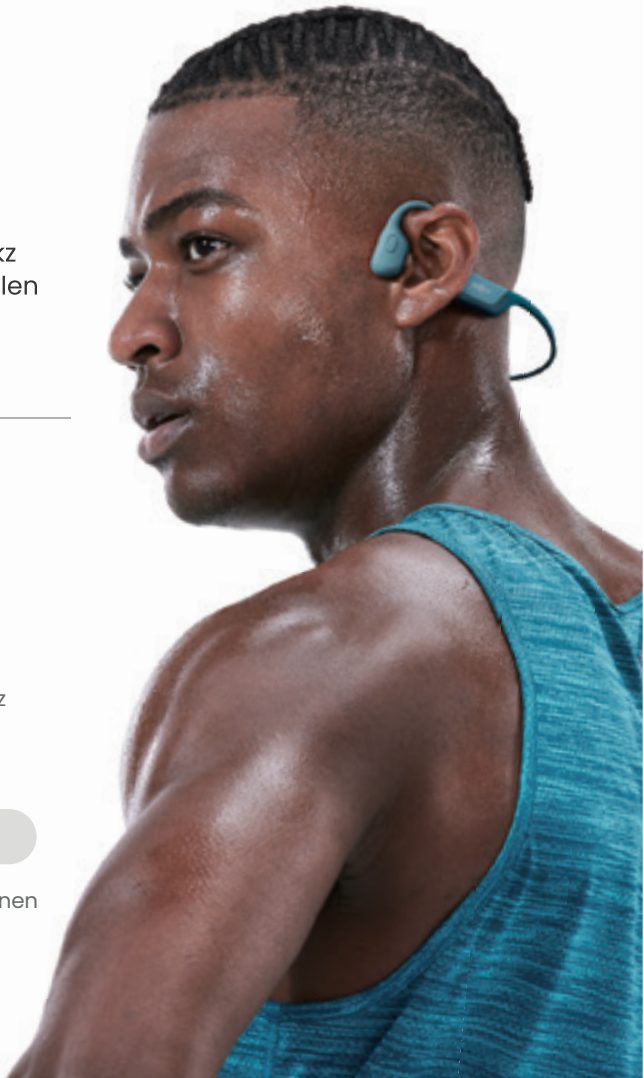


# Shokz- Knochenschall-Kopfhörer für freie Ohren





Die einzigen vom DLV empfohlenen Sportkopfhörer

Shokz ist mit seinen innovativen Bone-Conduction-Kopfhörern im deutschen Spitzensport angekommen. Sie verhelfen Spitzenathleten durch klangvolle Untermalung zu noch besseren Trainingserfolgen.

Als neuestes Flaggschiff von Shokz stellt der OpenRun Pro den aktuellen Höhepunkt der Knochenschalltechnologie dar.



## Vorteile:

-  Open-Ear Komfort
-  Umgebungswahrnehmung
-  Sicherheit
-  Sicherer Sitz



 [de.shokz.com](https://de.shokz.com)

Für weitere Informationen scannen Sie hier.



*Das „Dreamteam“: Carl Dohmann, links und Nathaniel Seiler, rechts mit ihrem Erfolgstrainer Robert Ihly, selbst ein ehemaliger Weltklasse- Geher und heutiger Trainer der Beiden.*



*Nathaniel Seiler vor Carl Dohmann*

Balance  
zwischen  
Farbe  
und  
Handwerk.

**Der Häußler macht's!**



**HÄUSSLER**  
MALERGESCHÄFT

Hirschbachstraße 23  
77830 Bühlertal  
Fon 07223.73455  
info@maler-haeussler.com

[www.maler-haeussler.com](http://www.maler-haeussler.com)

*...Ihren zum Leben.*







*Bundestrainer Ron Weigel*



*Die deutschen Spitzengeher 2019 im Trainingslager*



Thomas  
**SEIFERMANN**  
Garten- und Landschaftsbau



- Pflaster- und Terrassenbau
- Zaun- und Toranlagen
- Gabionenwände
- Sichtschutzwände
- Baggerarbeiten, Erdaushub, Abbruch, Transporte, Landschaftspflege
- Baumfällarbeiten mit Entsorgung

**Neu!**

**Brachflächenpflege** mit Funkraupe und Forstmulcher  
**Böschungspflege** mit Unimog und Mähausleger

**Mobil 0171 - 83 42 883**  
**Kappelwindeckstraße 75a · 77815 Bühl**  
**[www.galabau-seifermann.de](http://www.galabau-seifermann.de)**

---

## Nathaniel Seiler: von Baden- Baden über Bühlertal bis nach Tokio



## Public Viewing der Bühlertäler Fans bei den Olympischen Spielen in Tokio





seit über 30 Jahren

# MUNZ

## Oberflächentechnik

Sandstrahltechnik  
Oberflächenschutz  
Beschichtungen

*Unser Herz schlägt für den Gehsport.*

Theodor-Kaufmann-Straße 21 77933 Lahr / Schwarzwald

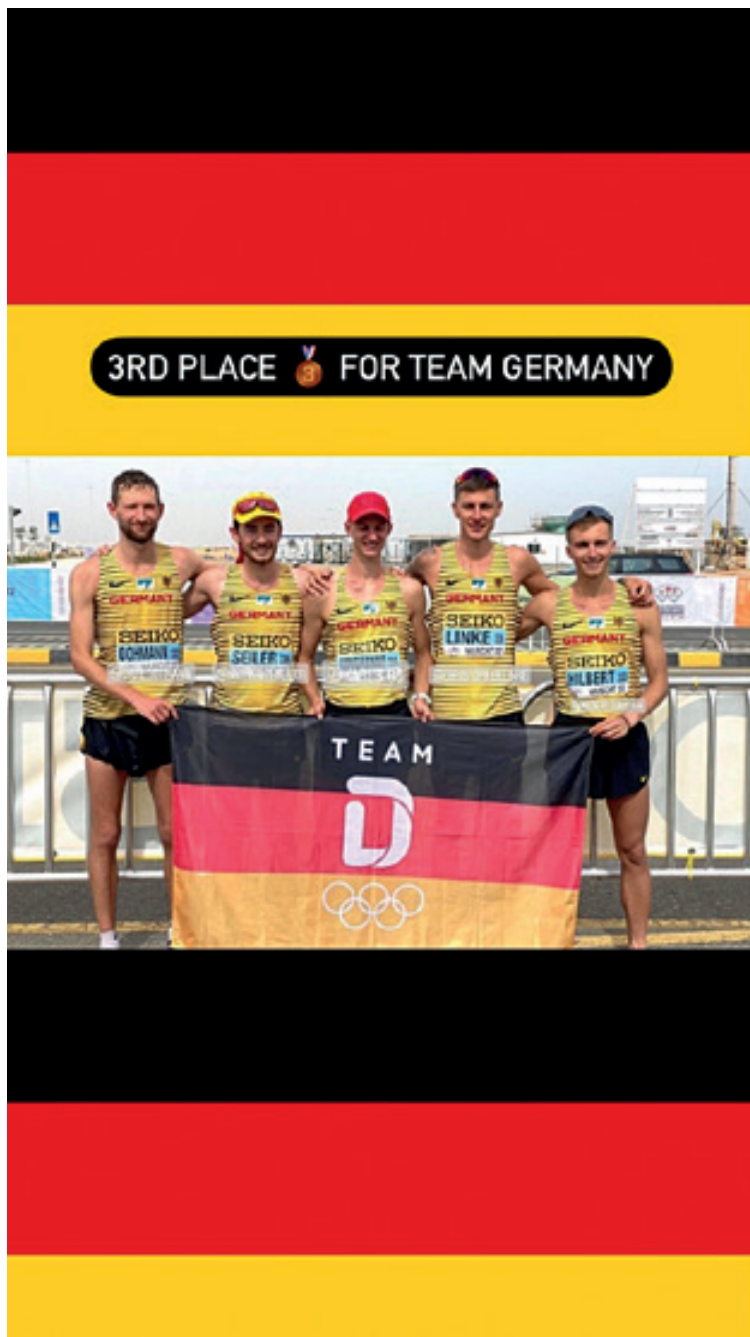
Tel. 07821 / 5 22 85 Fax 07821 / 5 35 85

[www.munz-oberflaechentechnik.de](http://www.munz-oberflaechentechnik.de)





**Fünf deutsche Spitzengeher, zwei Medaillengewinner:**  
*Carl Dohmann, Nathaniel Seiler, Karl Junghanns, Christopher Linke und  
Jonathan Hilbert*





**WGV**

GUT VERSICHERT.  
UND GUT IST.

FIT IN ALLEN VERSICHERUNGS-DISZIPLINEN:

# PREIS & LEISTUNG

Tartanbahnbrechend günstig, fair bis ins Kleingedruckte und wieder mal ausgezeichnet mit neuer Bestmarke: Beim durchtrainierten Preis-Leistungs-Verhältnis der WGV kommen unsere Kunden ins Schwärmen – und die Konkurrenz ins Schwitzen.

## **WGV Versicherung.**

Die mit dem guten Preis-Leistungs-Verhältnis.

WGV ist Partner des



[wgv.de](http://wgv.de)



*Die besten deutschen Geher/innen des Jahres 2023.  
Das deutsche Aufgebot bei der Team- EM 2023*