

# EIN JAHR IM WANDEL

Erfolge, neue Energie und die Zukunft der  
Trampolinabteilung des VfL-Lichtenrade  
im Rückblick 2025.





**Das Fundament hat sich verschoben: Der Altersdurchschnitt ist extrem gesunken, aber das Energielevel hat einen neuen Höhepunkt erreicht.**

## Unbeschwerte Premiere



Motto: Dabei sein ist alles.  
Luise (5 Jahre) sammelte beim  
Dresdener Adventsspringen  
bereits erste nationale  
Wettkampferfahrung.

Symbiose auf  
dem Tuch:  
Die reine Freude der  
Jungen steckt die  
erfahrene  
Leistungsgruppe an  
und hält die  
Motivation hoch.

## Ungewöhnlich, aber erfolgreich



8 Jahre Altersunterschied / 30 cm Größenunterschied

Berliner Synchron-Meisterschaften:  
Eine amüsante, aber sportlich höchst  
gelungene Mixed-Kombination aus  
Erfahrung und jungem Ehrgeiz.

# Präsenz auf allen Bühnen

Von ersten regionalen Erfahrungen bis zu überregionalen Spitzenkämpfen – der VfL-Lichtenrade lieferte 2025 konstant ab.



**06.04.**  
Brandenburgische  
Meisterschaften



**12.06.**  
Berliner  
Synchron-  
Meisterschaften



**Sommer**  
Jahresbesten-  
Wettkampf



**19.07.**  
TuSLi-  
Wettkampf



**22.11.**  
4-Länder-  
Wettkampf




















**23.11.**  
Berliner  
Einzelmeisterschaften



# Die Medaillen-Matrix 2025

Gebündelte Leistungstärke: Unsere Top-Athleten dominierten in allen Disziplinen.

	Einzel (Regional)	Einzel (Überregional)	Synchron
<b>Joulina Henckel</b> (Jg. 2009)	  		
<b>Neo Zimmermann</b> (Jg. 2015)	   		
<b>Katharina Müller</b> (Jg. 2005)			
<b>Paulina Türke</b> (Jg. 2011)			
<b>Nova Friedrichs</b> (Jg. 2009)			
<b>Amelie Türke</b> (Jg. 2012)			

# Sprung in die Elite

Unsere vereinsinterne Aufbauarbeit trägt Früchte auf höchster Verbandsebene.



**Triumphzug:** Mit der Verstärkung unserer beiden Athletinnen gewinnt das Berliner Team Gold beim 4-Länder-Wettkampf.

**Aufnahme (März 2025):** Katharina Müller & Joulina Henckel schaffen den Sprung in den begehrten Berliner Landeskader.

**Sichtung:** Vier vielversprechende Springer\*innen des VfL werden zum Kadertest eingeladen.




# Rückschläge als Katalysator

Wir verschweigen Ausfälle nicht – wir nutzen sie, um unsere Trainingsstandards nachhaltig zu professionalisieren und unsere Athleten robuster zu machen.



# Eine neue Ära nimmt Anlauf



## Verjüngung geglückt

Ein stark gesunkener Altersdurchschnitt bringt unbändige Energie und ein riesiges Fundament für den Nachwuchsbereich.

## Leistung bestätigt

Überragende Medaillenbilanzen, herausragende Synchron-Duos und starke Präsenz im Berliner Landeskader.

## Professionalisiert

Neue Standards in der Verletzungsprävention machen unser Training sicherer und unsere Athleten widerstandsfähiger.

**Trotz der Herausforderungen des Umbruchs blicken wir durch diese junge Generation extrem optimistisch auf viele weitere sportliche Höhepunkte.**