

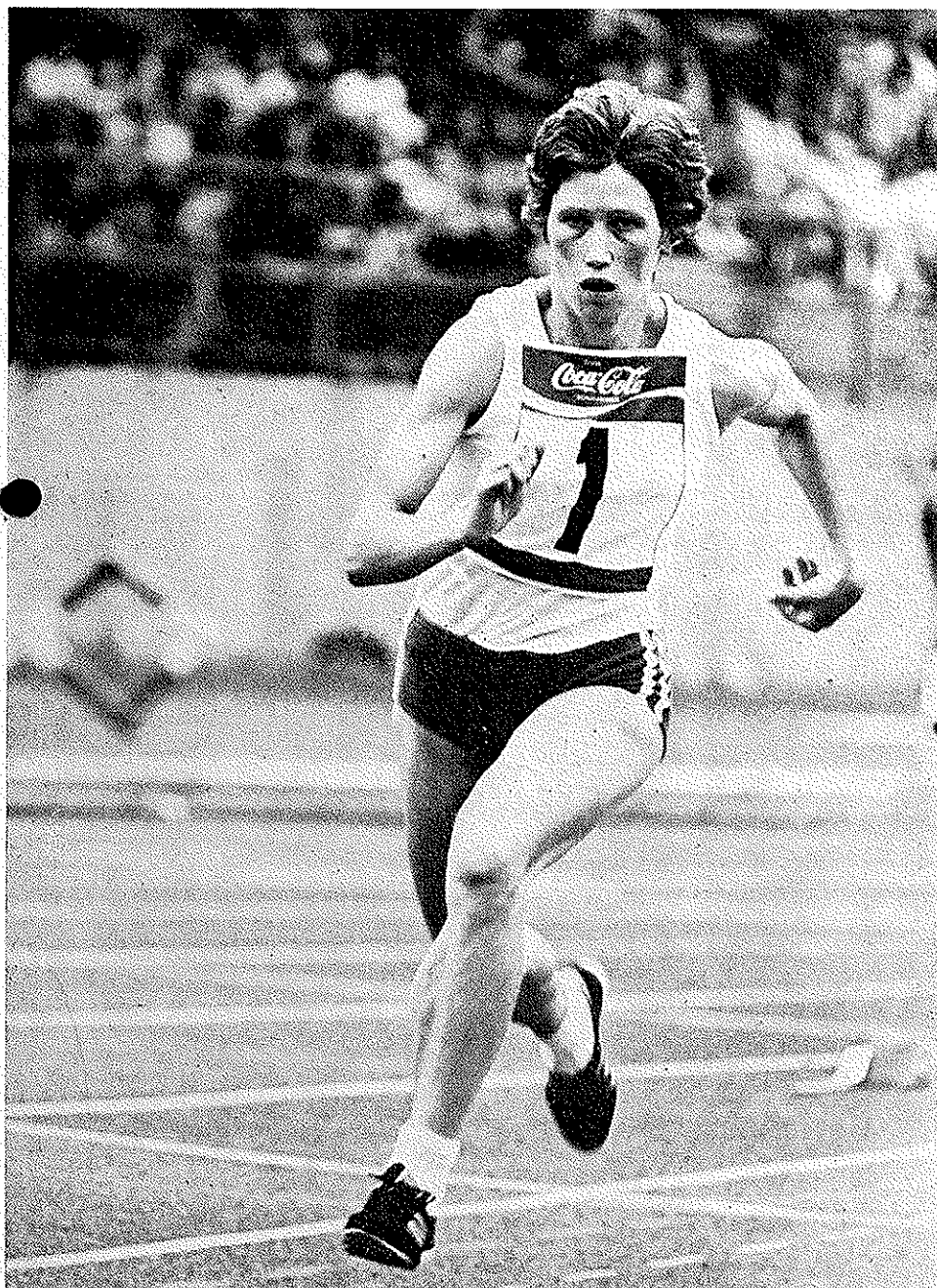
8/74

28. AUGUST 1974

ÖSTERREICHISCHE

leicht athletik

MITTEILUNGSBLATT DES ÖSTERREICHISCHEN LEICHTATHLETIK-VERBANDES



Österreichs Team in Rom:

Brigitte Haest
Eva Janko
Karoline Käfer
Peter Sternad
Sepp Zeilbauer

Karoline Käfer, im Oktober wird sie 20, wurde in Graz zum dritten Male hintereinander österreichische Meisterin über 100 m, 200 m und 400 m.

Ihre diesjährigen Bestzeiten: 11,6, 23,47 und 52,6.

Österreichische Meisterschaften 1974

Die österreichischen Einzel- und 4-x-100-m-Staffelmeisterschaften wurden vom 12. bis 14. Juli im Grazer Stadion Eggenberg, wo es seit heuer ebenso wie in Liebenau auch auf der Laufbahn Kunststoff gibt, ausgetragen. Der frühe Termin mußte wegen des Aufbauprogrammes für die Europameisterschaften gewählt werden. Am ersten Tag gab es den üblichen Meisterschaftsregen – ja mehr noch, während des gesamten 10000-m-Laufes goß es so schauerlich, daß einem die Athleten wahrlich leid tun konnten. Allen anderen Personen im Stadion kam die gedeckte Tribüne zugute. Die Bewerbe des Samstags und Sonntags gingen bei herrlichem Sommerwetter in Szene. Die Sonne brannte herunter, im Schatten maß man 30 Grad und mehr.

Ebenso wie im Vorjahr in Innsbruck wehte an allen drei Tagen Gegenwind und unsere Sprinter mußten wieder gegen ihn ankämpfen. Müssen sie denn überall in die ungünstigere Richtung laufen? Gewiß sieht sie auch das Publikum lieber auf der Gegengeraden zu den 10er Zeiten eilen, als unmittelbar vor sich zu 11ern! Nicht nur beim 100-m-Sprint der Männer störte der Wind: Männer: 100 m GW 1,3 – 200 m GW 2,3 – 110 m Hürden GW 1,3, Frauen: 100 m GW 0,3 – 200 m GW 2,6 – 100 m Hürden GW 4,1. Die Zeitmessung erfolgte elektronisch und ohne Vorschaltwert. Die Uhren wurden durch die Startpistole in Gang gesetzt, was natürlich schlechtere Zeiten als bei Handauslösung (im Vorjahr in Innsbruck) brachte. Zum Vergleich wurden die Sieger auch offiziell handgestoppt. Diese Zeiten in die Bestenlisten aufzunehmen ist allerdings nicht möglich, denn erstens besagt eine Regel der IAAF, daß bei Anwendung beider Messungen die elektronische zu werten ist, und zweitens gilt in der Leichtathletik der Grundsatz des gleichen Rechtes für alle Teilnehmer und diesem würde widersprechen, nur Laufsieger mit besseren Zeiten in die Statistiken aufzunehmen.

Die Organisation klappte vorzüglich. Ing. Karl Margreiter und Dr. Paul Haase leisteten mit ihren Teams ganze Arbeit. Angenehm fiel die Einsatzfreude des Platzmeisters im Eggenberger Stadion auf. Durch Aufspritzen versuchte er, die Laufbahn zu „kühlen“, um so den Sprintern zu besserern Zeiten zu verhelfen. Sehr gut klappte die Pressebetreuung. Die verteilten Unterlagen waren informativ, drei Minuten nach Ende jeden Bewerbes lagen die Resultate abgezogen bereit.

Für die ersten drei jedes Bewerbes gab es Ehrenpreise. Dies war wohl einmalig, vielleicht aber schon zu viel des Guten. Gewiß soll nicht nur der Sieg zählen, aber wird so der Wert eines Ehrenpreises nicht herabgemindert? Die zur Überreichung gelangenden Staatsmeisterschaftsmedaillen verlieren so auf alle Fälle an Bedeutung. Die gesonderte Ehrung von Zweit- oder Drittplazierten für herausragende Leistungen (z. B. österreichische Jugendrekorde) ist selbstverständlich zu begrüßen, in bestimmten Fällen können es auch Athleten auf den Plätzen 4, 5 oder 6 sein!

Sportlicher Höhepunkt dieser Titelkämpfe waren die 59,26 m von Eva Janko im Speerwurf und die 52,81 (handgestoppt 52,6) von Karoline Käfer über 400 m. Auch die 6,32 m von Hanna Kleinpeter im Weitsprung hatten Format. Bei den Männern ragten die 67,52 m von Peter Sternad mit dem Hammer, die 58,04 m von Hans Matous mit dem Diskus, die 76,32 m von Walter Pektor mit dem Speer, die 4,70 m von Lukas Rettenbacher im Stabhochsprung und die 51,60 von Gert Weinhandl über 400 m Hürden heraus.

In der Gesamtheit blieben die Leistungen aber leider hinter den Erwartungen zurück. Mögliche Gründe: Sieganwärter wurden nicht gefordert, elektronische Zeitmessung, Gegenwind. Nur in drei Bewerben der Männer und vier der Frauen gab es österreichische Jahresbestleistungen. Hinzu kommt je eine ÖJB-Egalisierung. Insgesamt gab es 19 Ergebnisse von mehr als 900 Punkten Wert (Männer 11, Frauen 8), 1973 waren es 28 (15 + 13), 1972 gar 34 (22 + 12).

Erfüllt wurden alle Erwartungen bezüglich des Nachdrängens der Jugend. Gab es in der Allgemeinen Klasse leider keinen Rekord, so stellte sich der Nachwuchs mit fünf (Junioren 1, Jugend 4) ein: Lukas Rettenbacher (Stab 4,70 m), Gerhard Unterkircher (400 m Hürden 54,72), Georg Werthner (Drei 14,80 m), Wilhelm Malle (Speer 73,90 m) und Angelika Schrott (1500 m 4:39,67). So wie 1973 im Tivolistadion mischte auch diesmal die Jugend kräftig mit und eroberte 16 Medaillen (männlich 6, weiblich 10) und 39 Plazierungen unter den ersten 6 (männlich 9, weiblich 30). Zu Gold kamen Wolfgang Tschirk (Hoch 2,03 m), Margit Danninger (Hoch 1,69 m) und Angelika Schrott (1500 m 4:39,67), zu Silber

Alexander Fortelny (200 m 22,43), Günther Pichler (800 m 1:55,09), Georg Werthner (Drei 14,80 m) und Wilhelm Malle (Speer 73,90 m) sowie Gabi Hareter (100 m 11,98), Doris Lickl (800 m 2:14,78), Anni Klemenjak (3000 m 10:39,0) und Gaby Dörflinger (Hoch 1,69 m).

Erfreulich ist, daß, obwohl der starke Jahrgang 1955 nunmehr schon zu den Junioren zählt, die Jugendbilanz gegenüber dem Vorjahr (36 Plazierungen) noch günstiger geworden ist. Das heißt, Talente, die bereits bei den Großen mitzumischen verstehen, gibt es in Österreich weiterhin in reichlichem Maße. Aus ihnen Klasseathleten zu formen, ist sowohl für die Vereine als auch für den ÖLV eine reizvolle Aufgabe. Die Bedingungen hierfür sind aus der Sicht des ÖLV nunmehr weitaus besser als in der Vergangenheit.

Für die Junioren gab es in Graz 25 Medaillen (männlich 15, weiblich 10) und 45 Plazierungen (männlich 27, weiblich 18) unter den ersten 6. In Innsbruck (mit dem Jahrgang 1952) waren es 22 Medaillen und gleichfalls 45 Plazierungen. Diese Juniorinnen (dreimal Gold für Karoline Käfer) und Junioren (Gold für Georg Regner, Herbert Tschernitz, Peter Lindtner, Helmut Matzner [2] und Lukas Rettenbacher) sind in der österreichischen Spitze fest etabliert. Für sie bedarf es keinen Schutzes in einer gesonderten Klasse.

Medaillen und Plazierungen:

Männer:	1.	2.	3.	4.	5.	6.		
Jugend B	0	1	0	0	0	0	=	1
Jugend A	1	3	1	2	1	0	=	8
Junioren	6	4	5	2	4	6	=	27
Allg. Klasse	12	9	13	13	12	9	=	68
Frauen:	1.	2.	3.	4.	5.	6.		
Schülerinnen	1	0	0	1	0	0	=	2
Jugend B	0	1	2	3	4	3	=	13
Jugend A	1	3	2	5	3	1	=	15
Juniorinnen	3	4	3	2	3	3	=	18
Allg. Klasse	7	4	5	1	2	4	=	23

In den technischen Bewerben wurden erstmals Qualifikationswettkämpfe durchgeführt, was zu kleinen und übersichtlichen Feldern in den Entscheidungen führte. Den Teilnehmern wurden die oft nervenaufreibend langen Pausen erspart, sie konnten technische Mängel besser korrigieren. Mit den Leistungen konnte man zufrieden sein. Bei den Männern gab es außer im Dreisprung und im Kugelstoß in allen Sprung- und Wurfbewerben bessere Siegesleistungen als im Vorjahr. Auch die Breite war gut. So sprangen erstmals beim gleichen Wettkampf sieben Österreicher 2 m oder höher und warfen drei (Titelverteidiger Schönbichler trat verletzt an) den Speer 72 m und weiter. Und in beiden Bewerben waren Jugendliche vorne mit dabei! In den Entscheidungen traten an: Männer: Hoch 9 (Qual. 21), Weit 7 (15), Stab 9 (14), Drei 9 (keine Qual.), Kugel 8 (keine Qual.), Diskus 8 (13), Speer 8 (10), Hammer 8 (keine Qual.) – Frauen: Hoch 9 (17), Weit 8 (15), Kugel 8 (12), Diskus 8 (11), Speer 8 (keine Qual.).

Zu den Bewerben

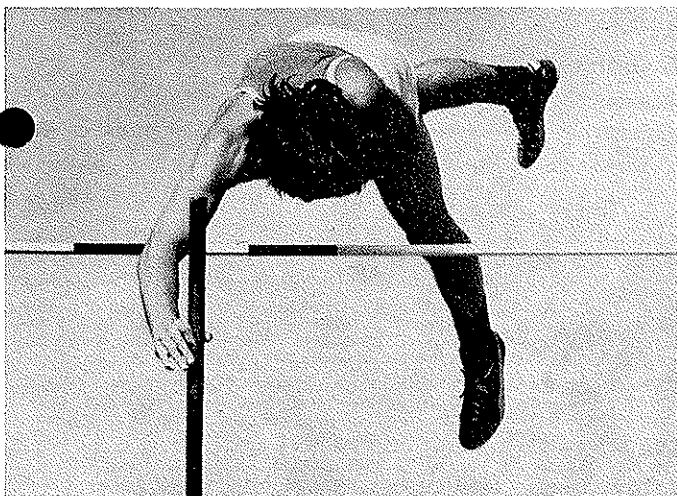
Nur wenige Sterne leuchten derzeit am österreichischen Sprinterhimmel. Erst sechs Männer liefen heuer die 100 m regulär schneller als in 10,9. Von ihnen fehlte Jugendmeister Gerhard Oberreiter wegen Verletzung. Den wenigen Guten wurde die Meisterschaft insofern erschwert, als man die Schnellsten drei Österreichs (Würfel, Regner, Schöberl) im ersten Zwischenlauf zusammant und zu ihnen den Zweiten und Dritten der Jugendmeisterschaften (Simota und Pregartbauer) steckte, also ein vorweggenommenes Finale setzte. Folgende elektronisch gemessenen Zeiten wurden notiert: Regner 10,62, Würfel 10,66, Schöberl 10,90, Vidic 10,91, Pregartbauer 11,06, Dr. Umfahrer 11,08, Simota 11,29. Paradoxer-

weise lautete auch die handgestoppte Siegerzeit (sicher die richtige!) 10,6. Ob da die elektronischen Werte nicht 10,82 bzw. 10,86 für Würfel geheißten haben? Für den Sieger hätte es ja sonst die Handzeit von 10,4 geben müssen. Der zweite Zwischenlauf wurde von Schittler in 11,12 (Hand 11,0) gewonnen. Im Finale (Gegenwind 1,3) waren vier Wiener voran: 1. Regner 11,08 (Hand 10,8), 2. Würfel 11,13, 3. Schittler 11,18, 4. Schöberl 11,23.

Über 200 m gab es heuer erst für zwei Österreicher 21er Zeiten, für Günther Würfel (Sieger) und Alexander Fedorczuk (fehlte wegen Verletzung). Bei 2,3-Gegenwind siegte Würfel überlegen in 21,96 vor Jugendmeister Alexander Fortelny, 22,43. Im 400-m-Finale starteten nur vier Athleten, Fortelny meldete sich ab, da er seine Chance über 200 m witterte, Martin Frei konnte wegen seiner Schweizer Staatsbürgerschaft nicht teilnehmen. Das Finish verlief spannend — total gleichauf Herbert Schrautner und Alois Zettl, beide 48,97. Zwei Meister? In Regel 29 (Gleiche Leistungen) der Wettkampfbestimmungen heißt es: „Ergibt sich bei einem Endlauf ein totes Rennen auf dem 1. Platz, so ist der Schiedsrichter berechtigt, die beiden im toten Rennen eingekommenen Läufer den Lauf wiederholen zu lassen, um eine Entscheidung herbeizuführen. Das Ergebnis bleibt bestehen, falls die Wiederholung nicht durchführbar ist.“ Nach Vorlage eines ärztlichen Attestes von Zettl sagte das Schiedsgericht den Entscheidungslauf ab und es gab zwei Sieger.

Über 800 m gefiel der mutige Lauf des 15jährigen Günther Pichler. Ohne Scheu zog er vorerst mit Karl Sandler mit und lief als dieser sein Tempo verschärfte, forsch allein weiter, um sich im Finish gegen den Routinier Rupert Baier (Vorjahreszweiter) durchzusetzen. Sowohl Platz als auch Zeit sind für einen Jugendlichen dieses Alters großartig: 1. Sandler 1:52,86, 2. Pichler 1:55,09, 3. Baier 1:55,12. Von den Assen fehlten über 1500 m Lindtner, Millonig, Händhuber, Steiner und Rettenbacher, die sich alle auf andere Bewerbe konzentrierten, und Rothauer. Nur Herbert Tschernitz blieb unter 4 Minuten (3:57,08) und siegte sicher vor Ambros Seyfried (4:00,06) und Heinrich Glas (4:00,64). Am Freitag danach lief Seyfried in Cilli 3:54,3.

Für die 5000 m waren 20 Athleten genannt, doch nur neun traten an und nur fünf kamen ins Ziel. Zu denen, die aufgaben, gehörte leider auch Josef Steiner — nach 2800 m. Heinrich Händhuber siegte sicher (14:59,4), Dietmar Millonig meinte nachher, er habe zu früh resigniert (15:04,0). Die 10000-m-Läufer drehten bei strömendem Regen ohne Rekordmann Steiner ihre 25 Runden. Händhuber lief der Konkurrenz auf und davon (30:31,6). Richard Fink wurde in 31:04,4 Zweiter. Der Grazer Marathonläufer absolvierte ein großes Programm. Er bestritt auch die 5000 m (5. in 15:28,0) und unmittelbar darauf die 1500 m (4. in 4:03,03). Vorarlberger Rekorde lief Gerd Kofler als Drittplatzierter über 5000 m (15:05,8) und 10000 m (31:21,6).



Gerd Weinhandl egalisierte über 400 m Hürden mit 51,60 seine persönliche Bestzeit und zugleich den Kärntner Rekord.

Über 110 m Hürden fehlten Hubert König und Armin Vilas wegen Verletzung. Sepp Zeilbauer siegte in 14,83 (handgestoppt 14,7) und bezwang Herbert Kreiner, 15,00 (Gegenwind 1,3). Zu feinen 51,60 kam Gert Weinhandl bei seinem Sieg über 400 m Hürden und egalisierte damit seine Bestzeit. Dr. Klaus Wetzlinger wurde in 53,92 Zweiter, Gerhard Unterkircher verbesserte in den Vorläufen den österreichischen Jugendrekord auf 54,72. Der 3000-m-Hindernislauf wurde zu einem Duell unserer beiden „Unter-9-

Minuten-Läufer“ Peter Lindtner und Peter Rettenbacher: Lindtner 9:11,8, Rettenbacher 9:17,0.

7 Athleten übersprangen im Finale die 2 m, Wolfgang Tschirk (Jg. 56, im 1. Versuch) und Anton Pargfrieder (Jg. 54 im 2. Versuch) auch 2,03 m. Beide egalisierten damit ihre persönlichen Bestleistungen und zugleich die Landesrekorde. Für Bernd Nöhrer und Kari Niederer wurden zwei Bronzemedailien benötigt; für Ernst Waibel gab es, obwohl auch er keinen Fehlsprung verzeichnete, nur Rang 5. Er hatte schon bei 1,85 m begonnen.

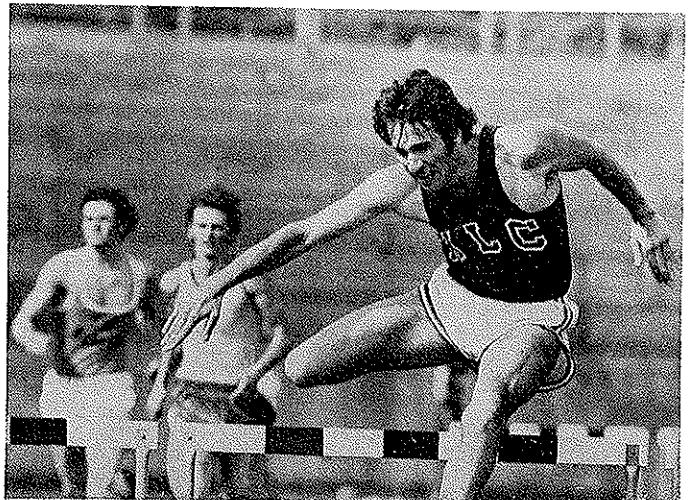


Der Jugendliche Wolfgang Tschirk (18, BAC) wurde mit 2,03 m österreichischer Meister im Hochsprung. Am 4. August steigerte er sich auf 2,07 m.

Viel umjubelter Sieger des Stabhochsprungs wurde der 19jährige Lukas Rettenbacher. Er übersprang auf Antrieb 4,30 m, 4,50 m und auch 4,60 m (zum dritten Male in diesem Jahr). Dann kamen 4,70 m und auch diese Höhe bewältigte der Salzburger — österreichischer Juniorenrekord! Nur Dr. Ingo Peyker sprang jemals höher. Diesmal scheiterte er allerdings bei seiner Anfangshöhe von 4,60 m. Gilbert Posch wurde mit seinen dritten 4,30 m Zweiter.

Helmut Matzner gewann mit 7,38 m den Weitsprung (vor Sepp Zeilbauer 7,23 m und Georg Werthner 7,10 m) und mit 15,12 m den Dreisprung. Zehnkämpfer Werthner verbesserte den österreichischen Jugendrekord, den Gerald Herzig mit 14,73 m gehalten hatte, auf 14,80 m.

Im Kugelstoß bezwang Hermann Neudolt (22) mit 16,25 m um 4 cm Hans Pötsch. Den Diskus warf Johann Matous zum zweiten Male in diesem Jahr weiter als 58 m. Er siegte mit 58,04 m (54,00 — 53,60 — 0 — 58,04 — 55,52 — 53,62). Gutes Niveau hatte der Speerwurf. Walter Pektor schloß mit 76,32 m an seine besten Tage an und hatte einen weiteren 75-m-Wurf in seiner Serie. Wilhelm Malle verbesserte seinen österreichischen Jugendrekord von 71,12 m im ersten Durchgang auf 72,32 m und im zweiten gar auf 73,90 m. Der 18jährige Kärntner ist bei der nächsten



Bilddokument: Der geglückte Versuch von Lukas Rettenbacher (19, U. Salzburg) über 4,70 m.

Junioren-EM noch startberechtigt. In Duisburg hätte es für 73,90 m Bronze gegeben. Auch Karl Pregl hatte einen guten Beginn - 72,28 m. Die Serien der ersten 2:
 Pektor 70,40 - 0 - 76,32 - 0 - 75,28 - 69,92
 Maile 72,32 - 73,90 - 0 - 67,84 - 66,04 - 70,90

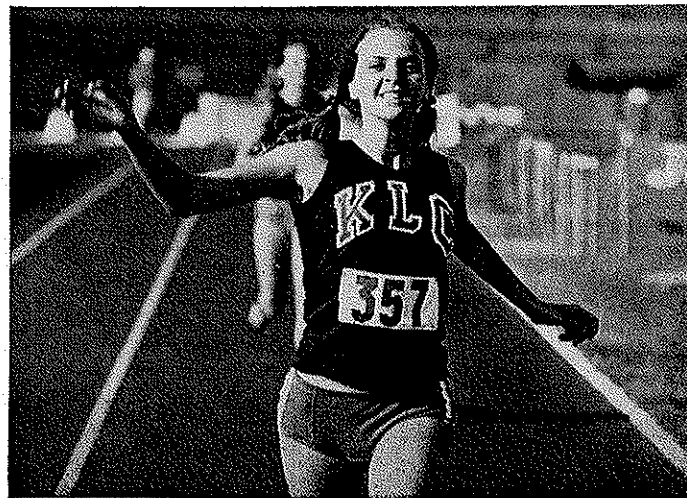
Sicherer Sieger des Hammerwerfens wurde Peter Sternad mit 67,52 m. Hinter Hans Pötsch (62,12 m) steigerte sich Tibor Horvath auf 61,54 m.

Der 4-x-100-m-Staffel des ULC Wildschek fehlte Alexander Fedorcuk doch zu sehr. Auf der Zielgeraden passierte KLC-Schlußläufer Woschitz den Jugendlichen Jell. Der KLC siegte in 42,09 (Kärntner Rekord) vor ULC Wildschek 42,18 und ULC De Beukelaer 42,44 (steir. Rekord).



Peter Sternad warf den Hammer im Eggenberger Stadion 67,52 m.

Erfolgreichste Athletin in Graz war Karoline Käfer. Sie gewann ebenso wie 1972 in Wien und 1973 in Innsbruck die 100 m (11,91), die 200 m (24,29) und die 400 m (52,81). Über Vergabe von Silber (Hareter 11,98) und Bronze (Haest 11,99) entschied über 100 m eine Hunderstelsekunde. Im 200-m-Bewerb setzte sich Brigitte Haest (24,91) im Kampf um Platz 2 gegen Silvia Schinzel (25,03) und Gabi Hareter (25,08) durch. Über 400 m wurde Hanni Burger in der persönlichen Bestzeit von 55,36 Zweite. Ihre gute Form bestätigte Karoline Käfer eine Woche später in Cilli mit 11,6 über 100 m und 52,6 über 400 m. Kärntner Siege brachten auch die 800 m (Rita Graf 2:13,13) und die 1500 m (Angelika Schrott 4:39,67). Als zweite Österreicherin nach Bärbel Schatz (Rekord 4:33,0) blieb Schrott unter 4:40. Auf der Zielgeraden kämpfte sie sich an Maria Sykora, die bei ihrem zweiten 1500-m-Lauf auf die Bestzeit von 4:43,55 kam, vorbei. Spannend verliefen die 3000 m. Doris Weilharter (10:38,0) war im Finish stärker als Anni Klemenjak (10:39,0). Carmen Mähr (14,19) bezwang über 100 m Hürden Doris Langhans (14,29), Petra Prenner (14,57) behauptete sich wie bei den Jugendmeisterschaften vor Eva Buchholz (14,65).



Angelika Schrott strahlt. Sie gewann in 4:39,67 vor Maria Sykora die 1500 m.

Meisterin im Hochsprung wurde die 13jährige Margit Danninger. Wohl überraschte, daß eine Schülerin die Staatsmeisterschaft gewann, eine Sensation war ihr Sieg aber nicht, denn sie lag ja schon vor diesen Titelkämpfen auf Rang 4 der Jahresbestenliste: Dörflinger/Jg. 57 1,73 m, Buchholz/Jg. 56 1,70 m, Sykora/Jg. 46 1,70 m, M. Danninger/Jg. 61 1,68 m. Buchholz kam wegen einer Fersenverletzung nicht über ihre Anfangshöhe, Sykora nur über 1,65 m. Margit Danninger und Gaby Dörflinger bewältigten 1,69 m, Margit im ersten, Gaby im dritten Versuch. Das war die Entscheidung! Bei 1,72 m glückte der jungen Riederin der dritte Sprung beinahe. Zum Vergleich zu Danningers 1,69 m: so wurde Ilona Gusenbauer, die man trotz des spannenden Kampfes sehr vermisse, am Beginn ihrer Karriere Meisterin - 1966 (19) mit 1,62 m, 1967 (20) mit 1,67, 1968 (21) mit 1,75 m.

Den Weitsprung beherrschte Hanni Kleinpeter sicher. Zum achten Male hintereinander wurde sie Meisterin. Diesmal mit 6,32 m. Serie: 6,17 - 6,31 - 0 - 6,32 - 0 - 6,19. Irmgard Hölzl absolvierte ihren zweiten 6-m-Wettkampf und hatte dabei gleich drei Sprünge von genau 6 Metern und als Bestweite 6,08 m/RW 2,6. Serie: 0 - 5,78 - 6,00 - 6,08 - 6,00/RW 1,8 - 6,00. Im Kampf um Bronze war Doris Langhans (5,92 m) glücklicher als Karin Danninger (5,91 m). Bestleistung gab es für Herta Max mit 5,79 m, aber auch Riki Lechner sprang gut - 5,76 m (in der Qualifikation 5,80 m).

Sichere Siege der Favorits gab es in den Wurfwerbungen. Obwohl Liese Prokop aus beruflichen Gründen nur wenig Zeit zum Training hatte, reichte diese für den Meistertitel mit der Kugel - 15,01 m, eine Weite, mit der eine Mehrkämpferin durchaus zufrieden sein darf. Gitta Hubner wurde beim vierten Wettkampf während ihrer Österreich-Aufenthaltes (sie lebt mit ihrem Gatten für ein Jahr in Südafrika) Meisterin mit dem Diskus mit 47,10 m. Susanne Spacek belegte mit 44,56 m Platz 2. Ihr erster 46-m-Wurf folgte drei Tage später in Wien - 46,66 m. Eva Janko gewann mit dem Speer mit der Weltklasseweite von 59,26 m (im ersten Versuch).

Schnellste 4-x-100-m-Staffel war die des ATSE Longlife-Graz mit dem steirischen Rekord von 47,99.

Die Geher bestritten im Eggenberger Stadion einen Rahmenbewerb über 10 km. Man wollte Aufschluß darüber erhalten, ob das Gehen meisterschaftswürdig ist. Der Test fiel durchaus positiv aus. 14 Geher beteiligten sich am Bewerb, 10 erreichten das Ziel. Die Zeiten litten unter der enormen Hitze, der die Athleten am Samstagvormittag 25 Runden lang ausgesetzt waren. Ludwig Niestelberger feierte, obwohl noch an den Folgen eines Mopedunfalles leidend, einen überlegenen Sieg vor dem talentierten Wolfgang Burgstaller und dem am Anfang lange in Führung gelegenen Johann Siegele.

1. Niestelberger, 48 (UKJ Wien) 54:13,0, 2. Burgstaller, 56 (Spittal) 55:09, 3. J. Siegele, 48 (Reutte) 55:01,4, 4. Strieder, 49 (Spittal) 56:48,8, 5. Heger, 55 (Post Wien) 58:19,2, 6. Wegscheider, 46 (Spittal) 59:29,6, 7. Gobald, 54 (Spittal) 59:39,6, 8. Dany, 40 (ÖTB Salzburg) 61:08,2, 9. W. Siegele, 58 (Reutte) 62:52,2, 10. Miklau, 24 (Treibach) 72:12,6.

Ergebnisse:

Männer:

100 m-GW 1,3: 1. Regner Georg, 53 (Wi) 11,08/10,8 (ZL 10,62/10,6), 2. W. Günther, 48 (Wi) 11,13 (ZL 10,66), 3. Schlitter Walter, 53 (Wi) 11,18 (VL 11,02), 4. Schöberl Dietmar, 52 (ÖTB Wien) 11,23 (ZL 10,90), 5. Vidic Bertram, 51 (ATG) 11,31 (ZL 10,91), 6. Dirnböck Walter, 54 (Beuk) 11,39 (VL 11,07/RW 2,1), 7. Rednak Franz, 49 (Feldkirchen) 11,44 (VL 11,15), 8. Pregartbauer Winfried, 56 (Beuk) 11,47 (ZL 11,06).

200 m-GW 2,3: 1. Würfel Günther 21,96/21,7, 2. Fortelny Alexander, 56 (WAT) 22,43, 3. Woschitz Karl, 46 (KLC) 22,60, 4. Schöberl Dietmar 22,66, 5. Vidic Bertram 22,68 (VL 22,60/22,4), 6. Berchtold Wolfgang, 55 (Montfort) 22,80 (VL 22,60/22,4).

400 m: 1. Schrautzer Herbert, 46 (Post Graz) und Zettl Alois, 51 (Ti) 48,97/48,8, 3. Mayramhof Klaus, 51 (LCT) 49,58, 4. Bamberger Franz, 51 (U. Salzburg) 50,16 (VL 49,80) - VL: Fortelny Alexander 50,64.

800 m: 1. Sandler Karl, 51 (Wi) 1:52,86/1:52,7, 2. Pichler Günther, 59 (dou) 1:55,09, 3. Baier Rupert, 60 (U. Salzburg) 1:55,12, 4. Höfner Konrad, 49 (ULC Linz) 1:57,62, 5. Hofer Erich, 51 (Ti) 1:57,87 (VL 1:57,18), 6. Hitzl Johann, 52 (dou) 1:59,36 (VL 1:57,82).

1500 m: 1. Tschernitz Herbert, 53 (SVS) 3:57,08/3:56,8, 2. Seyfried Ambros, 47 (Longlife) 4:00,06, 3. Glas Heinrich, 53 (Post Wien) 4:00,64, 4. Fink Richard, 48 (Post Graz) 4:03,03, 5. Marsch Gerhard, 49 (Ti) 4:03,25, 6. Hitzl Johann 4:04,90, 7. Plerer Gerhard, 53 (Fürstenfeld) 4:04,98, 8. Soos Rainer, 54 (KLC) 4:06,07.

5000 m: 1. Händlhuber Heinrich, 47 (VOEST) 14:59,4, 2. Millonig Dietmar, 55 (SVS) 15:04,0, 3. Kofler Gerd, 47 (Montfort) 15:05,8 (Vbg.-Rek.), 4. Pumhösl Franz, 43 (Elsenerz) 15:23,0, 5. Fink Richard 15:28,0.

10000 m: 1. Händlhuber Heinrich 30:31,6, 2. Fink Richard 31:04,4, 3. Kofler Gerd 31:21,6 (Vbg.-Rek.), 4. Thausing Albrecht, 47 (Elsbethen) 31:29,4, 5. Pumhösl Franz 31:51,2, 6. Schtelch Andreas, 49 (IAC) 31:51,2, 7. Bierbaumer Günther, 54 (KLC) 32:16,2, 8. Holzleitner Anton, 37 (Elsbethen) 32:48,0.

110 m Hürden-GW 1,3: 1. Zellbauer Sepp, 52 (MLG) 14,83/14,7, 2. Kreiner Herbert, 55 (ATSV Linz) 15,00 (VL 15,02/14,8), 3. Aberer Hans, 53 (Montfort) 15,23, 4. Mayramhof Jörg, 56 (LCT) 15,49, 5. Gossar Harald, 52 (Beuk) 15,50, 6. Vietz Johann, 46 (U. Salzburg) 15,93 (VL 15,73), 7. Satzmann Elmar, 44 (Lustenau) 16,02 (VL 15,55), 8. Smoly Fritz, 52 (Wi) 16,18 (VL 15,76).

400 m Hürden: 1. Weinhandl Gert, 47 (KLC) 51,60 (Ktn. Rek. egal.), 2. Dr. Wetzlinger Klaus, 46 (U. Salzburg) 53,92, 3. Trummer Eduard, 49 (Gratkorn) 54,54, 4. Berchtold Wolfgang 55,10 (VL 54,51, Vbg. Rek.), 5. Unterkircher Gerhard, 56 (LCT) 55,50 (VL 54,72, österr. Jug.-Rek.), 6. Peintner Hubert, 49 (Lustenau) 56,12 (VL 56,08).

3000 m Hindernis: 1. Lindtner Peter, 54 (Steyr) 9:11,8/9:11,4, 2. Rettenbacher Peter, 46 (U. Salzburg) 9:17,0, 3. Diepold Willi, 50 (Post Wien) 9:35,8, 4. Gradinger Karl, 55 (U. Braunau) 9:42,4, 5. Flechl Hans, 54 (Post Graz) 9:44,0, 6. Mayer Hans-Otto, 49 (Post Graz) 9:50,0, 7. Soos Rainer 9:53,8, 8. Hollenstein Wolfgang, 48 (Jahn Lustenau) 9:54,2.

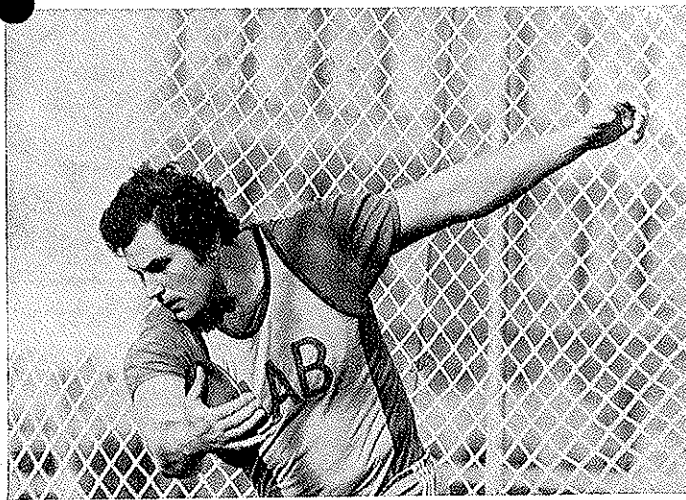
Hoch: 1. Tschirk Wolfgang, 56 (BAC) 2,03 (NO. Rek. egal.), 2. Pargfrieder Anton, 54 (ATSV Linz) 2,03 (OO. Rek. egal.), 3. Niederer Karl, 54 (Fürstenfeld) und Nöhner Bernd, 55 (ATSVI) 2,00, 5. Waibel Ernst, 55 (Hohenems) 2,00 (Vbg. Rek. egal.), 6. Gehmacher Dieter, 49 (TI) 2,00, 7. Gurker Walter, 54 (KLC) 2,00, 8. Zeilbauer Sepp 1,95, 9. Steinbach Wolfgang, 52 (Wi) 1,95.

Welt: 1. Matzner Helmut, 53 (ATSV Linz) 7,38, 2. Zeilbauer Sepp 7,23, 3. Werthner Georg, 56 (ULC Linz) 7,10, 4. Dorfer Erwin, 48 (Feldkirchen) 7,05, 5. Zechner Manfred, 54 (Feldkirchen) 6,99, 6. Leitner Alexander, 55 (U. Scharding) 6,84 (Q 6,84), 7. Jakob Franz, 49 (U. Salzburg) 6,61 (Q 6,73) — Q: Wildschek Erich, 41 (Wi) 6,85.

Stab: 1. Rettenbacher Lukas, 55 (U. Salzburg) 4,70 (österr. Jun.-Rek.), 2. Posch Gilbert, 53 (TI) 4,30, 3. Frischmuth Michael, 41 (Post Wien) 4,20, 4. Wilhelm Hubert, 47 (TI) 4,10, 5. Batik Heinrich, 39 (Rai) 4,00 (Q 4,10) — Q: Dr. Peyker Ingo, 41 (Post Graz) 4,20, Aberer Hans 4,00, Hall Marc, 58 (SVS) 4,00, Smoly Fritz, 52 (Wi) 4,00, Parger Gerhard, 58 (U. Salzburg) 4,00.

Drel: 1. Matzner Helmut 15,12, 2. Werthner Georg 14,80 (österr. Jug.-Rek.), 3. Füzesy Ede, 43 (Wi) 14,41, 4. Libal Heinrich, 52 (Rai) 14,40, 5. Schwaiger Wilhelm, 49 (dou) 13,88, 6. Leitner Alexander 13,51, 7. Dorfer Erwin 13,48, 8. Sams Erich, 52 (JLC Linz) 13,35.

Kugel: 1. Neudolt Hermann, 52 (Post Wien) 16,25, 2. Pötsch Hans, 33 (Beuk) 16,21, 3. Dr. Bialonczyk Wolf, 43 (Wr. Neustadt) 16,02, 4. Reich Ferdinand, 40 (TI) 15,97, 5. Eichinger Hans, 44 (ATSV Linz) 15,25, 6. Pink Hans, 47 (KSV) 15,13, 7. Grashofer Herbert, 48 (Ternitz) 14,77, 8. Ratzler Franz, 39 (Bad Ischl) 14,31.



Hans Matous warf den Diskus heuer bereits 58,32 m. Österreichischer Meister wurde er mit 58,04 m.

Kugel: 1. Matous Hans, 42 (UAB) 58,04, 2. Dr. Soudek Ernst, 40 (Cri) 51,30, 3. Eichinger Hans 50,08, 4. Pink Hans 49,20, 5. Neudolt Hermann 49,20, 6. Frank Georg, 51 (KLC) 45,26, 7. Dr. Bialonczyk Wolf 44,72, 8. Matous Karl, 36 (UAB) 44,04.

Speer: 1. Pektor Walter, 45 (Wi) 76,32, 2. Malte Wilhelm, 56 (KLC) 73,90 (österr. Jug.-Rek.), 3. Pregl Karl, 50 (Longlife) 72,28, 4. Werthner Georg 62,70 (Q 64,48), 5. Varga Jozsef, 55 (UKJ Wien) 62,40, 6. Illes Stefan, 54 (Oberwart) 60,28 (Q 62,84), 7. Grabner Kurt, 47 (U. Salzburg) 60,06, 8. Dr. Schönbichler Helmut, 46 (TI) 59,20 (Q 64,72).

Hammer: 1. Sternad Peter, 46 (Villach) 67,52, 2. Pötsch Hans 62,12, 3. Horvath Tibor, 52 (Gratkorn) 61,54, 4. Viertbauer Helmo, 43 (U. Salzburg) 57,46, 5. Edelitsch Walter, 36 (Wi) 53,54, 6. Siart Rudolf, 53 (SVS) 52,18, 7. Grashofer Herbert 49,14, 8. Dr. Pichler Günther, 42 (Lustenau) 47,78.

4 x 100 m: 1. KLC (Gurker-54, Miklautsch-47, Weinhandl-47, Woschitz-48) 42,09 (Ktn. Rek.)/41,5, 2. ULC Wildschek (Schittler-53, Regner-53, Würfel-48, Jell-57) 42,18, 3. ULC De Beukeiaer (Husty-54, Dr. Umfahrer-47, Dirnböck-54, Pregartbauer-56) 42,44 (steir. Rek.), 4. Post SV Graz (Michelitsch-55, Steiner-55, Baumgartner-49, Schrautzer-46) 42,78, 5. SVS Schwechat (Lechner-54, Gloggnitzer-47, Schasse-50, Hall-58) 43,18.

Frauen:

100 m, GW 0,3: 1. Käfer Karoline, 54 (KAC) 11,91/11,7, 2. Hareter Gabl, 58 (OTB Wien) 11,98, 3. Haest Brigitte, 48 (Bregenz) 11,99, 4. Prenner Petra, 58 (Longlife) 12,23, 5. Holzschuster Monika, 55 (Wi) 12,24, 6. Schinzel Silvia, 58 (SVS) 12,27, 7. Mähr Carmen, 51 (Schwarzach) 12,37 (VL 12,36), 8. Burger Hanni, 53 (SVS) 12,53 (VL 12,36).

200 m, GW 2,6: 1. Käfer Karoline 24,29, 2. Haest Brigitte 24,91, 3. Schinzel Silvia 25,03, 4. Hareter Gabl 25,09, 5. Burger Hanni 25,41 (VL 25,19), 6. Massing Gerlinde, 51 (Post Wien) 25,46.

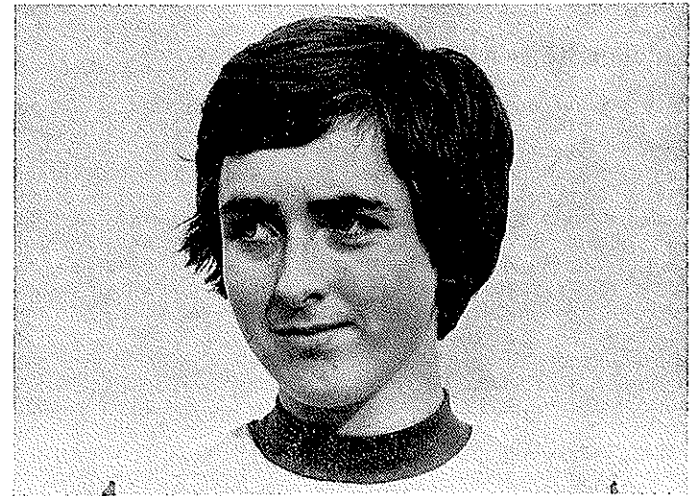
400 m: 1. Käfer Karoline 52,81 (Ktn. Rek.)/52,6, 2. Burger Hanni 55,36, 3. Massing Gerlinde 56,37, 4. Petutschnig Elisabeth, 60 (KLC) 56,69, 5. Mühlbach Andrea, 57 (ULC Linz) 57,63 — VL: Schinzel Silvia 57,38.

800 m: 1. Graf Rita, 52 (KLC) 2:13,13, 2. Lickl Doris, 57 (Post Graz) 2:14,78, 3. Schrott Angelika, 57 (KLC) 2:15,88, 4. Bichlbauer Margit, 54 (OTB Wien) 2:20,49, 5. Sator Inge, 58 (Böheimk.) 2:20,53, 6. Kronlachner Gabi, 59 (dou) 2:21,51.

1500 m: 1. Schrott Angelika 4:39,67 (österr. Jug.-Rek.), 2. Sykora Maria, 46 (Rai) 4:43,55, 3. Rundel Marlies, 54 (Lustenau) 4:52,23, 4. Hennigs Dorli, 51 (Post Wien) 4:52,93 (Wr. Rek.), 5. Sattelberger Brigitte, 58 (Geboltsk.) 4:57,33, 6. Sator Ilse 4:58,58.

3000 m: 1. Weiharther Doris, 52 (TI) 10:38,0 (Tir. Rek.), 2. Klemenjak Anni, 56 (Maria Elend) 10:39,0, 3. Schrott Angelika 10:42,8, 4. Lacker Monika, 57 (KAC) 10:54,8, 5. Sattelberger Brigitte 10:56,4 (OO. Rek.), 6. Hennigs Dorli 10:57,8 (Wr. Rek.).

100 m Hürden, GW 4,1: 1. Mähr Carmen 14,19/14,0, 2. Langhans Doris, 51 (Beuk) 14,29, 3. Prenner Petra 14,57, 4. Buchholz Eva, 56 (Post Wien) 14,65 (VL 14,62/14,4), 5. Lechner Riki, 57 (SVS) 14,71, 6. Suchanek Gertrude, 54 (Ternitz) 15,16, 7. Kohroser Heidi, 55 (Beuk) 15,20 — VL: Max Herta, 45 (Cri) 15,47, Thurner Karin, 58 (Beuk) 15,60, Kurkowski Evelin, 54 (U. Salzburg) 15,67 (Sbg. Rek.).



Margit Danninger (13, LAG Ried) steigerte sich auf 1,69 m und wurde damit österreichische Meisterin im Hochsprung.

Hoch: 1. Danninger Margit, 61 (Ried) 1,69 (OO. Rek. egal.), 2. Dörflinger Gaby, 57 (Rai) 1,69, 3. Sykora Maria 1,65, 4. Danner Heilga, 55 (ATSV Linz) 1,60 (Q 1,63), 5. Koblmüller Marianne, 58 (ATSV Linz) 1,60, 6. Max Herta 1,55 (Q 1,60), 7. Slawik Elisabeth, 54 (SVS) 1,55 (Q 1,60), 8. Hanselitsch Sigrid, 53 (dou) 1,55 (Q 1,60) — Q: Buchholz Eva 1,60.

Welt: 1. Kleinpeter Hanna, 45 (UKS) 6,32, 2. Hölzl Irmgard, 55 (ULC Linz) 6,08/RW 2,6 (6,00/RW 0,6), 3. Langhans Doris 5,92, 4. Danninger Karin, 58 (Ried) 5,91, 5. Max Herta 5,79, 6. Lechner Riki 5,76, 7. Neumüller Gaby, 54 (WAT) 5,61/RW 4,6 (5,43/RW 1,8), 8. Koblmüller Marianne 5,59/RW 2,8 (5,44/RW 0,6).

Kugel: 1. Prokop Liese, 41 (Rai) 15,01, 2. Hofer Erika, 53 (ATSV Linz) 13,75, 3. Janko Eva, 45 (Rai) 13,40, 4. Jagenbrein Stefanie, 56 (UAB) 13,11, 5. Lechner Riki 12,72, 6. Morocutti Ulli, 54 (U. Salzburg) 12,68 (Sbg. Rek.), 7. Hubner Gitta, 44 (ATSV Linz) 12,03, 8. Merkl Christa, 58 (ULC Linz) 11,95.

Diskus: 1. Hubner Gitta 47,10, 2. Spacek Susanne, 55 (WAT) 44,56, 3. Weiland Irene, 53 (Herzm.) 41,88 (Q 42,90), 4. Jagenbrein Stefanie 39,06, 5. Exl Anne-liese, 43 (Herzm.) 38,08, 6. Hofer Erika 38,06, 7. Morocutti Ulli 34,20 (Q 35,48), 8. Reinthaler Maria, 55 (ATG) 33,44 (Q 38,18).

Speer: 1. Janko Eva, 45 (Rai) 59,26, 2. Obentraut Elisabeth, 50 (Wi) 44,88, 3. Slawik Elisabeth 44,36, 4. Cejka Edeltraud, 56 (ATSV Linz) 44,30, 5. Kleinbauer Anneliese, 53 (TV St. Pöitlen) 43,76, 6. Ursella Renate, 51 (Montfort) 43,48, 7. Plaikner Sylvia, 57 (LCT) 38,66, 8. Berlinger Ines, 57 (KLC) 37,18.

4 x 100 m: 1. ATSE Longlife Graz (Edlinger-49, Prenner-58, Reitzer-57, Seiger-54) 47,99 (steir. Rek.)/47,7, 2. SVS Schwechat (Balogh-58, Burger-53, Lechner-57, Schinzel-58) 48,19 (VL 48,06/47,7), 3. TS Bregenz (Seifert-55, Brüstle-58, Pichler-47, Haest-48) 48,24 (Vbg. Rek.), 4. LG Post Wien (Heimgartner-57, Buchholz-56, Braun-54, Massing-51) 48,28, 5. ULC De Beukeiaer (Kohroser-55, Thurner-58, Novak-58, Langhans-51) 49,00 (VL 48,74/48,5), 6. ULC Linz-Oberbank (Feichtinger-57, Mühlbach-57, Steininger-55, Hölzl-55) 49,21 (VL 49,16).

Otto Baumgarten

Österreichischer Cup 1974

Gesamt-Punktstand nach den Österreichischen Mehrkampfmeisterschaften in Linz:

1. SVS Schwechat	28.520
2. ULC Linz-Oberbank	26.209
3. ULC De Beukeiaer Graz	20.972
4. KLC	20.560
5. LG Post Wien	18.508
6. ATSE Longlife Graz	17.641
7. ULC Wildschek	15.289
8. U. Salzburg	15.285
9. LCA doubrava	15.230
10. ATSV Linz-Sparkasse	13.886

Österreicher starteten im In- und Ausland

Eva Janko beim DLV-Frauensportfest

Nur eine Station auf dem Weg zur 60-m-Form war für Eva Janko das internationale Frauensportfest des DLV am 5. Juli in Frankfurt. Sie warf den Speer 56,76 m und belegte damit Rang 5 hinter der Lokalmatadorin Marion Becker (60,40 m), der bulgarischen Rekordinhaberin Lutwian Mollowa (59,78 m), der ungarischen Rekordinhaberin Maria Vago-Kucserka (59,34 m) und ihrer deutschen Freundin Ameli Koloska (57,18 m).

Karoline Käfer lief in Cilli 11,6 und 52,6

Zwei schöne internationale Erfolge feierte Karoline Käfer am 19. Juli in Cilli (Jugoslawien). Sie gewann die 100 m in der persönlichen Bestzeit von 11,6 und die 400 m in 52,6. Beide Leistungen sind Kärntner Rekord. Über 100 m hatte Käfers Bestzeit seit 1971 11,6 gelautet, über 400 m war sie erst einmal schneller gewesen, im Vorjahr mit 52,1. Die 100 m gewann die KAC-Athletin vor Veljanovska (J) 11,9, Djurdja Focic (J) 12,0, Branislava Gak (J) 12,1, Monika Holzschuster 12,1 und Gerlinde Massing 12,3, die 400 m vor Jadranka Maric (J) 55,5, Jurac (J) 56,7 und Massing 56,9. Jugo-As Jelica Pavlicic erreichte im B-Lauf über 100 m nur 11,7.

Vierte Plätze gab es für Georg Regner über 100 m in 10,8 und Ambros Seyfried über 1500 m in der Bestzeit von 3:54,3 (1. Bozinovic 3:45,5). Im 800-m-Lauf der Frauen bezwang Danica Urankar (J) in 2:05,2 Vera Kasap-Nikolic (J) 2:05,2 und Francie Larrieu (USA) 2:06,4. Angelika Schrott wurde in 2:12,9 Siebente, Rita Graf, die in der ersten Runde für Tempo gesorgt hatte (61,5) in 2:17,8 Zehnte. Der Höhepunkt des Meetings waren die 800 m der Männer, die Lucano Susanj (J) in der europäischen Jahresbestzeit von 1:44,7 vor Mark Winzenried (USA) 1:47,4 gewann.

Weitere Ergebnisse: Männer: 100 m: 1. Karasi (J) 10,5, 4. Regner 10,8, 5. Dirnböck 10,9, 6. Husly 11,2 - VL: Gurker 11,1, Schittler 11,1, Pregartbauer 11,2, Massing 11,2 - 400 m: 1. Bolding (USA) 46,2 - Hoch: 1. Stones (USA) 2,18 - Kugel: 1. Woods (USA) 20,41, 2. Feuerbach (USA) 20,34 - Diskus: 1. Powell (USA) 63,90 5. Frank 48,12 - 4 x 100 m: 1. Jugoslawien 41,2, 2. ULC De Beukelaer (Husty-Dr. Umfahrer-Dirnböck-Pregartbauer) 42,5 - Frauen: Speer: 1. Bejak-Urbancic (J) 60,00.

Internationale Meisterschaften von Polen

Gute Figur machte Österreichs kleine Auswahl bei den internationalen Meisterschaften von Polen in Bydgoszcz bei Warschau (vom 18. bis 21. Juli). Bei äußerst ungünstigen äußeren Verhältnissen (Kälte, Wind, strömender Regen) hielt Johann Wolfgang im Zehnkampf tapfer durch und belegte mit 7135 Punkten (11,2-7,04-12,19-1,97-52,9-15,3-36,26-4,00-51,68-4:38,2) Rang 5. Von den 22 gestarteten Athleten bestanden nur 11 den Härtestest. Ryszard Katus siegte mit phantastischen 7938 Punkten (10,9-7,03-14,48-1,88-49,5-14,2-44,96-4,60-62,92-4:48,3) überlegen vor Rainer Pottel (DDR) 7553 P., Lech Nikitin 7512 P., Edward Mis 7497 P., Johann Wolfgang 7135 P. und Podgorski 7021 P. Nach 9 Bewerben lag Wolfgang nur 30 Punkte vor Podgorski, ein guter 55-m-Speerwurf (1. Versuch) war ihm für ungültig erklärt worden, was einige polnische Zehnkämpfer so erboste, daß sie dem Kampfgericht die Wettkampfregeln auseinandersetzen begannen. Im Juni hatte der Vorarlberger in Prag 7198 Punkte erzielt.

Günther Würfel wurde über 200 m (GW 1,5) in 21,6 Siebenter. Marek Bedynski siegte in 21,1 vor seinem Landsmann Jerzy Czerbniak, 21,1. Arges Pech hatte Gert Weinhandl. Im 400-m-Hürdenlauf an der dritten Stelle plazierte, blieb er an der 9. Hürde hängen und stürzte. Jerzy Hewelt siegte in 50,6 vor Tadeusz Kulczycki 51,4 und Waldemar Szlendak (alle Polen) 52,0. Bei der 8. Hürde hatte Betreuer Konrad Lerch den Kärntner mit 36,8 herausgestoppt.

Den Fünfkampf der Frauen gewann die Kanadierin Jones mit 4286 Punkten (14,2-14,95-1,69-5,82-26,0) vor Meisemann (DDR) 4080 P., Jazwicka (Pol) 4068 P. und der besten Jugendlichen Polens, Jolanta Szuba (Jg. 56) 4052 P. (14,5-11,21-1,63-5,90-25,2). Mit gleichfalls 4052 Punkten (14,0-11,77-1,60-5,72-25,5) wurde Doris Langhans Fünfte, Riki Lechner kam zum zweitbesten Ergebnis ihrer bisherigen Laufbahn und erreichte mit 3838 Punkten (14,5-12,21-1,55-5,45-26,3) Rang 7. Vor allem ihre Verbesserungen in den Laufbewerben sind sehr erfreulich.

Carmen Mähr traf über 100 m Hürden auf die polnische Spitze: 1. Nowak 12,8, 2. Rabszyn 13,3, 3. Nowakowska 13,3, 4. Mähr 13,9, 5. Bottiglieri (I) 14,0. Herausragende Sprinterin war natürlich Irena Szewinska. Sie gewann die 100 m in 10,9 (im Vorlauf Mähr 12,4) und die 200 m in 22,2.

Großartige Eva Janko - 61,56 m in London

Obwohl die Bedingungen im Crystal Palace von London nicht die besten waren (arger Gegenwind) und Eva Janko eine Muskelverletzung sehr schmerzte, gab es auch heuer (1973 Ilona Gusenbauer) bei den internationalen britischen Frauenmeisterschaften einen glanzvollen österreichischen Sieg. Eva Janko warf den Speer 61,56 m! Diese Weite, erzielt am 20. Juli, bedeutet britischen „All-Comers-Rekord“ - der österreichische ist 24 cm besser. Die Südstädterin, die heuer schon einmal weiter als 60 m geworfen hatte (60,78 m in Südafrika), schob sich mit den 61,56 m auf Rang 4 der Weltrangliste vor.

Die 60-m-Würfe von Eva Janko

- 61,80 m - Innsbruck, 27. Juli 1973
- 61,56 m - London, 20. Juli 1974
- 60,88 m - Pretoria, 6. April 1973
- 60,78 m - Pretoria, 27. April 1974
- 60,48 m - Wien, 1. Oktober 1972
- 60,34 m - Győr, 30. Mai 1971
- 60,14 m - Frankfurt, 23. Juni 1973
- 60,00 m - Graz, 14. September 1972

Internationaler Savaria-Cup der Junioren

Platz 2 mit 112 Punkten gab es am 23. Juli beim Savaria-Cup in Steinamanger für die Steiermark - hinter Slowenien (141 P.), aber vor West-Ungarn (85 P.). Jugendliche und Junioren des Jahrganges 1955 waren startberechtigt.

Die beste Leistung im steirischen Team bot der 19jährige Hochspringer Karl Niederer. Er steigerte sich von 2 m auf 2,03 m und stellte die österreichische Jahresbestleistung, gehalten von Zeilbauer, Tschirk und Pargfrieder, ein. Peter Michelitsch gewann die 100 m in 10,9.

Bei den Frauen überraschten Karin Thurner mit 12,3 über 100 m und Heidi Kohroser mit 14,8 über 100 m Hürden.

Männer: 100 m: 1. Michelitsch 10,9, 3. Pregartbauer 11,2 - 400 m: 1. Prdec (S) 50,1, 4. Zechner 51,5, 5. Michelitsch 51,8 - 1500 m: 1. Kovacic (S) 4:02,0, 2. Fiechl 4:04,0 - Hoch: 1. Niederer 2,03, 4. Tattermus 1,80 - Weit: 1. Steiner 6,56 - Speer: 1. Bauly 55,10 - 4 x 100 m: 1. Slowenien 43,0, 2. Steiermark 43,2.

Frauen: 100 m: 1. Thurner 12,3 - 400 m: 1. Tober (S) 57,0, 3. Lickl 57,9 - 100 m Hürden: 1. Kohroser 14,8 - Hoch: 1. Subic (S) 1,63, 4. Kresbach 1,50 Kugel: 1. Horvath (WU) 12,41, 3. Kresbach 11,85, 4. Reinthalter 11,49 - 4 x 100 m: 1. Slowenien 49,8, 2. Steiermark 50,4.

Bleikristallmeeting in Ebensee

Höhepunkte des internationalen Bleikristallmeetings am 4. August in Ebensee, mit Teilnehmern aus Deutschland, Großbritannien, den USA und Österreich, war der 64,40-m-Diskuswurf des amerikanischen Weltklassemanes Mac Wilkins. Die Speerwurf-Olympiadritte Kathy Schmidt (USA) kam unerwartet ohne eigenes Gerät - nur 55,48 m. Eva Wilms, die deutsche Kugelstoßmeisterin, näherte sich mit 17,30 m bis auf 4 cm dem BRD-Rekord. Die Weitsprung-siege holten sich Helmut Matzner (7,43 m) und Liese Prokop (5,94 m). Bester Sprinter war Walter Schittler mit 10,7 bei totaler Windstille.

Männer: 100 m: 1. Schittler (Wi) 10,7 - 400 m: Sammt (Post Graz) 51,0 - 5000 m: 1. Fink (Post Graz) 14:56,8, 2. Pumphösl (Eisenerz) 15:32,4, 3. Gradinger (Braunau) 15:39,8 - Hoch: 1. Niederer (Fürstenfeld) 2,01, 2. Gehmacher (Ti) 2,01, 3. Krifter (Steyr) 1,98, 4. Steinbach (Wi) 1,98, 5. Köhler (D) 1,98, 6. Mandl (Beuk) 1,90 - Weit: 1. Matzner (ATSVL) 7,43, 2. Dr. Peyker (Post Graz) 6,94, 3. König (Beuk) 6,93, 4. Wildschek (Wi) 6,84, 5. Zechner (Feldk.) 6,83, 6. Wöckinger (ULCL) 6,76, 7. Costa (Ebensee) 6,76, 8. Krispler (OTB Salzburg) 6,73 - Stab: 1. Speckbacher (Ti) 4,20, 2. Frischmuth (Post Wien) 4,00.

3. Werthner (ULCL) 4,00 — **Kugel**: 1. Wilkins (USA) 18,45, 2. Pötsch (Beuk) 15,83, 3. Ratzler (Bad Ischl) 15,32, 4. Rössler (ÖTB Salzburg) 14,12 — **Diskus**: 1. Wilkins 64,40, 2. Matous (UAB) 53,78 — **Speer**: 1. Grabner (U. Salzburg) 60,12, 2. J. Varga (UKJ Wien) 58,84, 3. Desch (Schärding) 58,42, 4. L. Varga (UKJ Wien) 57,90.

Frauen: 100 m: 1. Holzschuster (Wi) 12,1, 2. Feichinger (ULCL) 12,6 — **400 m**: 1. Lickl (Post Graz) 58,1 — **800 m**: 1. Lickl 2:22,6, 2. Wödlinger (St. Georgen) 2:23,6, 3. Sattlberger (Geboltsk.) 2:24,9 — **Hoch**: 1. Brown (GB) 1,65 — **Weit**: 1. Prokop (Rai) 5,94, 2. Hölzl (ULCL) 5,93, 3. Langhans (Beuk) 5,93, 4. Dörflinger (Rai) 5,54 — **Kugel**: 1. Wilms (D) 17,30, 2. Seidler (USA) 16,42, 3. Prokop 14,53, 4. Langhans 11,91, 5. K. Danninger (Ried) 11,52 — **Diskus**: 1. Welland (Herzm.) 43,98, 2. Spacek (WAT) 43,38 — **Speer**: 1. Schmidt (USA) 55,48, 2. K. Danninger 38,92.

Otto Baumgarten

Drei Österreicher in Viareggio

Einen vierten und zwei sechste Plätze gab es für unsere Teilnehmer am 7. August in Viareggio: 200 m: 1. Williams (USA) 20,2, 2. Mennea (I) 20,5, 6. WÜRFEL 21,6 — 1500 m: 1. Walker (Neuseeland) 3:40,9, 6. LINDTNER 3:46,5 — 400 m Hürden: 1. Bolding (USA) 48,9, 4. WEINHANDL 52,6.

In London: Steiner vor Händlhuber

Josef Steiner und Heinrich Händlhuber beteiligten sich am 10. August in London an einem hervorragend besetzten 5000-m-Lauf. Infolge schlechten Wetters gab es keine guten Zeiten. Black (GB) siegte in 13:42,0, Steiner wurde in 14:08,0 Zehnter, Händlhuber in 14:18,2 Dreizehnter. Gert Weinhandl lief die 400 m Hürden in 53,0.

Sternad gewann in Banska Bystrica den Hammerwurf

Ein schöner internationaler Erfolg gelang Peter Sternad am 10. August in Banska Bystrica. Er bezwang mit 67,78 m den starken DDR-Werfer Manfred Seidel (67,30 m), der heuer schon 71,72 m erreicht hat. Dietmar Millionig war über 5000 m um genau 10 Sekunden schneller als im Vorjahr in Duisburg. Er steigerte sich auf 14:15,0 (NÖ. Rekord), wurde Vierter (Sieger: Suchan-CSSR 13:59,0) und rückte auch in der „Ewigen österreichischen Bestenliste“ auf Rang vier vor. Herbert Tschernitz wurde über 1500 m in 3:47,9 Fünfter (Sieger: Pollak-CSSR 3:41,7) und machte damit gleichfalls in der Rangliste einen gewaltigen Sprung nach vorne — von Rang 11 auf Rang 7. Karl Sandler belegte im B-Lauf über 800 m Platz 2 in 1:52,7. Lukas Rettenbacher übersprang 4,60 m und wurde Vierter (Sieger: Winick-DDR 5,00 m).

Susi-Lindner-Gedächtnismmeeting

An dem in Verbindung mit den Österreichischen Mehrkampfmeisterschaften am 11. August auf den neuen Kunststoffanlagen des Linzer Union-Landessportfeldes ausgetragenen 6. Internationalen Susi-Lindner-Gedächtnismmeeting beteiligten sich Athleten aus den USA, Deutschland, Jugoslawien, Ungarn und Österreich. Trotz katastrophalen Wetters (Regengüsse, Sturmböen, Kälte) gab es beachtliche Leistungen. Kathy Schmidt (USA), die Olympiadritte, warf den Speer 61,56 m und bezwang die ungarische Rekordathletin Maria Vago-Kucserka (56,48 m). Mac Wilkins stieß die Kugel 19,31 m. Ein tolles 100-m-Finale gab es bei den Frauen. Judith Szabo (U) siegte in 11,4 vor Szusza Karoly (U) 11,5, Silvia Schinzel 11,5 (Handbreite zurück), Gabi Hareter 11,7 und Gerlinde Massing 11,8. Schade, daß der Rückenwind 5,7 m/sec betrug. Für Szabo wären die 11,4 Bestzeit, für die 16jährige Schwacheterin die 11,5 Egalisierung des österreichischen Rekordes. Weitere Erfolge der Jugend: Günther Pichler (15) setzte über 800 m wie in Graz Karl Sandler hart zu, Karin Danninger (16) gelang der erste 12-m-Kugelstoß, genau 12,37 m.

Männer: 100 m: A-Finale, RW 0,5: 1. Würfel (Wi) 10,7, 2. Regner (Wi) 10,9 (VL 10,6/RW 6,0), 3. Schittler (Wi) 10,9 (VL 10,8), 4. Schwaiger (dou) 11,1 (VL 10,9/RW 2,7), 5. Massing (Post Wien) 11,1 (VL 10,8/RW 6,0) — B-Finale, RW 1,8: 1. Schöberl (ÖTB Wien) 11,0 (VL 10,9/RW 2,7), 2. Standl (U. Salzburg) 11,0 — **200 m**, RW 1,0: 1. Schrautner (Post Graz) 22,8 — **800 m**: 1. Sandler (Wi) 1:55,6, 2. Pichler (dou) 1:56,1, 3. Gassner (Hainfeld) 1:57,9 — **3000 m**: 1. Kotnig (J) 8:36,4, 2. Käfer (Leoben) 8:39,2, 3. Mayer (Leoben) 8:50,0, 4. Gradlinger (Braunau) 8:51,6 — **110 m Hürden**, RW 0,5: 1. Kreiner (ATSVL) 15,2 — **Hoch**: 1. Buchert (D) 2,03, 2. Vivod (J) 2,03, 3. Dreyer (D) 2,03, 4. Tschirk (BAC) 1,95, 5. Gehmacher (Ti) 1,95, 6. Kriffter (Steyr) 1,95, 7. Seibold (D) 1,95, 8. Nlederer (Fürstenfeld) 1,95 — **Weit**: 1. Nemeth (U) 7,38, 2. Kosir (J) 7,15, 3. Gartlgruber (Ternitz) 6,84 — **Kugel**: 1. Wilkins (USA) 19,31, 2. Neudolt (Post Wien) 15,83, 3. Ratzler (Bad Ischl) 14,65.

Frauen: 100 m: A-Finale, RW 5,7: 1. Szabo (U) 11,4, 2. Karoly (U) 11,5, 3. Schinzel (Schwechat) 11,5, 4. Hareter (ÖTB Wien) 11,7, 5. Massing (Post Wien) 11,8 — B-Finale, RW 2,0: 1. Holzschuster (Wi) 12,2, 2. Nissl (D) 12,2, 3. Edlinger (ATSE Graz) 12,3, 4. Feichtinger (ULCL) 12,4 — **400 m**: 1. Orosz (U) 53,9, 2. Massing 56,6, 3. Lickl (Post Graz) 57,5 — **1500 m**: 1. Uranker (J) 4:32,8, 2. Sverc (J) 4:36,2, 3. Weitharter (Ti) 4:39,8, 4. Sattlberger (U. Geboltskirchen) 4:50,3, 5. Kirchbichler (Rai) 4:52,6, 6. Runderl (Lustenau) 4:58,0 — **100 m Hürden**: A-Finale, RW 1,4: 1. Langhans (Beuk) 13,9, 2. Mähr (Schwarzach) 14,1 — B-Finale, RW 1,5: 1. Nissl (D) 14,6, 2. K. Danninger (Ried) 15,2, 3. Feichtlbauer (ÖTB Wien) 15,6 (VL 15,1/RW 1,2) — **Weit**: 1. Xalter (D) 6,10, 2. Künstner (D) 5,80, 3. Max (Cri) 5,62 — **Kugel**: 1. Wilms (D) 16,94, 2. Seidler (USA) 16,03, 3. Prokop (Rai) 14,55, 6. K. Danninger 12,37 — **Speer**: 1. Schmidt (USA) 61,56, 2. Vago-Kucserka (U) 56,48, 3. K. Danninger 39,08.

O. B.

Mehrkampfmeisterschaften

Linz, 10./11. August 1974

Sepp Zeilbauer gewann den Zehnkampf, obwohl er sich mitten im Aufbautraining für Rom befand, mit 7627 Punkten und besiegte den amerikanischen 8000-Punkte-Athleten John Warketin (7559). Im Hochsprung egalisierte er mit 2,04 m seinen steirischen Rekord. Johann Wolfgang verbesserte die Vorarlberger Rekorde im Zehnkampf auf 7288 Punkte und im Stabhochsprung auf 4,20 m. Georg Werthner kam nach Sepp Zeilbauer (1970 bei der Junioren-EM in Paris 7127 Punkte) als zweiter Jugendlicher Österreichs bei einem Zehnkampf der Männer auf mehr als 7000 Punkte — genau 7084. Juniorensieger Wolfgang Berchtold fixierte mit 6554 Punkten Vorarlberger Juniorenrekord. Im Fünfkampf der Frauen kam Liese Prokop leicht zum Sieg mit 4210 Punkten. Mit 15,38 m stellte sie Jahresbestleistung im Kugelstoß auf.

Männer: Zehnkampf

1. Zeilbauer Sepp, 52 (MLG-Sparkasse)	7627 Punkte
10,9 - 7,09 - 14,16 - 2,04 - 49,8 - 15,1 - 39,78 - 4,20 - 51,04	- 4:45,1
2. Wolfgang Johann, 50 (LG Montfort)	7288 Punkte
11,3 - 6,94 - 12,98 - 1,97 - 52,4 - 15,2 - 36,00 - 4,20 - 56,00	- 4:36,2
3. Werthner Georg, 56 (ULC Linz-Oberbank)	7084 Punkte
11,7 - 7,12 - 12,37 - 1,88 - 51,5 - 15,6 - 32,30 - 4,20 - 66,16	- 4:48,0
4. Mandl Horst, 36 (ULC De Beukelaer Graz)	6345 Punkte
11,9 - 6,57 - 12,46 - 1,94 - 53,7 - 15,8 - 36,46 - 3,70 - 47,50	- 5:38,8
5. Gossari Harald, 52 (ULC De Beukelaer Graz)	6343 Punkte
11,7 - 6,42 - 11,34 - 1,85 - 52,3 - 15,5 - 32,80 - 3,90 - 43,68	- 5:09,2
6. Nowikovsky Jerry, 46 (LG Post Wien)	6293 Punkte
11,7 - 6,56 - 12,45 - 1,80 - 53,5 - 16,4 - 34,36 - 3,70 - 46,44	- 5:09,1
7. Kuales Roland, 55 (ÖTB ÖÖ)	5891 Punkte
12,1 - 6,34 - 10,71 - 1,85 - 53,1 - 16,7 - 27,68 - 3,00 - 45,70	- 4:38,8
8. Smoly Fritz, 52 (ULC Wildschek)	5878 Punkte
11,5 - 6,38 - 12,06 - 1,80 - 53,6 - 15,5 - 33,10 - 3,50 - 44,26	- 0
Gast: Warketin John, 47 (USA)	7559 Punkte
11,4 - 6,86 - 13,57 - 1,88 - 49,0 - 15,1 - 42,68 - 4,20 - 60,38	- 4:35,3

Männliche Junioren: Zehnkampf

1. Berchtold Wolfgang, 55 (LG Montfort)	6554 Punkte
11,2 - 6,64 - 11,04 - 1,91 - 50,2 - 16,9 - 32,56 - 3,30 - 43,46	- 4:30,3
2. Zechner Heinz, 55 (ULC De Beukelaer Graz)	6499 Punkte
11,2 - 6,36 - 11,27 - 1,75 - 50,6 - 16,7 - 33,56 - 3,70 - 43,51	- 4:30,2
3. Hiller Peter, 53 (ULC Linz-Oberbank)	5704 Punkte
11,6 - 5,76 - 10,65 - 1,50 - 52,0 - 18,4 - 35,30 - 3,30 - 53,86	- 4:57,3
4. Wallstorfer Alfred, 54 (U. Wels)	5448 Punkte
11,8 - 6,58 - 10,26 - 1,75 - 54,2 - 17,7 - 27,40 - 3,00 - 31,74	- 4:54,0
5. Dullinger Walter, 54 (ULC Linz-Oberbank)	5357 Punkte
12,3 - 5,85 - 11,00 - 1,60 - 57,0 - 18,8 - 32,70 - 3,60 - 47,08	- 5:09,7
6. Ennikli Rudolf, 54 (SK VÖEST Linz)	5192 Punkte
11,4 - 6,18 - 10,66 - 1,70 - 50,8 - 18,0 - 28,86 - 0 - 39,62	- 4:51,3

Frauen: Fünfkampf

1. Prokop Liese, 41 (LAC Raiffeisen-Energie)	4210 Punkte
14,1 - 15,38 - 1,60 - 5,58 - 25,6	
2. Langhans Doris, 51 (ULC De Beukelaer Graz)	4078 Punkte
14,0 - 11,81 - 1,60 - 5,71 - 25,2	
3. Mähr Carmen, 51 (TS Schwarzach)	4013 Punkte
14,1 - 11,60 - 1,60 - 5,69 - 25,6	
4. Lechner Riki, 57 (SVS Schwachat)	3877 Punkte
14,9 - 13,15 - 1,60 - 5,51 - 26,8	
5. Max Herta, 45 (Cricket)	3613 Punkte
15,4 - 9,80 - 1,63 - 5,55 - 26,9	
6. Danninger Margit, 61 (LAG Ried)	3371 Punkte
15,4 - 9,18 - 1,63 - 4,86 - 27,8	
7. Thurner Karin, 58 (ULC De Beukelaer Graz)	3242 Punkte
15,6 - 9,51 - 1,40 - 4,99 - 26,6	
8. Feichtlbauer Eva, 59 (ÖTB Wien)	3226 Punkte
15,3 - 8,17 - 1,50 - 4,97 - 27,2	

Weibliche Junioren: Fünfkampf

1. Hölzl Irmgard, 55 (ULC Linz-Oberbank)	3753 Punkte
15,9 - 10,13 - 1,66 - 5,89 - 26,5	
2. Köraus Christel, 53 (SK VÖEST Linz)	3736 Punkte
15,5 - 11,01 - 1,63 - 5,47 - 26,4	
3. Burger Hanni, 53 (SVS Schwachat)	3504 Punkte
15,7 - 9,63 - 1,45 - 5,23 - 24,8	
4. Neumüller Gaby, 54 (WAT)	3323 Punkte
19,9 - 10,55 - 1,66 - 5,24 - 26,5	
5. Kohlroser Heidi, 55 (ULC De Beukelaer Graz)	3220 Punkte
14,9 - 7,30 - 1,50 - 4,87 - 26,8	
6. Schneider Sylvia, 55 (ATV Ternitz)	3020 Punkte
16,7 - 9,42 - 1,50 - 4,90 - 29,5	

Österreichische Bestenliste 1974

Stand: 20. August 1974

Männer:

100 m:

10,5 Würfel Günther
10,6 Regner Georg
10,6 Schöberl Dietmar
10,7 Schjttler Walter
10,8 Dirnböck Walter
10,8 Oberreiter Gerhard
10,8 Rosskopf Harald

Rückenwind:

10,7 Fedorczyk Alex
10,8 Simota Franz
10,8 Massing Gernot

200 m:

21,0 Würfel Günther
21,99 Fedorczyk Alex
22,0 Zettl Alois
22,1 Schöberl Dietmar
22,2 Regner Georg
22,2 Woschitz Karl
22,2 Zeilbauer Sepp
22,2 Nauta Heinz
22,24 Rosskopf Harald

400 m:

48,0 Zettl Alois
48,7 Schrautzer Herbert
49,1 Matejka Peter
49,24 Fortelny Alexander
49,26 Miklautsch Wolfgang
49,3 Mayramhof Klaus

800 m:

1:50,7 Sandler Karl
1:53,20 Marsch Gerhard
1:53,42 Rothauer Horst
1:53,5 Tschernitz Herbert
1:54,00 Lindtner Peter
1:54,00 Pichler Günther

1500 m:

3:43,0 Lindtner Peter
3:47,9 Tschernitz Herbert
3:49,4 Glas Heinrich
3:50,3 Millonig Dietmar
3:51,1 Händlhuber Heinrich
3:52,07 Marsch Gerhard

5000 m:

13:55,6 Händlhuber Heinrich
14:01,0 Steiner Josef
14:15,0 Millonig Dietmar
14:33,0 Käfer Fritz
14:34,4 Fink Richard
14:40,0 Rettenbacher Peter

10000 m:

28:51,6 Steiner Josef
30:31,6 Händlhuber Heinrich
30:44,0 Käfer Fritz
30:53,2 Dkfm. Förster Georg
30:56,2 Fink Richard
30:56,4 Lindtner Peter

110 m Hürden:

14,6 König Hubert
14,7 Vilas Armin
14,83 Zeilbauer Sepp
15,0 Wolfgang Johann
15,0 Kreiner Herbert
15,2 Gossar Harald
15,23 Aberer Hans

400 m Hürden:

51,38 Weinhandl Gert
53,92 Dr. Wetzlinger Klaus
54,0 Pribernig Hans
54,0 Trummer Eduard
54,51 Berchtold Wolfgang
54,72 Unterkircher Gerhard

3000 m Hindernis:

8:44,4 Lindtner Peter
8:51,4 Rettenbacher Peter
9:14,2 Diepold Willibald
9:27,8 Gradinger Karl
9:29,6 Baumgartner Herwig
9:33,4 Friedrich Alois

Hochsprung:

2,07 Tschirk Wolfgang
2,04 Zeilbauer Sepp
2,03 Pargfrieder Anton
2,03 Niederer Karl
2,01 Gehmacher Dieter
2,00 Waibel Ernst
2,00 Krifter Gebhard
2,00 Nöhner Bernd
2,00 Gurker Walter

Weitsprung:

7,53 Matzner Helmut
7,37 Libal Heinz
7,23 Zeilbauer Sepp
7,15 Werthner Georg
7,13 Dorfer Erwin
7,12 Berchtold Wolfgang

Stabhochsprung:

4,70 Rettenbacher Lukas
4,70 Dr. Peyker Ingo
4,50 Rumpfhuber Johann
4,50 Speckbacher Heinz
4,30 König Hubert
4,30 Posch Gilbert
4,30 Frischmuth Michael

Dreisprung:

15,48 Matzner Helmut
14,97 Zaunschirm Gerd
14,92 Libal Heinz
14,80 Werthner Georg
14,48 Füzesy Ede
14,30 Gartlgruber Wolfgang

Kugel:

17,15 Neudolt Hermann
16,68 Pötsch Hans
16,52 Schulze-Bauer Hannes
16,02 Dr. Bialonczyk Wolf
15,97 Reich Ferdinand
15,46 Pink Hans

Diskus:

58,32 Matous Hans
53,64 Neudolt Hermann
51,30 Dr. Soudek Ernst
51,16 Frank Georg
50,68 Sternad Peter
50,54 Eichinger Hans

Frauen:

100 m:

11,5 Haest Brigitte
11,6 Käfer Karoline
11,7 Hareter Gabi
11,8 Schinzel Silvia
11,9 Prenner Petra
12,0 Langhans Doris

Rückenwind:

11,5 Hareter Gabi
11,5 Schinzel Silvia
11,8 Massing Gerlinde
11,9 Holzschuster Monika
11,95 Burger Hanni

200 m:

23,47 Käfer Karoline
23,86 Schinzel Silvia
24,05 Haest Brigitte
24,5 Hareter Gabi
24,84 Burger Hanni
24,8 Prenner Petra

Rückenwind:

24,8 Massing Gerlinde

400 m:

52,6 Käfer Karoline
55,2 Sykora Maria
55,36 Burger Hanni
55,45 Schinzel Silvia
55,6 Massing Gerlinde
55,67 Petutschnig Elisabeth

800 m:

2:08,49 Sykora Maria
2:11,0 Weilharter Doris
2:12,2 Schrott Angelika
2:13,0 Massing Gerlinde
2:13,13 Graf Rita
2:14,78 Lickl Doris

1500 m:

4:39,67 Schrott Angelika
4:39,8 Weilharter Doris
4:43,55 Sykora Maria
4:50,3 Sattlberger Brigitte
4:52,23 Rundel Marlies
4:52,6 Kirchbichler Christa

Speer:

76,32 Pektor Walter
74,56 Malle Wilhelm
73,96 Pregl Karl
69,98 Werthner Georg
66,24 Schönbichler Helmut
63,46 Schneider Ernst

Hammer:

69,26 Sternad Peter
66,64 Pötsch Hans
61,54 Horvath Tibor
60,32 Viertbauer Heimo
55,62 Edletitsch Walter
53,88 Siart Rudolf

100 m Hürden:

13,8 Langhans Doris
13,8 Mähr Carmen
14,1 Buchholz Eva
14,1 Prokop Liese
14,29 Prenner Petra
14,5 Lechner Riki

Rückenwind:

13,9 Buchholz Eva

Hochsprung:

1,73 Dörflinger Gaby
1,70 Buchholz Eva
1,70 Sykora Maria
1,70 Danner Helga
1,69 Danninger Margit
1,67 Danninger Karin
1,67 Max Herta

Weitsprung:

6,48 Kleinpeter Hanna
6,23 Hölzl Irmgard
6,08 Danninger Karin
5,98 Langhans Doris
5,94 Prokop Liese
5,80 Lechner Riki

Kugel:

15,38 Prokop Liese
14,17 Hofer Erika
14,10 Lechner Riki
13,40 Janko Eva
13,29 Jagenbrein Stefanie
12,68 Morocutti Ulli

Diskus:

48,80 Hubner Margit
46,66 Spacek Susanne
44,44 Weiland Irene
40,80 Reinthaler Maria
39,06 Jagenbrein Stefanie
38,94 Exl Anneliese

Speer:

61,56 Janko Eva
49,28 Slawik Elisabeth
47,10 Ursella Renate
45,84 Cejka Edeltraut
45,68 Obentraut Elisabeth
44,24 Kleinbauer Anneiese

Die Erstellung dieser Bestenliste erfolgte durch die Redaktion und enthält alle die ihr bis 20. August 1974 bekannt gewordenen Leistungen.

Otto Baumgarten

Eigene Meisterschaften für Junioren?

Beim Verbandstag des ÖLV bestanden die Vereine auf die Beibehaltung der Juniorenklasse. Landesmeisterschaften für Junioren gab es bisher in fünf Bundesländern (Kärnten, Oberösterreich, Steiermark, Tirol und Vorarlberg). An ihnen beteiligten sich in den Einzelbewerben zusammen 130 männliche und 37 weibliche Junioren. Die Teilnehmerfelder waren fast durchwegs äußerst klein, oft traten nur zwei an, oft sogar nur einer bzw. eine. Viele Leistungen waren sehr gut, viele jedoch äußerst schwach. Die guten Leistungen wurden von Athletinnen und Athleten erzielt, die auch in der Allgemeinen Klasse schon bestens etabliert sind. Sie brauchen keinen Schutz in einer eigenen Kategorie. Frage: Was soll es eigentlich mit dem Schutz, von dem so oft gesprochen wird? Wem dient er und wo wird er angewandt? Juniorenkämpfe gibt es bei den Landesmeisterschaften und einmal im Jahr auf gesamtösterreichischer Ebene. Wie es bei Landesmeisterschaften der Junioren zugeht, zeigt die nachstehende Zusammenstellung. Bei den österreichischen Titelkämpfen werden sich wieder all jene der Jahrgänge 1953 bis 1955 vorne platzieren, die sich auch bei den Meisterschaften der Allgemeinen Klasse in Graz schon durchzusetzen verstanden.

Kärnten: Villach, 25. bis 27. Mai

Teilnehmer (Einzelbewerbe): 20 Junioren, 7 Juniorinnen

Männl. Junioren: 100 m/7 Teilnehmer: 1. Walter Gurker (KLC) 11,1, 2. Zechner (Feldkirchen) 11,1 – 200 m/6: 1. Zechner 23,6 – 400 m/4: 1. Eder (HCK) 52,1 – 800 m/4: 1. Berger (KAC) 1:58,8, 2. Wollmann (KLC) 1:58,8 – 1500 m/5: 1. Soos (KLC) 4:07,4, 2. Bierbaumer (KLC) 4:08,2 – 5000 m/4: 1. Bierbaumer 15:34,8, 2. Soos 15:51,6 – 110 m Hürden/5: 1. Walter Gurker 15,9 – 400 m Hürden/3: 1. Marktl (Feldkirchen) 61,1 – Hoch/5: 1. Walter Gurker 1,94 – Weit/5: 1. Walter Gurker 6,92, 2. Zechner 6,83 – Stab/4: 1. Marktl 3,00 – Drei/3: 1. Bleiweiß (HCK) 12,64 – Kugel/6: 1. Wolfgang Gurker (KLC) 12,94 – Diskus/6: 1. Wolfgang Gurker 37,38 – Speer/4: 1. Walter Gurker 47,22 – Hammer/4: 1. Wolfgang Gurker 22,82 – 4 x 100 m/3: 1. KLC 44,9 – 3 x 1000 m/2: 1. KLC 8:29,2 – 3000 m Hind./4: 1. Soos 10:04,6.

Weibl. Junioren: 100 m/5: 1. Baurecht (Spittal) 13,8 – 200 m/3: 1. Baurecht 29,2 – 100 m Hürden/2: 1. Holzinger (UK) 20,3 – Weit/5: 1. Holzinger 4,75 – Kugel/6: 1. Baurecht 8,56 – Diskus/2: 1. Wieser (KLC) 23,60 – Speer/2: 1. Baurecht 28,10.

Oberösterreich: Wels, 25. und 26. Mai – Linz, 5. Juli

Teilnehmer (Einzelbewerbe): 40 Junioren, 18 Juniorinnen

Männl. Junioren: 100 m/10: 1. Matzner (ATSVL) 11,3 – 200 m/9: 1. Ennikl (VÖEST) 23,1 – 400 m/3: 1. Ennikl 52,1 – 800 m/5: 1. Paul Lindtner (Steyr) 2:00,3 – 1500 m/8: 1. Peter Lindtner (Steyr) 4:05,5, 2. Gradinger (U. Braunau) 4:09,4 – 5000 m/6: 1. Peter Lindtner 15:39,0 – 110 m Hürden/5: 1. Kreiner (ATSVL) 15,8 – Hoch/8: 1. Pargfrieder (ATSVL) 1,92, 2. Krifter (Steyr) 1,92, 3. G. Sams (ULCL) 1,86 – Weit/9: 1. Matzner 7,18, 2. Leitner (U. Schärding) 6,83 – Stab/5: 1. W. Sams (ULCL) 3,70 – Drei/5: 1. Matzner 14,73 – Kugel/6: 1. Felbinger (Steyr) 11,80 – Diskus/7: 1. Hiller (ULC) 35,64 – Speer/9: 1. Erbl (ATSVL) 54,32 – Hammer/5: 1. Felbinger 41,08 – 4 x 100 m/3: 1. ATSV Linz 46,2 – 3 x 1000 m/4: 1. A. Steyr 8:22,4 – 400 m Hürden/2: 1. Kreiner 56,7.

Weibl. Junioren: 100 m/4: 1. Hölzl (ULCL) 13,0 – 200 m/8: 1. Steininger (ULC) 26,8 – 400 m/6: 1. Bichlbauer (ÖTB) 62,1 – 1500 m/3: 1. Bichlbauer 5:17,9 – 100 m Hürden/4: 1. Danner (ATSVL) 16,1 Hoch/5: 1. Danner 1,60 – Weit/7: 1. Hölzl 5,43 – Kugel/8: 1. Hofer (ATSVL) 13,41, 2. Danner 12,58, 3. W. Engler (VÖEST) 11,46 – Diskus/8: 1. Hofer 34,46 – Speer/10: 1. Hofer 32,54 – 4 x 100 m/2: 1. ULC Linz 54,5.

Steiermark: Graz-Liebenau, 15. und 16. Juni

Teilnehmer (Einzelbewerbe): 28 Junioren, 8 Juniorinnen

Männl. Junioren: 100 m/7: 1. Nauta (Gratkorn) 11,1 – 200 m/5: 1. Nauta 22,3, 2. Dirnböck (Beuk) 22,3, 3. Zechner (Beuk) 22,8, 4. Michelitsch (Post) 22,8 – 400 m/3: 1. Freiburger (Fürstenfeld) 52,1 – 800 m/3: 1. Pierer (Fürstenfeld) 2:00,2 – 1500 m/8: 1. Flechl (Post) 4:05,4, 2. Pierer 4:08,4 – 5000 m/6: 1. Wünscher (Post)

16:01,0 – 110 m Hürden/1: 1. Rath (ATSE) 17,8 – 400 m Hürden/1: 1. Stichelberger (Post) 62,5 – Hoch/3: 1. Niederer (Fürstenfeld) 2,00 – Weit/8: 1. Freiburger 6,47 – Stab/2: 1. Zechner 3,40 – Drei/3: 1. Tangl (KSV) 13,44 – Kugel/5: 1. Freiburger 12,80 – Diskus/3: 1. Tangl 33,16 – Speer/5: 1. Bauly (Beuk) 57,34 – 4 x 100 m/2: 1. ULC De Beukelaer 44,6, 2. Post 44,8 – 3 x 1000 m/2: 1. Post 8:21,6.

Weibl. Junioren: 100 m/3: 1. Seiger (ATSE) 12,6, 2. Kohlroser (Beuk) 12,9 – 200 m/1: 1. Seiger 27,2 – 800 m/1: 1. Schrotter (ATSE) 2:39,8 – 1500 m/1: 1. Schrotter 5:27,4 – 100 m Hürden/2: 1. Kohlroser 15,5 – Hoch/3: 1. Seiger 1,50 – Weit/4: 1. Seiger 5,29, 2. Schnuderl (Beuk) 5,29 – Kugel/4: 1. Reinthaler (ATG) 11,21 – Diskus/1: 1. Reinthaler 37,48 – Speer/1: 1. Bickford (Beuk) 31,20 – 4 x 100 m/1: 1. ULC De Beukelaer 52,6.

Tirol: Innsbruck-Tivoli, 14. bis 16. Juni

Teilnehmer (Einzelbewerbe): 21 Junioren, 4 Juniorinnen

Männl. Junioren: 100 m/4: 1. Mair (TI) 11,4 – 200 m/4: 1. Held (LCT) 23,2 – 400 m/1: 1. Siegl (LCT) 54,0 – 800 m/4: 1. Siegl 2:08,8 – 1500 m/4: 1. Altersberger (Lienz) 4:05,2 – 5000 m/4: 1. Altersberger 15:48,0 – 110 m Hürden/2: 1. Mair 16,4 – 400 m Hürden/3: 1. Mair 58,8 – 3000 m Hind./4: 1. Kandler (TI) 10:16,0 Hoch/3: 1. Nöhner (ATSVI) 1,95, 2. Kinigadner (ATSVI) 1,84 – Weit/1: Nöhner 6,64 – Stab/1: 1. Posch (TI) 4,30 – Drei/2: 1. Höhrer 13,56 – Kugel/2: 1. Haid (TI) 10,92 – Diskus/1: 1. Moser (BSV) 22,20 – Speer/1: 1. Nöhner 45,92 – 4 x 100 m/1: 1. TI-Tyrol 47,8 – 3 x 1000 m/1: 1. TI-Tyrol 8:20,0.

Weibl. Junioren: 100 m/2: 1. Ambrosig (ATSVI) 13,4 – 200 m/2: 1. Ambrosig 27,8 – 400 m/1: 1. Ambrosig 67,1 – 800 m/2: 1. Ambrosig 2:40,3 – Hoch/2: 1. I. Strobl (IAC) 1,35 – Weit/2: 1. I. Strobl 4,33 – Kugel/1: 1. Maurer (LCT) 10,01 – Diskus/2: 1. Engl (LCT) 26,62 – Speer/2: 1. Engl 31,62.

Vorarlberg: Hohenems, 18. und 19. Mai

Teilnehmer (Einzelbewerbe): 21 Junioren

Männl. Junioren: 100 m/7: 1. Hofer (Hörbranz) 11,1, 2. Blum (Höchst) 11,2 – 200 m/5: 1. Berchtold (Montfort) 22,6, 2. Blum 22,6 800 m/4: 1. Käfer (Lustenau) 2:06,7 – 1500 m/3: 1. Käfer 4:23,2 – 5000 m/5: 1. Käfer 17:55,2 – 110 m Hürden/1: 1. Benedikt (Dornbirn) 15,9 – Hoch/2: 1. Waibel (Hohenems) 2,00 – Weit/4: 1. Berchtold 6,82, 2. Niedermayer (Bludenz) 6,65 – Drei/2: 1. Mählknecht (Montfort) 13,09 – Kugel/4: 1. Waibel 12,55 – Diskus/2: 1. Rupp (Fussach) 45,14.

Otto Baumgar

Nicht vergessen!

Nennschluß für die im September stattfindenden Österreichischen Meisterschaften.

Österreichische Mehrkampfmeisterschaften, Jugend A, 14./15. September 1974 in Linz:

Montag, 2. September 1974

Österreichische Mehrkampfmeisterschaften, Jugend B, 14./15. September 1974 in Müzzzuschlag:

Montag, 2. September 1974

Österreichische Staffelleisterschaften, Allgemeine Klasse, 15. September 1974 in Innsbruck:

Montag, 2. September 1974

Österreichische Juniorenmeisterschaften, 28./29. September 1974 in Hartberg:

Montag, 16. September 1974

Meisterschaften der Landesverbände

BURGENLAND: Pinkafeld, 15. Juni

Ein leichter Aufwärtstrend ist erfreulicherweise feststellbar. Helmut Huber (Pinkafeld) verbesserte den burgenländischen 100-m-Rekord auf 11,0.

Männer: 100 m: 1. Huber (HTBL) 11,0 – 200 m: 1. Huber 22,9 – 800 m: 1. Hafner (D. Kaitenbrunn) 2:13,0 – 1500 m: 1. Kainrath (HSV Süd) 4:34,8 – 3000 m **Hind.:** 1. Boubella (HSV Süd) 10:51,8 – **Hoch:** 1. Leonhardt (D. Kaitenbrunn) 1,76 – **Weit:** 1. Leonhardt 6,22 – **Stab:** 1. Lattmann (HSV Süd) 3,11 – **Drel:** 1. Wurm (D. Kaitenbrunn) 12,77 – **Kugel:** 1. Illes (U. Oberwart) 12,25 – **Diskus:** 1. Taucher (HSV Süd) 40,60 – **Speer:** 1. Illes 57,88.

Frauen: 100 m: 1. Alfons (A. Eisenstadt) 13,3 (VL 13,2) – 200 m: 1. Bauer (HSV Süd) 22,9 – 400 m: 1. Bauer 69,4 – 800 m: 1. Kainer (HSV Süd) 2:51,3 **Weit:** 1. Wendl (A. Eisenstadt) 5,01 – **Kugel:** 1. Sinkovits (D. Kaitenbrunn) 10,62.

KÄRNTEN: Tarvis, 6./7. Juli – Villach, 8. Juli

Der Initiative des KLV, die Meisterschaften im benachbarten Tarvis (Italien) auf Kunststoff auszutragen, verdankt Karoline Käfer hervorragende Sprintzeiten: 100 m 11,8 – 200 m 23,9 (Kärntner Rekord egal.). Peter Sternad warf den Hammer 67,92 m.

Männer: 100 m, RW 3,0: 1. Rednak (Feldk.) 11,0, 2. Gurker (KLC) 11,1, 3. Zechner (Feldk.) 11,1 – 200 m, **GW 2,4:** 1. Weinhandl (KLC) 22,8, 2. Rednak 23,2, 3. Miklausch (KLC) 23,2 – 400 m: 1. Miklausch 51,0 – 800 m: 1. Reichmann (Maria Elend) 1:58,7, 2. Berger (KAC) 2:00,2, 3. Wollmann (KLC) 2:01,0 **1500 m:** 1. Soos (KLC) 4:08,2, 2. Berger 4:08,7, 3. Reichmann 4:08,7 – 5000 m: 1. Bierbaumer (KLC) 15:52,6, 2. Pschernig (Villach) 15:59,6 – 110 m **Hürden, GW 1,5:** 1. Gurker 15,5 – 400 m **Hürden:** 1. Weinhandl 53,0 – 3000 m **Hind.:** 1. Soos 10:10,6 (in Villach) – **Hoch:** Gurker 1,90 – **Weit:** 1. Dorfer (Feldk.) 7,13, 2. Zechner 6,96, 3. Gurker 6,81 – **Stab:** 1. Gratzler (Feldk.) 3,40 – **Drel:** 1. Kuchar (KLC) 13,12 – **Kugel:** 1. Rom (KLC) 15,24, 2. Sternad (Villach) 14,21 **Diskus:** 1. Sternad 67,92 (in Villach) – 4 x 100 m: 1. KLC 43,3, 2. ATV Feldkirchen 43,7 – 4 x 400 m: 1. KLC 3:25,6, 2. ATV Feldkirchen 3:31,8 – 3 x 1000 m: 1. KLC 8:12,4, 2. KAC 8:15,8.

Frauen: 100 m, GW 0,8: 1. Käfer (KAC) 11,8, 2. Petutschnig (KLC) 12,5, 3. Jerolitsch (UK) 12,8, 4. S. Tscherne (UK) 12,8 – 200 m, **GW 1,5:** 1. Käfer 23,9, 2. Petutschnig 25,9, 3. Jerolitsch 26,6 – 400 m: 1. Graf (KLC) 58,9 – 800 m: 1. Graf 2:20,4, 2. Klemenjak (Maria Elend) 2:23,7, 3. Schrott (KLC) 2:25,3 – 1500 m: 1. M. Lacker (KAC) 4:57,6, 2. Kiemenjak 5:11,8 – 3000 m: 1. Schrott 10:43,6, 2. Klemenjak 10:43,6 – 100 m **Hürden, GW 2,0:** 1. S. Tscherne 15,7 – **Hoch:** 1. S. Tscherne 1,63, 2. A. Tscherne (UK) 1,60, 3. M. Lacker 1,60 – **Weit:** 1. S. Tscherne 5,25 – **Kugel:** 1. S. Tscherne 11,05 – **Diskus:** 1. Wagner (Wolfsberg) 36,30 – **Speer:** 1. Berlinger (KLC) 37,30 – 4 x 100 m: 1. U. Klagenfurt 50,8, 2. KLC 51,5 – 4 x 400 m: 1. KLC 3:59,2, 2. KAC 4:02,7.

NIEDERÖSTERREICH: Wien-Stadlau, 6./7. Juli

Mangels günstiger Gelegenheiten mußte der NÖLV nach Stadlau (Aschenbahn) ausweichen. Hanni Burger siegte viermal. Marc Hall gefiel im Stabhochsprung mit 3,90 m (NÖ.-Jug.-Rek.).

Männer: 100 m, GW 1,9: 1. Roskopf (Rai) 11,41 – 200 m: 1. Lechner (SVS) 23,3 – 400 m: 1. Lechner 50,71, 2. Haas (BAC) 51,17 – 800 m: 1. D. Millonig (SVS) 1:57,6, 2. Gassner (Hainf.) 2:00,7 – 1500 m: 1. Pobatschnig (SVS) 4:15,76, 2. Friedl (Rai) 4:17,27 – 5000 m: 1. Tschernitz (SVS) 15:33,2, 2. Lang (Ternitz) 15:46,6, 3. Honeder (DSG St. Pölten) 15:49,8 – 10000 m: 1. H. Millonig 33:20,8. **2. Schaffer (Rai) 33:21,8, 3. Wodak (SVS) 33:23,2 – 110 m Hürden, GW 1,4:** 1. Sokol (SVS) 15,54, 2. Affenzeller (OMV) 16,04 – 400 m **Hürden:** 1. Diell (Rai) 59,65 – **Hoch:** 1. W. Tschirk (BAC) 1,97, 2. Hall (SVS) 1,94, 3. Anker (Rai) 1,91, 4. Janko (Rai) 1,88 – **Weit:** 1. Schasse (SVS) 6,52 – **Stab:** 1. Sokol (SVS) 4,00, 2. Batik (Rai) 3,90, 3. Hall 3,90 – **Drel:** 1. Libal (Rai) 14,42, 2. Gartlgruber (Ternitz) 13,99 – **Kugel:** 1. Dr. Bialonczyk (Wr. Neustadt) 16,02, 2. Grashofer (Ternitz) 14,84 – **Diskus:** 1. Dr. Bialonczyk 45,04 – **Speer:** 1. Schneider (OMV) 63,46, 2. Entmayer (Hirtenberg) 56,64 – 4 x 100 m: 1. SVS Schwechat 44,6, 2. LAC Raiffeisen-Energie 44,9.

Frauen: 100 m, RW 4,1: 1. Burger (SVS) 12,2, 2. Fuchs (Ternitz) 12,3, 3. Höhl (Hainf.) 12,4 – 200 m: 1. Burger 26,10, 2. Sykora (Rai) 25,86, 3. Fuchs 26,15 – 400 m: 1. Burger 56,7, 2. Sykora 58,2 – 800 m: 1. Sator (Böheimk.) 2:26,17 – 1500 m: 1. Sator 5:28,4 – 100 m **Hürden, GW 1,9:** 1. Lechner (SVS) 15,12, 2. Prokop (Rai) 15,56, 3. Suchanek (Ternitz) 15,84 – **Hoch:** 1. Sykora 1,64, 2. Dörlinger (Rai) 1,61, 3. Slawik (SVS) 1,58 – **Weit:** 1. Prokop 5,43, 2. Lechner 5,34, 3. Fuchs 5,30 – **Kugel:** 1. Prokop 13,61, 2. Janko (Rai) 12,85, 3. Lechner 12,59, 4. Sykora 11,96 – **Diskus:** 1. Kastner (Hainf.) 35,18 – **Speer:** 1. Janko 54,32, 2. Slawik 46,48, 3. Kleinbauer (TV St. Pölten) 43,52 – 4 x 100 m: 1. SVS Schwechat 50,0, 2. LAC Raiffeisen-Energie 50,5, 3. ATV Ternitz 50,9.

OBERÖSTERREICH: Linz-Stadion, 5. bis 7. Juli

Im Mittelpunkt dieser Meisterschaften stand der Hochsprung: Anton Pargfrieder 2,03 m (OÖ. Rek.), Gebhard Kriffler 2,00 m,

Georg Werthner 1,97 m (OÖ. Jug.-Rek.), Erich Sambs 1,97 m. Die 13jährige Margit Danninger gewann mit 1,63 m bei den Frauen und überraschte mit 15,7 über 100 m Hürden (1. Helga Danner 15,5). Überraschungen beim Weitsprung: Karl Wöckinger 7,03 m (1. Helmut Matzner 7,21 m), Marianne Kobimüller (5,72 m) vor Irmgard Hölzl (5,55 m). Peter Lindtner lief die 10000 m in 30:56,4 (OÖ. Jun.-Rek.).

Männer: 100 m, RW 2,4: 1. Schwaiger (dou) 11,1, 2. Oberreiter (dou) 11,1, 3. Kreiner (ATSVL) 11,1 – 200 m, **W 0:** 1. Kreiner 22,7, 2. Leitner (Schärding) 22,9, 3. Ennikl (VOEST) 23,0 – 400 m: 1. Ennikl 50,4, 2. Pichler (dou) 51,7 – 800 m: 1. Händlhuber (VOEST) 1:57,0, 2. Pichler 1:59,2 – 1500 m: 1. Händlhuber 4:00,4, 2. Gradinger (U. Braunau) 4:08,2 – 5000 m: 1. Gradinger 15:44,0, 2. Wagner (VOEST) 15:54,0 – 10000 m: 1. Peter Lindtner (Steyr) 30:56,4 – 110 m **Hürden, GW 1,1:** 1. Kreiner 15,0, 2. Dl. Herunter (ULCL) 15,7 – 400 m **Hürden:** 1. Kreiner 56,7, 2. Kolodziejczak (ULCL) 57,7, 3. Hiller (ULCL) 58,5 **3000 m Hind.:** 1. Peter Lindtner 9:18,6, 2. Gradinger 9:27,8, 3. J. Hitzl (dou) 9:49,8 – **Hoch:** 1. Pargfrieder (ATSVL) 2,03, 2. Kriffler (Steyr) 2,00, 3. G. Werthner (ULCL) 1,97, 4. E. Sambs (ULCL) 1,97, 5. Matzner (ATSVL) 1,91, 6. R. Werthner (ULCL) 1,85, 7. G. Sambs (ULCL) 1,85 – **Weit:** 1. Matzner 7,21, 2. Wöckinger (ULCL) 7,03, 3. Leitner 6,96 – **Stab:** 1. G. Werthner 3,90, 2. Dullinger (ULCL) 3,80, 3. Rumpfhuber (OTB) 3,80, 4. Kratky (VOEST) 3,80 **Drel:** 1. Matzner 14,80, 2. Leitner 13,99 – **Kugel:** 1. Eichinger (ATSVL) 15,24, 2. Rätzer (Bad Ischl) 14,76, 3. Herunter 14,52, 4. Dießl (ULCL) 14,52, 5. Krifka (ATSVL) 14,16, 6. Aichinger (ATSVL) 14,01 – **Diskus:** 1. Eichinger 50,24, 2. Dießl 45,08, 3. Krifka 43,76, 4. Rätzer 43,02 – **Speer:** 1. G. Werthner 63,62, 2. Desch (Schärding) 54,84 – **Hammer:** 1. Krifka 50,46, 2. Wagner (Steyr) 47,02 – 4 x 100 m: 1. ULC Linz-Oberbank 44,3, 2. ATSV Linz-Sparkasse 44,4, 3. LCA doubrava 44,4 – 4 x 400 m: 1. ULC Linz-Oberbank 3:28,9, 2. LCA doubrava 3:29,9 – 3 x 1000 m: 1. LCA doubrava 7:53,4, 2. ULC Linz-Oberbank 7:54,6.

Frauen: 100 m, RW 3,6: 1. Hölzl (ULCL) 12,6, 2. Feichtinger (ULCL) 12,6, 3. Büsser (VOEST) 12,7 – 200 m, **W 0:** 1. Mählbach (ULCL) 25,8, 2. Hölzl 26,6 **400 m:** 1. Hautzinger (Schärding) 62,1 – 800 m: 1. Kronlachner (dou) 2:20,8, 2. Sattlberger (Geboltsk.) 2:25,0 – 1500 m: 1. Wödlinger (St. Georgen) 5:00,4, 2. Sattlberger 5:07,1, 3. Kronlachner 5:12,5 – 100 m **Hürden, GW 0,4:** 1. Danner (ATSVL) 15,5, 2. Margit Danninger (Ried) 15,7 – **Hoch:** 1. Margit Danninger 1,63, 2. Danner 1,63, 3. Hanselitsch (dou) 1,60 – **Weit:** 1. Kobmüller (ATSVL) 5,72, 2. Hölzl 5,55, 3. Hanselitsch 5,29 – **Kugel:** 1. Hofer (ATSVL) 14,17, 2. Hubner (ATSVL) 12,01, 3. Merkl 11,84 – **Diskus:** 1. Hubner 48,80, 2. Hofer 36,38, 3. Merkl 35,76 – **Speer:** 1. Cejka (ATSVL) 41,08, 2. Merkl 36,14 – 4 x 100 m: 1. ULC Linz-Oberbank 50,9, 2. VOEST 52,1 – 4 x 400 m: 1. ULC Linz-Oberbank 4:19,5.

SALZBURG: Salzburg-Nonntal, 5. bis 7. Juli

Die Sportanlage in Nonntal mit ihrer steinigen Aschenbahn ist Landesmeisterschaften nicht mehr würdig! Salzburgs Athletinnen und Athleten verdienen sich wahrlich Besseres! Bei diesen schlechten Bedingungen wagte Peter Rettenbacher einen Tempolauf über 1500 m (3:55,4) und blieb Albrecht Thausing über 10000 m erstmals unter 32 Minuten (31:55,0). Lukas Rettenbacher schaffte im Stabhochsprung zum zweiten Male 4,60 m (österr. Juniorenrekord).

Männer: 100 m: 1. Standl (U) 11,4 – 200 m: 1. Bamberger (U) 23,1 – 400 m: 1. Posch (Bischofshofen) 51,3 – 800 m: 1. Quehenberger (U) 2:01,6 – 1500 m: 1. Peter Rettenbacher (U) 3:55,4 – 5000 m: 1. Peter Rettenbacher 15:15,4 – 10000 m: 1. Thausing (E) 31:55,0, 2. Grünwald (ASV) 32:58,4 – 110 m **Hürden:** 1. Vietz (U) 15,6 – 400 m **Hürden:** 1. Dr. Wetzinger (U) 55,4 – **Hoch:** 1. Kalb (OTB) 1,89, 2. Presser (U) 1,86 – **Weit:** 1. Jakob (U) 6,80 – **Stab:** 1. Lukas Rettenbacher (U) 4,60, 2. Rieder (U) 4,10 – **Drel:** 1. Jakob (U) 13,51 – **Kugel:** 1. Rössler (OTB) 13,88 – **Diskus:** 1. Viertbauer (U) 38,48 – **Speer:** 1. Grabner (U) 60,30, 2. Maier (U) 57,40 – **Hammer:** 1. Viertbauer (U) 57,66.

Frauen: 100 m: 1. Kurkowski (U) 12,5, 2. Schnitzhofer (Bischofshofen) 12,7, 3. Fritscher (E) 12,9 – 200 m: 1. Kurkowski 26,2 – 400 m: 1. Haslauer (E) 64,6 **800 m:** 1. Zauner (ASV) 2:28,8, 2. R. Telsnig (OTB) 2:29,5 – 1500 m: 1. Goldmann (U) 5:30,8, 2. B. Funder (U) 5:40,2 – 100 m **Hürden:** 1. Kurkowski 16,1 – **Hoch:** 1. A. Funder (U) 1,59, 2. Morocutti (U) 1,56 – **Weit:** 1. Viertbauer (U) 5,36 – **Kugel:** 1. Morocutti 12,03 – **Diskus:** 1. Morocutti 36,10 – **Speer:** 1. Morocutti 37,16.

STIEIERMARK: Graz-Eggenberg, 5. bis 7. Juli

Petra Prenner (16) verbesserte die steirischen Rekorde über 100 m (auf 11,9) und 200 m (auf 24,8). Doris Langhans erzielte im Weitsprung mit 5,96 m Landesrekord. Roswitha Reitzer übersprang erstmals 1,55 m. Österreichischen Jugendrekord lief die 4-x-400-m-Staffel des ATSE Longlife (Hornich-Pumm-Anderhuber-Treiter) mit 3:29,9 (alter Rekord 3:30,5). Sepp Zeilbauer absolvierte einen Fitneftest: 100 m 10,9 (2.), 200 m 22,2 (1.), Hoch 2,01 m (1.), Weit 6,98 m (1.), Diskus 40,78 m (4.), Speer 60,74 m (2.).

Männer: 100 m, GW 0,9: 1. Nauta (Gratkorn) 10,9, 2. Zeilbauer (MLG) 10,9, 3. Dirnböck (Beuk) 11,0, 4. Michelitsch (Post) 11,1, 5. Vidic (ATG) 11,1 (VL

11,0) - 200 m, **GW 0,2**: 1. Zeilbauer 22,2, 2. Nauta 22,2, 3. Frech (ATSE) 22,3, 4. Dirnböck 22,8 (VL 22,6/RW 2,1), 5. Baumgartner (Post) 22,9 - 400 m: 1. Trummer (Gratkorn) 51,4, 2. Hohl (Post) 51,5, 3. Baumgartner 52,2 - 800 m: 1. Seyfried (ATSE) 1:57,4, 2. Pierer (Fürstenf.) 1:58,2, 3. Trummer 1:59,0, 4. Zechner (Beuk) 1:59,0 - 1500 m: 1. Seyfried 4:04,6, 2. Pierer 4:07,1, 3. Flechl (Post) 4:11,2 - 5000 m: 1. Käfer (Pol. Leoben) 14:51,6, 2. Pumhösi (Eisenerz) 15:12,6, 3. Haselbacher (Post) 15:28,0, 4. Jauk (MLG) 15:40,8 - 10000 m: 1. Käfer 31:42,8, 2. Pumhösi 32:15,0, 3. Haselbacher 32:33,0 - 110 m **Hürden**, **RW 0,4**: 1. König (Beuk) 15,6, 2. Zechner (Beuk) 16,5 - 400 m **Hürden**: 1. Trummer 55,5, 2. Pumm (ATSE) 58,6 - 3000 m **Hind.**: 1. Flechl 10:15,8 **Hoch**: 1. Zeilbauer 2,01, 2. Mandl (Beuk) 1,95, 3. Niederer (Fürstenf.) 1,95, 4. Tattermus (Leibnitz) 1,86, 5. Hornich (ATSE) 1,86 - **Weit**: 1. Zeilbauer 6,98 (RW 6,0 - 6,63/RW 0,4), 2. König 6,83 (RW 9,4 - 6,81/RW 1,8), 3. Gossar (Beuk) 6,69 (RW 2,8 - 6,66/RW 1,6) - **Stab**: 1. Dr. Peyker (Post) 4,50, 2. Gossar 3,80, 3. Pumm 3,80 - **Drei**: 1. Mandl 14,04 - **Kugel**: 1. Schulze-Bauer (Beuk) 16,52, 2. Pink (KSV) 15,37 - **Diskus**: 1. Pötsch (Beuk) 49,66, 2. Pink 48,34 - **Speer**: 1. Pregl (ATSE) 67,16, 2. Zeilbauer 60,74, 3. Bauly (Beuk) 58,22, 4. Kunz (Beuk) 57,74 - **Hammer**: 1. Pötsch 63,08, 2. Horvath (Gratkorn) 60,56 - 4 x 100 m: 1. ULC De Beukelaer 43,1, 2. ATSE Longlife 44,5 - 4 x 400 m: 1. Post Graz 3:28,0, 2. ATSE Longlife-Jugend 3:29,9 - 3 x 1000 m: 1. Post Graz I 8:04,8, 2. Post Graz II 8:11,4.

Frauen: 100 m, RW 0,6: 1. Prenner (ATSE) 11,9, 2. Langhans (Beuk) 12,0, 3. Selger (ATSE) 12,4, 4. Thurner (Beuk) 12,4 - 200 m, **RW 0,3**: 1. Prenner 24,8, 2. Selger 25,6, 3. Lickl (Post) 25,7 - 400 m: 1. Lickl 50,2 - 800 m: 1. Lickl 2:26,0 - 1500 m: 1. Prenner (Hartberg) 5:19,8 - 3000 m: 1. Schirnhöfer (MLG) 11:34,4 - 100 m **Hürden**, **GW 0,3**: 1. Langhans 14,1, 2. Kohlroser (Beuk) 15,4, 3. Thurner (Beuk) 16,0 - **Hoch**: 1. Reitzer (ATSE) 1,65, 2. Sedlmayr (ATG) 1,55, 3. Prenner 1,52 - **Weit**: 1. Langhans 5,96, 2. Kresbach (ATG) 5,41, 3. Reitzer 5,38, 4. Sekljic (KSV) 5,33 - **Kugel**: 1. Langhans 11,86, 2. Kresbach 11,69, 3. Reinthaler (ATG) 11,03 - **Diskus**: 1. Reinthaler 40,80 - **Speer**: 1. Gutschelhofer (MLG) 33,38 - 4 x 100 m: 1. ATSE Longlife 48,7, 2. ULC De Beukelaer 49,1 - 4 x 400 m: 1. ATSE Longlife 4:19,0.

TIROL: Innsbruck, 5. bis 7. Juli

Die 4-x-100-m-Staffel der TI-Tyrol (Pribernig-Zettl-Haid-Mayr) verbesserte den Landesrekord auf 42,4. Einen weiteren Tiroler Rekord steuerte Doris Weilharter über 3000 m bei - 10:39,4.

Männer: 100 m, GW 1,3: 1. Zettl (TI) 11,1 - 200 m, **GW 1,3**: 1. Zettl 22,2, 2. K. Mayramhof (LCT) 22,6 - 400 m: 1. K. Mayramhof 49,7, 2. Siegl (LCT) 50,3, 3. Hosp (LCT) 50,9 - 800 m: 1. Marsch (TI) 1:58,6, 2. Hosp 1:59,6 - 1500 m: 1. Hofer (TI) 4:17,2 - 5000 m: 1. Baumgartner (TI) 16:10,8 - 10000 m: 1. Steiner (TI) 32:07,2, 2. Schleich (IAC) 32:37,2, 3. Berger (IAC) 33:12,4 - 110 m **Hürden**, **GW 0,7**: 1. J. Mayramhof (LCT) 15,5, 2. Montagnoli (IAC) 16,0 **400 m Hürden**: 1. Pribernig (TI) 54,0, 2. Unterkircher (LCT) 55,0 - 3000 m **Hind.**: 1. Baumgartner 10:00,4, 2. Urbanowicz (ATSVI) 10:01,0 - **Hoch**: 1. Gehmacher (TI) 1,95, 2. Montagnoli 1,90, 3. Haid (TI) 1,90 - **Weit**: 1. Zettl 6,76, 2. Schennach (ATSVI) 6,56 - **Stab**: 1. Posch (TI) 4,30, 2. Wilhelm (TI) 4,00, 3. Engensteiner (TI) 3,80 - **Drei**: 1. Nöhner (ATSVI) 12,72 - **Kugel**: 1. Reich (TI) 15,90 - **Diskus**: 1. Reich 45,08, 2. Dr. Egermann (TI) 43,10 - **Speer**: 1. Reiter (Reutte) 57,98, 2. Oppl (TI) 58,42 - **Hammer**: 1. Rinner (LCT) 42,34 (in Fulpmes) - 4 x 100 m: 1. TI-Tyrol 42,4, 2. LC Tirol 42,6 - 4 x 400 m: 1. LC Tirol 3:30,6 - 3 x 1000 m: 1. TI-Tyrol I 7:56,4, 2. TI-Tyrol II 8:01,6.

Frauen: 100 m, GW 1,2: 1. Gärtner (Reutte) 12,3 - 200 m, **GW 2,2**: 1. Singer (Reutte) 26,2 - 400 m: 1. Singer 58,7, 2. Weilharter (TI) 2:22,5, 2. Walcher (LCT) 2:25,6 - 1500 m: 1. Weilharter 5:13,0, 2. Walcher 5:14,6 - 3000 m: 1. Weilharter 10:39,4 - 100 m **Hürden**: 1. Singer 16,0 - **Hoch**: 1. Kecht (MKI) 1,56, 2. Albrecht (TI) 1,56, 3. Grün (ATSVI) 1,56 - **Weit**: 1. Gärtner 5,53 - **Kugel**: 1. Stoschek (Reutte) 10,37 - **Diskus**: 1. Stoschek 30,36 - **Speer**: 1. Plaikner (LCT) 37,00 - 4 x 100 m: 1. SV Reutte 50,9, 2. IAC 51,4 - 4 x 400 m: 1. TI-Tyrol 4:11,3, 2. LC Tirol 4:14,0.

VORARLBERG: Dornbirn, 5. bis 7. Juli

Vorarlberger Rekorde liefen Wolfgang Barchtold über 400 m Hürden (54,57), Helga Pasaric über 400 m (57,97) und Brigitte Haest über 60 m (7,48, Rahmenbewerb). Die 13jährige Helga Brüstle lief die 100 m in 12,73. Dr. Günther Pichler warf den Hammer 52,10 m.

Männer: 100 m: 1. Hofer (Hörbranz) 11,01, 2. Blum (Höchst) 11,05 - 200 m: 1. Glanzmann (Sz) 22,14, 2. Blum 22,43 - 400 m: 1. Lenz (D) 48,26, 3. Barchtold (Montfort) 50,51, 4. Steger (Montfort) 50,73 - 800 m: 1. Sieber (Lustenau) 1:58,92, 2. Unterkofler (Jahn) 1:59,73 - 1500 m: 1. Columberg (D) 4:02,48, 2. Kofler (Montfort) 4:03,09, 3. Käfer (Lustenau) 4:03,78 - 5000 m: 1. Kaiser (Sz) 14:31,6, 2. Kofler 15:18,8, 3. Käfer 15:36,6 - 10000 m: 1. Hagen (Lustenau) 33:09,4, 2. Jäger (Lustenau) 33:26,0 - 110 m **Hürden**: 1. Salzmann (Lustenau) 15,30, 2. Wolfgang (Montfort) 15,37, 3. Aberer (Montfort) 15,70 - 400 m **Hürden**: 1. Barchtold 54,57, 2. Peintner (Lustenau) 56,07, 3. Sieber 56,92 - **Hoch**: 1. Wolfgang 1,95, 2. Walbel (Hohenems) 1,95, 5. Niedermaier (Bludenz) 1,89 **Weit**: 1. Gloor (Sz) 6,86, 2. Barchtold 6,82, 3. Fenkart (Hohenems) 6,65 - **Stab**: 1. Mösle (Sz) 4,20, 3. Aberer 3,90, 4. Wirth (Bludenz) 3,80 - **Drei**: 1. Mahlknecht (Montfort) 13,45 - **Kugel**: 1. Amann (Gisingen) 14,44 - **Diskus**: 1. Rupp (Fussach) 45,14 - **Speer**: 1. Höllwarth (D) 62,28, 2. Sostaric (Lustenau) 58,92, 3. Oberhauser (Montfort) 57,28 - **Hammer**: 1. Dr. Pichler (Lustenau) 52,10, 2. Schütz (Sz) 52,06, 3. Streitler (Mäser) 49,62 - 4 x 100 m: 1. TS Lustenau 43,90, 2. TS Hörbranz 44,74.

Frauen: 100 m: 1. Haest (Bregenz) 11,89, 2. Mähr (Schwarzach) 12,18, 3. Seifert (Bregenz) 12,59 (VL 12,55), 4. Helga Brüstle (Jg. 61, Bregenz) 12,81 (VL 12,73) - 200 m: 1. Haest 24,72, 2. Mähr 25,17, 3. Pasaric (Mäser) 25,88 - 400 m: 1. Pasaric 57,97, 2. Zehnder (D) 58,08, 4. Rundel (Lustenau) 60,02 - 800 m: 1. Dzulbany (D) 2:14,37, 3. Rundel 2:22,53 - **Hoch**: 1. Haas (Sz) 1,60, 2. Mähr 1,60 - **Weit**: 1. Mähr 5,61 - **Kugel**: 1. Engl (Hohenems) 11,11, 2. Mähr 10,87 - **Diskus**: 1. Biedermann (D) 30,08, 3. Engl 29,94 - **Speer**: 1. Ursella 41,60 - 4 x 100 m: 1. TS Bregenz 49,87 - **Rahmenbewerb: 60 m**: 1. Haest 7,48, 2. Seifert 7,81, 3. Helga Brüstle 7,94.

WIEN: Wien-Schmelz, 6./7. Juli

Drei Athleten liefen die 100 m in 10,6. Dietmar Schöberl siegte vor Georg Regner und Günther Würfel und entschied auch die 200 m für sich. Gute Wurfleistungen von Hans Matous (Diskus 57,80 m) und Walter Pektor (Speer 74,12 m). Überraschungen gab es im Weitsprung der Männer (Ekkehard Philipp 6,95 m) und Hochsprung der Frauen (Herta Max 1,67 m).

Männer: 100 m: 1. Schöberl (OTB) 10,6, 2. Regner (Wi) 10,6, 3. Würfel (Wi) 10,6, 4. Schittler (Wi) 10,8, 5. Simota (Post) 10,9 - 200 m: 1. Schöberl 22,1, 2. Fortelny (WAT) 22,4, 3. Simota 22,8 - 400 m: 1. Fortelny 50,4, 2. Sandler (Wi) 50,7 - 800 m: 1. Sandler 2:00,0, 2. Vevera (Wi) 2:01,3 - 1500 m: 1. Diepold (Post) 4:08,4 - 5000 m: 1. Dr. Okresek (Reichsbund) 15:56,8 - 110 m **Hürden**: 1. Smoly (Wi) 15,6, 2. Nowikowsky (Post) 15,8 - 400 m **Hürden**: 1. Piesch (Post) 58,6, 2. Diepold 58,7 - **Hoch**: 1. Steinbach (Wi) 1,94, 2. Stampfl (Cricket) 1,88, 3. Siegmeth (UAB) 1,88 - **Weit**: 1. Philipp (WAT) 6,95, 2. Wildschek (Wi) 6,76 - **Stab**: 1. Smoly 4,10, 2. Frischmuth (Post) 4,10, 3. Nowikowsky 3,80 - **Drei**: 1. Füzesy (Wi) 14,48 - **Kugel**: 1. Neudolt (Post) 16,01, 2. Dr. Soudek (Cricket) 14,70 - **Diskus**: 1. Matous (UAB) 57,80, 2. Dr. Soudek 49,24, 3. Neudolt 47,00 - **Speer**: 1. Pektor (Wi) 74,12, 2. Jozsef Varga (UKJ) 63,34, 3. Laszlo Varga (UKJ) 60,26.

Frauen: 100 m: 1. Hareter (OTB) 12,0, 2. Massing (Post) 12,3, 3. Buchholz (Post) 12,4 - 200 m: 1. Massing 25,7, 2. Buchholz 26,2, 3. Helmgartner (Post) 26,4 - 400 m: 1. Massing 58,3, 2. Bichlbauer (OTB) 60,7 - 800 m: 1. Massing 2:22,0, 2. Hennigs (Post) 2:22,5, 3. Bichlbauer 2:23,2 - 1500 m: 1. Hennigs 4:54,9, 2. Rieck (Post) 4:59,5 - 3000 m: 1. Rieck 11:31,2 (am 26. 6.) - 100 m **Hürden**: 1. Buchholz 14,3, 2. Max (Cricket) 15,6 - **Hoch**: 1. Max 1,67, 2. Buchholz 1,64, 3. Seyfried (OTB) 1,64, 4. Neumüller (WAT) 1,61 - **Weit**: 1. Max 5,62, 2. Neumüller 5,52 - **Kugel**: 1. Jagenbrein (UAB) 12,83, 2. Woschank (Wi) 11,15, 3. Batik (Reichsbund) 11,03 - **Diskus**: 1. Spacek (WAT) 44,98, 2. Weiland (Herzm.) 44,44, 3. Exl (Herzm.) 38,10, 4. Jagenbrein 37,94, 5. Knöppel (Post) 37,34 - **Speer**: 1. Obentraut (Wi) 42,50, 2. Engel (Wi) 35,00.

Brigitte Haest egalisierte 100-m-Rekord

Brigitte Haest gewann am 15. August in Kempten die 100 m in 11,5 und egalisierte damit den von Monika Holzschuster und Christa Kepplinger gehaltenen österreichischen Rekord. Die 13-jährige Helga Brüstle, gleichfalls TS Bregenz, überraschte mit 12,3. Irmgard Hölzl gewann den Weitsprung mit 5,61 m. Gerlinde Massing lief die 800 m in 2:13,0 (1. Kaseder-D 2:09,6), Alexander Fortelny die 200 m in 22,4.

SPORTHAUS SOMMER DOLLY KUTTICH

Wien I, Schmerlingplatz 3
(Ecke Bartensteingasse) beim Justizpalast,
Linie H2 und 46,
Telefon 42 45 59

Spezialgeschäft für Leichtathletik

Sämtliche Marken von Sportschuhen -
PUMA-Laufschuhe für alle Sportarten -
Glasfaserstäbe - Startmaschinen -
HELD-Speere und alle übrigen LA-Geräte
Federleichte Regenanzüge in allen Farben

DER
SPORTSCHUH DER
WELTBESTEN MIT
220 WELTREKORDEN
adidas

Aus Österreichs Bundesländern

KÄRNTEN

Der Jugendliche Wilhelm Malle (Jg. 56) eröffnete am 16. Juni in Villach mit 71,12 m seine tolle Speerwurfserie. Karl Woschitz lief bei diesem Meeting die 100 m in 11,0.

Am 22. Juli testete Malle im Klagenfurter Stadion einen neuen Kunststoffbelag und war begeistert. Er verbesserte den österreichischen Jugendrekord, den er mit 73,90 m bei den Staatsmeisterschaften in Graz aufgestellt hatte, auf 74,56 m. Alle Würfe waren weiter als 70 m.

Bis Ende Juli hatte Malle bei fünf Wettkämpfen in diesem Jahr (sein Rekord vom Vorjahr 70,98 m) weiter als 71 m geworfen:

71,12 m — 16. Juni, Villach
71,08 m — 23. Juni, Innsbruck
73,90 m — 14. Juli, Graz
74,56 m — 22. Juli, Klagenfurt
73,90 m — 29. Juli, Klagenfurt

Karoline Käfer egalisierte am 24. Juli auf dem Klagenfurter KAC-Platz mit 7,4 über 60 m den von Inge Aigner seit 1965 gehaltenen österreichischen Rekord und war auch über 200 m schnell — 24,0.

Drei Männer des KLC erreichten am 29. und 30. Juli bei einem ÖMM-Durchgang in Klagenfurt 27.221 Punkte. Willi Malle imponierte mit 73,90 m im Speerwurf (alle Würfe über 70 m). Weiters: 200 m: Woschitz 22,3, Miklautsch 22,4 — 400 m: Weinhandl 50,1, Miklautsch 50,2 — 110 m Hürden: Gurker 15,9, Muchitsch 16,0 — 400 m Hürden: Weinhandl 54,1 — Hoch: Walter Gurker 1,96, Kurt Gurker (Jg. 60) 1,85 — Weit: Kucher 6,54, Muchitsch 6,51 — Diskus: Frank 50,24.

NIEDERÖSTERREICH

Ulrike Jandrisevits (BAC) verbesserte sich am 13. Juni in Ternitz im Speerwurf auf 41,12 m. Joachim Siart (Jg. 58, SVS) warf am 3. Juli in Schwechat den B-Jugend-Hammer 56,16 m.

Das stärkste Männerteam, das es bei LAC Raiffeisen-Energie je gab, erzielte in der ÖMM (25. bis 27. Juni, Südstadt/Wien-Schmelz) 26.165 Punkte.

100 m: Rosskopf 11,0, Libal 11,1 — 200 m: Rosskopf 22,8 — 1500 m: Friedl 4:11,4 — Hoch: Anker 1,93, Rainer 1,96, Janko 1,87 — Weit: Libal 7,11, Kindl 6,69, Batik 6,56 — Stab: Batik 4,00 — Drel: Libal 14,77.

Hermann Neudolt (Post Wien) verbesserte am 27. Juli in Purgstall seinen Wiener Kugelstoßrekord von 16,81 m auf 17,15 m. Die neue Kunststoffbahn in der Südstadt erwies sich beim ersten Test am 29. Juli als äußerst schnell. Harald Rosskopf lief die 100 m in 10,8. Weiters: Frauen: 800 m: Kirchbichler 2:22,5 — 100 m Hürden: Prokop 14,4 (im Alleingang) — Kugel: Prokop 14,34.

Der 18jährige Wolfgang Tschirk (BAC) egalisierte am 4. August in Baden mit 2,07 m den von Wolfgang Steinbach im Vorjahr aufgestellten österreichischen Hochsprungrekord und fixierte zugleich neuen Jugendrekord (bisher Walter Gurker 2,06 m — 1972).

OBERÖSTERREICH

Nachträge vom Mai und Juni: Die B-Jugendliche Monika Aistleitner (Jg. 58, VÖEST) warf am 5. Mai in Neuhofen den Speer 36,82 m. Maria Ruschak (ÖTB) sprang am 22. Juni in Wels 5,52 m weit, Alexander Leitner (U. Schärding) am 27. Juni in Schärding 13,96 m drei.

Beim Meeting des LCA doubrava am 20. Juli in Attnang besiegte Willi Schweiger im Weitsprung mit 6,95 m Helmut Matzner (6,88 m) und Anton Pargfrieder (6,66 m). Weitere Ergebnisse:

Männer: 100 m: 1. Schwaiger (dou) 11,0 — 1000 m: 1. Hitzl (dou) 2:28,2, 2. Urbanovicz (ATSVI) 2:38,6 — Kugel: 1. Ratzer (Bad Ischl) 14,77 — Diskus: 1. Ratzer 43,84 — Männer: Jugend: 100 m: 1. Wiesauer (dou) 11,5 — 1000 m: 1. Pichler (dou) 2:39,8 — Weit: 1. Presser (U. Salzburg) 6,56 — Kugel: 1. Haunold (dou) 12,71 — Diskus: 1. Hanseitsch (dou) 34,26 — Frauen: 100 m: 1. Braun (Post Wien) 12,8 — Weibl. Jugend: 100 m: 1. Haller (IAC) 12,7.

Die neue Kunststoffanlage auf dem Linzer Union-Landessportfeld wurde mit einem ÖMM-Durchgang des ULC Linz-Oberbank vom 20. bis 22. Juli eröffnet. Die Männer erzielten 26.395 Punkte, die Frauen 14.049 Punkte.

Erich Sambs verbesserte sich im Hochsprung auf 1,98 m. Auch die „alten Haudegen“ Ekkehard Kolodziejczak, Walter Dießl und Gert Herunter machten mit. Die Jugendliche Christa Merkl (Jg. 58) kam zu Bestleistungen mit Kugel (12,17 m) und Diskus (37,40 m).

Männer: 100 m: 1. Zinterhof 11,0 — 400 m: 1. Zinterhof 50,5 — 800 m: 1. Lummerstorfer 1:59,7 — 1500 m: 1. Höfinger 4:14,0 — 110 m Hürden: 1. G. Werthner 15,7 — 400 m Hürden: 1. Kolodziejczak 59,0 — Hoch: 1. E. Sambs 1,98 1, 2. G. Sambs 1,92, 3. G. Werthner 1,86 — Weit: 1. Wöckinger 6,87, 2. G. Werthner 6,69 — Stab: 1. Dullinger 3,80 — Drel: 1. E. Sambs 13,90 — Kugel: 1. Dießl 14,48, 2. Herunter 14,23 — Diskus: 1. Dießl 47,00, 2. Herunter 44,08 — Speer: 1. G. Werthner 57,16. Frauen: 100 m: 1. Hölzl 12,4, 2. Mühlbach 12,5 — 200 m: 1. Mühlbach 25,7 — 400 m: 1. Mühlbach 58,8 — 100 m Hürden: 1. Hölzl 16,0 — Hoch: 1. Hölzl 1,56 — Weit: 1. Hölzl 5,92 — Kugel: 1. Merkl 12,17 — Diskus: 1. Merkl 37,40 — Speer: 1. Merkl 36,38 — 4 x 100 m: 1. ULC Linz 50,6.

Helga Danner gewann in Linz (26./27. Juli) einen Fünfkampf mit dem oberösterreichischen Juniorenrekord von 3766 Punkten (15,8-11,93-1,70-5,25-26,6) und stellte mit 1,70 m Hochsprung-Landesrekord auf. Als 10. Österreicherin bewältigte sie im Freien die 1,70 m!

SALZBURG

Peter Rettenbacher gewann in Bayern zweimal: am 31. Juli in München die 1500 m in 3:58,3, am 3. August in Trostberg die 800 m in 1:55,0. Bamberger wurde in Trostberg über 400 m in 50,2 Zweiter.

Heimo Kalß sprang am 11. August auf dem Salzburger Roitnerplatz 1,94 m hoch.

STEIERMARK

Der seit vielen Jahren in Schweden lebende Langstreckler Franz Pumhösl (U. Eisenerz) gab bei den Staatsmeisterschaften in Graz, wo er über 5000 m Vierter und über 10000 m Fünfter wurde, seine diesjährigen Bestzeiten bekannt: 5000 m 14:59,0 (26. Mai, Norrköpping), 10000 m 31:35,0 (30. Juni, Nässjö). Den Marathon lief er im Vorjahr in 2:36:17,0.

Beim Schüler-Vergleichskampf MLG gegen SVS Schwechat (130:126) am 5. Juni in Mürzzuschlag sprang die 13jährige Christa Gutschelhofer (MLG) 4,96 m weit.

Die Frauen des ULC De Beukelaer erzielten bei ihrem ÖMM-Durchgang am 25. und 26. Juni in Graz 13.959 Punkte: 100 m: 1. Langhans 12,4, 2. Nowak 12,7 — 100 m Hürden: 1. Kohlroser 15,2 — Hoch: 1. Langhans 1,61 m — Weit: 1. Langhans 5,92 m — 4 x 100 m: ULC De Beukelaer 49,4. Nachtrag zu den Männern (richtige Punktesumme 26.923): Hubert König lief die 400 m Hürden in 56,5.

Dr. Ingo Peyker gewann am 25. Juli in Graz einen Stabhochsprungbewerb mit 4,70 m. Am 31. Juli gab es ein Werfermeeting in Gratkorn: Kugel: Pötsch 15,38 m, Zeilbauer 14,36 m — Diskus: Pötsch 47,80 m, Zeilbauer 40,42 m — Hammer: Pötsch 62,88 m, Horvath 59,78 m.

Graz gewann am 15. August den Städtekampf gegen Cilli 100:89. Hans Pötsch warf den Hammer 66,64 m, Herbert Schrautzer lief die 400 m in 49,8, Hubert König die 400 m Hürden in 56,2.

TIROL

ÖJMM-Durchgang in Innsbruck (5. bis 7. Juni):

Männl. Jugend: 100 m: Fuchs (LCT) 11,2, J. Mayramhof (LCT) 11,2 — 200 m/GW 1,0: Fuchs 22,6 — 110 m Hürden/GW 1,5: J. Mayramhof 15,3 — 300 m Hürden: Unterkircher (LCT) 39,2 — 1500 m Hind.: Konrad (TI) 4:39,8, Fuchs (TI) 4:39,8 — Hoch: Haid (TI) 1,89, Lechner (Jg. 58) 1,83 — 4 x 100 m: LC Tirol 43,7.

ÖMM-Durchgang in Innsbruck (28. bis 30. Juni):

Männer: 100 m: Zettl (TI) 11,0, Pribernig (TI) 11,1, Widmann (LCT) 11,1 — 200 m: Zettl 22,0, Pribernig 22,4, K. Mayramhof (LCT) 22,6 — 400 m: K. Mayramhof 50,2, Siegl (LCT) 51,0 — 800 m: Siegl 1:57,1 — 1500 m: Steiner (TI) 4:00,7, Förster (TI) 4:08,8 — 5000 m: Mulser (ATSVI) 15:19,2, Schleich (IAC) 15:25,4, Förster 15:28,2, Baumgartner (TI) 15:34,0 — 10000 m: Förster 31:50,6 — 400 m Hürden: Pribernig 55,0, Siegl 57,2 — 3000 m Hind.: Schroll (TI) 9:44,6, Urbanovicz (ATSVI) 9:54,8 — Hoch: Gehmacher (TI) 2,00 — Weit: Zettl 6,76 — Stab: Posch (TI) 4,10, Wilhelm (TI) 4,00.

Am 18. Juli sprang Dieter Gehmacher in Innsbruck 2,01 m hoch.

Am 8. August liefen im Tivolistadion: Alois Zettl die 800 m in 1:54,2 und Erwin Wagger die 3000 m in 8:25,2 (Tiroler Juniorenrekord).

VORARLBERG

Marlies Runderl verbesserte am 21. Juni in Zürich den Vorarlberger 3000-m-Rekord auf 10:50,6. Am 25. Juni gab es eine günstige Startgelegenheit in Güttingersreuti (Schweiz): Männer: 110 m Hürden: 1. Salzmann 15,3 – Männl. Jugend: 100 m: 1. Blum 11,1 – Frauen: 100 m: 1. Mähr 12,2 – Weit: 1. Mähr 5,77.

Am 29. Juni wurde in Vorarlberg die zweite Kunststoffanlage eröffnet – im Stadion Birkenwiese in Dornbirn. 1975 werden dort die Staatsmeisterschaften der Allgemeinen Klasse in Szene gehen.

Männer: 100 m: 1. Hofer (Hörbranz) 11,0, 2. Blum (Höchst) 11,1 – **Hammer:** 1. Dr. Pichler (Lustenau) 50,08, 2. Streitler (Mäser) 49,72 – **Männl. Jugend B: 110 m Hürden:** 1. Rümmele (Dornbirn) 15,0 (Vbg.-Jug.-B-Bestleistung).

TS Jahn-Lustenau beteiligte sich vom 28. bis 30. Juni am ÖMM-Durchgang in Götzis: 800 m: Unterkofler 1:58,9 – 1500 m: Hollenstein 4:08,5 – 3000 m Hind.: Hollenstein 9:50,8. Bei TS Lustenau wurden nach Beschluß des ÖLV-Vorstandes die von den Schweizer Athleten erzielten Leistungen gestrichen.

Felix Rümmele (Jg. 58) stellte am 9./10. Juli in Dornbirn im Sechskampf der Jugend B mit 3797 Punkten Vorarlberger Bestleistung auf: 11,51-10,93-1,70-15,14-40,50-2:43,24. Weitere Ergebnisse: 60 m: Hofer (Hörbranz) 6,98, Wolfgang (Montfort) 7,04, Blum (Höchst) 7,06 – 100 m: Hofer 11,07 – 400 m: Lenz (D) 48,20, Blum 51,93.

Dornbirn, 22. 7.: Männer: 1000 m: 1. Hollenstein 2:35,85 – **Drei:** 1. Kremmel 13,62 – **Frauen: 200 m:** 1. Haest 24,92.

Dornbirn, 26. 7.: Männer: Hammer: 1. Dr. Pichler 51,76.

Brigitte Haest egalisierte am 3. August auf der Dornbirner Birkenwiese mit 7,38 den von Inge Aigner und Karoline Käfer gehaltenen österreichischen 60-m-Rekord und gewann die 100 m in 11,72.

Weiters: Männer: 60 m-RW 2,5: 1. Hofer 7,00 – **100 m:** 1. Hofer 11,09 – **Kugel:** 1. Oswald 14,03 – **Speer:** 1. Wolfgang 56,06 – **Frauen: 60 m:** 2. Mähr 7,54, 3. Pichler 7,97 – **100 m:** 2. Mähr 12,27 – **200 m:** 1. Haest 25,10, 2. H. Brüstle (Jg. 61) 26,32.

ASKÖ-Bundesmeisterschaften in Villach

Die 16jährige Silvia Schinzel gewann bei den ASKÖ-Bundesmeisterschaften in Villach (3. und 4. August) die 100 m in 11,8 (NÖ. Jugendrekord) und rückte damit auf Rang 9 der „Ewigen österreichischen Bestenliste“ vor! Weitere Sieger: Männer: 100 m: Woschitz 10,9 – 800 m: Tschernitz 1:55,2 – 110 m Hürden: Kreiner 15,1 – 400 m Hürden: Kreiner 57,1 – Hoch: Gurker 1,95 – Weit: Schwaiger 6,94 m – Drei: Schwaiger 13,77 m – Kugel: Eichinger 15,37 m – Diskus: Sternad 50,68 m – Speer: Malle 70,82 m – Hammer: Sternad 67,32 m – Frauen: 400 m: Burger 56,8 – Hoch: Strobl 1,63 m (Tiroler Rekord) – Weit: Koblmüller 5,51 m – Speer: Slawik 47,24 m.

Weitere Ergebnisse: Männer: 200 m: 1. Woschitz 22,4, 2. Miklautsch 22,7 – 400 m: 1. Fortelny 51,0 – 800 m: 2. Pichler 1:57,6, 3. Pobatschnig 1:58,3 – 1500 m: 1. Pschernig 4:06,6, 2. Pobatschnig 4:07,9 – 5000 m: 1. Pschernig 15:55,8 – 10000 m: 1. D. Milloinig 31:16,6 – 110 m Hürden: 2. Gurker 15,5 – Hoch: 2. Nöhner 1,90 – Weit: 2. Gartlgruber 6,90 – Stab: 1. Schasse 3,90, 2. Hall 3,80 – Drei: 2. Nöhner 13,56 – Kugel: 2. Rom 14,23 – Diskus: 2. Frank 47,46 – Speer: 2. Pregl 66,84 – Hammer: 2. Horvath 57,42 – 4 x 100 m: 1. SVS Schwechat 43,2 – Olymp. Staffel: 1. SVS Schwechat 3:32,3.

Frauen: 100 m: 2. Burger 12,2 – 200 m: 1. Schinzel 24,7, 2. Burger 25,2 – 800 m: 1. Schrott 2:23,2 – 1500 m: 1. Schrott 5:11,2 – 100 m Hürden: 1. Neumüller 15,7 – Hoch: 2. Schrott 1,63, 3. Lechner 1,60 – Kugel: 1. Hofer 13,57, 2. Lechner 12,68, 3. Spacek 12,16, 4. Weiland 11,77 – Diskus: 1. Spacek 43,18, 2. Weiland 41,88, 3. Exl 38,78 – Speer: 2. Cejka 44,00, 3. Gutschelhofer (Jg. 61, MLG) 35,18 – 4 x 100 m: 1. SVS Schwechat 49,2 – Schwellstaffel: 1. SVS Schwechat 60,9 (Rekord 60,8).

Kärntner gefielen in Zürich

Peter Sternad wurde am 16. August in Zürich im Hammerwurf mit 68,88 m Zweiter hinter dem Deutschen Klein (73,44 m). Gert Weinhandl verbesserte über 400 m Hürden seinen Kärntner Rekord auf 51,38 und kam im B-Lauf auf Platz 3 (1. Hofer-Sz 50,93). Schnellster des A-Laufes war Jim Bolding (USA) in 48,75 vor Kodejs (CSSR) 49,55, Aumas (Sz) 49,92 und Nallet (F) 49,98. Weitere Österreicher: Günther Würfel 10,99 (1. Riddick-USA 10,20) und 21,57 (1. Quarrie-Jam 20,06) – Peter Lindtner 3:50,83 – Maria Sykora 55,62 (1. Leiser-Sz 54,36) – Carmen Mähr 14,39 (1. Stefanescu-Rum 13,10).

WIEN

Die Frauen von ÖTB-Wien kamen bei einem ÖMM-Durchgang (27. bis 29. Juni) auf 13.724 Punkte: 100 m: Hareter 12,4 – 400 m: Bichlbauer 59,9 – 800 m: Bichlbauer 2:26,3 – Weit: Hareter 5,52 m Kugel: Heilig 11,87 m.

Die Serie der beliebten TYROLIA-Meetings wurde im Juli im Wiener Stadion fortgesetzt. Herta Max sprang am 3. Juli 5,60 m weit, Dr. Ernst Soudek stieß am 10. Juli die Kugel 14,98 m. Am 17. Juli verbesserte Susanne Spacek den Wiener Diskusrekord, den Anni Pöll seit 1959 mit 46,48 m gehalten hatte, auf 46,66 m und erreichte mit der Kugel 11,85 m. Den 100-m-Lauf gewann Christiane Casapicola in 12,6.

Gute Leistungen gab es am 24. Juli. Heimo Viertbauer übertraf mit dem Hammer die 60 m, genau 60,18 m und siegte vor Walter Edletitsch 55,48 m, Rudolf Siart 52,26 m und Klaus Jilek 49,92 m. Joachim Siart (Jg. 58) kam mit dem B-Jugend-Hammer auf beachtliche 57,34 m. Ewald Potschka warf den Diskus 45,02 m, Elisabeth Slawik den Speer 48,06 m. Slawik sprang außerdem 1,55 m hoch. Die Schnellsten über 200 m waren Silvia Schinzel (24,7) und Hanni Burger (25,4).

Die Frauen des ULC Wildschek kamen am 29. und 30. Juli bei einem ÖMM-Durchgang in Wien (Partner ÖTB) auf 13.864 Punkte: 100 m: Hareter (ÖTB) 12,0, Holzschuster 12,3 – 200 m: Hareter 25,3, Holzschuster 25,8, Casapicola 25,9 – 400 m: Casapicola 57,3 800 m: Casapicola 2:20,2 – Hoch: Seyfried (ÖTB) 1,60, Würger 1,57 – Weit: Hareter 5,34, Feichtlbauer (Jg. 59, ÖTB) 5,32, Würger 5,05 – Kugel: Woschank 11,72, Gusenbauer 11,11, Würger 10,79 – Diskus: Woschank 36,98 – Speer: Kovacek 40,90.

Am 31. Juli gab es im Wiener Stadion ein weiteres Tyrolia-Meeting:

Männer: 60 m: 1. Zechner (Feldkirchen) 7,0, 2. Massing (Post) 7,1 – **Hoch:** 1. Tschirk (BAC) 1,98, 2. Steinbach (Wi) 1,91, 3. Smoly (Wi) 1,89 – **Weit:** 1. Steinbach 6,64 – **Frauen: 60 m:** 1. Hareter 7,8 – **1500 m:** 1. Kirchbichler (Ra) 4:56,1 – **Diskus:** 1. Spacek (WAT) 44,02.

frischwärts
„Wie steht eigentlich der Weltrekord?“

Trink **Coca-Cola**
SCHUTZMARKE

frischwärts – aus jedem Augenblick das Beste machen. Die guten Momente im Alltag erkennen – das ist unsere lebendige Welt. Und COKE gehört dazu.

Richtige Ernährung für den Leistungssportler

Talentsuche im Kindesalter, Verbesserungen in der Trainingsmethodik, höhere Belastungen sind integrierte Bestandteile des heutigen Leistungssportes. Alle möglichen und oft auch unmöglichen Aspekte des Leistungsaufbaues werden überprüft und versucht, und dennoch vergißt man immer auf einen ganz wesentlichen Punkt im ganzen System, auf die richtige und zweckmäßige Ernährung unserer Athleten. Wir verlangen vom Spitzensportler immer mehr und mehr, die Belastungen des Trainings gehen oft nahe an die Grenze der physischen Leistungsfähigkeit heran, aber die wenigsten Trainer oder Athleten machen sich ernsthafte Gedanken über den Energiestoffwechsel. Differenzen zwischen Ist- und Sollwert und damit Differenzen in der Energiebilanz des menschlichen Organismus wirken sich mit aller Deutlichkeit auf die Leistung des Sportlers aus. Dieser Beitrag soll daher in erster Linie auf die Bedeutung des Ernährungsfaktors hinweisen und zeigen, daß ohne zweckmäßige Ernährung ein Leistungstraining aber auch ein Wettkampf immer in Frage gestellt sein wird.

Zur besseren Übersicht läßt sich der gesamte Komplex der Ernährung in folgende Kapitel unterteilen:

1. Deckung des Energiebedarfes (= Quantität der Nahrung)
2. Nährstoffe (= Qualität der Nahrung)
3. Nahrungsaufnahme (= Ernährungsgewohnheiten)
4. Spezifische Vor- und Nachwettkampfnahrung

ad 1.

Bevor noch die Frage nach der richtigen Zusammensetzung der Nahrung behandelt wird, müssen wir uns grundsätzlich über den täglichen Bedarf des Menschen, gemessen in Kalorien, im klaren sein. Alter, Geschlecht, Konstitution, Jahreszeit, aber auch das Ausmaß der Belastung spielen dabei eine große Rolle. Daher können die in Tabelle 1 aufgezeigten Werte auch nur Anhaltspunkte für die Erstellung des Energiebedarfes sein. Selbstverständlich spielt natürlich auch die Sportart mit.

TABELLE 1

Durchschnittlicher Kalorienbedarf der Disziplinengruppen pro kg Körpergewicht und Tag	
Mittelstreckenlauf	70 cal/kg
Langstreckenlauf	75 cal/kg
Kurzstreckenlauf	65 cal/kg
Sprung	65 cal/kg
Wurf, Stoß	70 cal/kg

Der Tagesbedarf wird nun folgendermaßen errechnet:

$$\text{Energiebedarf (cal/kg)} \times \text{Körpergewicht (kg)}$$

Als Beispiel sei hier der Athlet N. N. angeführt:

Alter 22 a, Körpergewicht 65 kg, Körpergröße 1,78 m, Mittelstrecke

$$\text{Energiebedarf für Mittelstrecke laut Tabelle} = 70 \text{ cal/kg}$$

$$\text{Körpergewicht des Athleten} = 65 \text{ kg}$$

$$70 \text{ cal/kg} \times 65 \text{ kg} = 4550 \text{ cal}$$

GRÄFE schlägt zu dieser Summe noch 10 % als Verdauungsverlust zu. Bei Frauen werden die Kalorienwerte um 10 % niedriger angesetzt, bei Jugendlichen hingegen, die sich in einer deutlichen Akzelerationsphase befinden, angehoben. Da in den meisten Sportdisziplinen ein ausgewogenes Last-/Kraftverhältnis leistungsentscheidend ist, soll das Körpergewicht regelmäßig, am besten täglich am Morgen unter reproduzierbaren Gegebenheiten überprüft werden. Dabei lassen sich Fehler in der Ernährungsbilanz feststellen und Korrekturen vornehmen.

ad 2.

Nachdem nun der Tagesbedarf ermittelt wurde, steht als nächstes die Frage nach der richtigen Zusammensetzung der Nahrung im Vordergrund. Die wichtigsten Bestandteile sind KOHLEHYDRATE, EIWEISSE UND FETTE, sowie Vitamine, Mineralstoffe und Flüssigkeiten. Während beim Gesundheitssportler bei normaler gemischter Kost praktisch keinerlei Probleme auftauchen, ist der Leistungssportler in höchstem Maße an eine sportsspezifische Zusammensetzung der Nahrung gebunden, die von leistungsphysiologischen Erkenntnissen im Zusammenhang mit dem Energiestoffwechsel untermauert wird.

Im Mittelpunkt des Energiestoffwechsels stehen in erster Linie die KOHLEHYDRATE. Sie treten praktisch bei allen Belastungen, außer im extremen Ausdauerbereich, als wichtigster Energieträger auf. Da sie sowohl aerob als auch anaerob Energie bereitstellen können, sind sie für die Leistungsfähigkeit der Muskulatur von größter Bedeutung. Eine erhöhte Inanspruchnahme der Glukose aber gleichzeitig auch eine verbesserte Speicherung von Glykogen soll daher angestrebt werden. Kohlehydrate werden in erster Linie in Form von Stärke aufgenommen und dann im Organismus zu Glukose gespalten. Glykogen stellt die Speicherform der Kohlehydrate dar. Gute, kohlehydrathaltige Nahrungsmittel sind Brot, Mehl, Haferflocken, Gemüse, Obst. Reine Zuckerga-

haben nur wenig Sinn, dafür sind nach großen Anstrengungen Getränke mit Honig anzuraten. Ein weiterer wichtiger Bestandteil der Nahrung ist das EIWEISS. Man unterscheidet hier zwischen tierischem und pflanzlichem Eiweiß, wobei man bei der Zusammensetzung möglichst zu einem Verhältnis von 2 : 1 kommen sollte. Über die Höhe der Eiweißzufuhr gehen die Meinungen weit auseinander. Eiweiß trägt in sehr hohem Maße zum Muskelaufbau bei und hat außerdem eine nicht zu verachtende stimulierende Wirkung auf die Leistungsfähigkeit. Andererseits haben sich sehr hohe Dosen von Eiweiß nicht nur verdauungsmäßig als ungünstig erwiesen, sondern haben auch wiederholt zu Müdigkeit und Reaktionsverlust geführt. Man kann als Richtwert rund 15% der Gesamtkalorien nehmen. PROKOP gibt Werte zwischen 1,4 und 2,0 g/kg Körpergewicht und Tag als durchschnittlichen EW-Bedarf an. Selbstverständlich muß bei der Feststellung der Eiweißmenge die Sportdisziplin in Betracht gezogen werden. Mittel- und Langstreckler liegen im unteren Bereich, Werfer und Stoßer im oberen Bereich der Eiweißaufnahme. Hochwertige Eiweisse sind Fleisch, Milch und Milchprodukte (Topfen, Käse), Eier, Schinken, Hülsenfrüchte aber auch Haferflocken.

Obwohl die FETTE eine billige und ergiebige Energiequelle des Organismus darstellen, muß vor großem Fettkonsum eindringlich gewarnt werden. Die Gefahr der Fettleibigkeit ist bei Leistungssportlern nur in den seltensten Fällen gegeben, dagegen haben Untersuchungen ganz klar gezeigt, daß fettreiche Ernährung das Leistungsvermögen ungünstig beeinflusst. Der Athlet sollte daher trachten, möglichst fettarm zu leben. Eine Menge von 20 bis 25% des Gesamtkalorienbedarfes als Fett reicht in der Regel aus, um genügend fettlösliche Vitamine und essentielle Fettsäuren zur Verfügung zu stellen. Da die meisten Fette schwer verdaulich sind, ist eine strenge Auswahl empfehlenswert. Hochwertige Fette sind neben Butter vor allem die Pflanzenöle (Weizenkeimöl, Sonnenblumenkernöl, ...).

Eine gut gemischte Kost sollte nach PROKOP ein Verhältnis Kohlehydrat : Eiweiß : Fett wie 4 : 1 : 1 oder bei höherem Kalorienbedarf wie 5 : 1 : 1 aufweisen. DONATH erstellte einen Verteilerschlüssel auf Grund der Spezifität der Sportdisziplin. Tabelle 2 bringt Auszüge mit den Grunddisziplinen der LA.

TABELLE 2

Disziplin	in %		
	KH	EW	F
Kurzstrecke	52	18	30
Mittelstrecke	60	15	25
Langstrecke	60	15	25
Sprung	52	18	30
Wurf, Stoß	42	22	36

Die Fettwerte erscheinen bei DONATH relativ hoch, beinhalten aber auch das versteckte Fett, das wir im Laufe des Tages auch aus anderen Lebensmitteln aufnehmen. Trotzdem glaube ich, daß eine Verminderung der Fettprozentage zu Gunsten der Kohlehydrate (Mittel, Langstrecke) bzw. der Eiweiße (Sprung, Wurf, Stoß) eher angebracht wäre.

Die VITAMINE sind die Katalysatoren des Stoffwechsels. Nach ihrer Löslichkeit unterscheidet man fettlösliche (Vitamin A, D, E, K) und wasserlösliche (Vitamin C, B) Vitamine. Mangelerscheinungen sind bei normaler gemischter Kost in unseren Breiten sehr selten geworden. Doch gilt auch hier wieder für den Leistungssportler, daß eine optimale Leistungsbereitschaft nur bei entsprechender Vitaminaufnahme möglich ist. Die erforderliche Menge ist in erster Linie von der Höhe der Belastung abhängig. Daher sind während der Wettkampfzeit größere Vitaminmengen erforderlich als während der Vorbereitung. In diesem Zusammenhang sei auch auf die Einnahme von Vitaminpräparaten hingewiesen, die zur Vorbereitung auf Wettkämpfe gerne verabreicht werden. Der Glaube, daß durch übergroße Vitamindosen eine zusätzliche Leistungssteigerung erzielt werden kann, ist wissenschaftlich nicht untermauert. Vielmehr dürfte auch hier ein gewisser Placeboeffekt vorliegen. Für den Sportler sind vor allem Vitamin B1 und C von großer Wichtigkeit. Das Vitamin B1 kommt in der Hefe sowie in tierischen Innereien vor und hat seine Bedeutung vor allem im Energiestoffwechsel, wo es auf die Kohlehydratverwertung einwirkt. Der tägliche Bedarf liegt während der Vorbereitungsperiode bei 2 bis 3 mg, bei großen Belastungen bei fast 5 bis 6 mg. Die Ascorbinsäure (Vitamin C) beeinflusst zahlreiche Verbrennungsvorgänge und kann auch in größeren Dosen genommen werden. Normalerweise liegt der Tagesbedarf bei 100 bis 150 mg. Bei Belastung aber auch bei Krankheit steigt der Bedarf aber auf 400 bis 500 mg an, sodaß zusätzliche Gaben vorteilhaft sind. Über die Höhe des Vitaminstoßes sollte man sich mit einem Arzt besprechen.

So wie die Vitamine sind auch die MINERALSTOFFE an den wichtigsten Vorgängen des Stoffwechsels beteiligt. Zu den wichtigsten Mineralien gehören Eisen, Phosphor, Kalzium, und Kochsalz. Wie wichtig eine entsprechende Zufuhr beim Leistungssportler ist, kann man aus den Zahlen der Tabelle 3 herauslesen, in der Untrainierte und Sportler gegenübergestellt werden.

Mineral	Untrainierter	Sportler
Eisen	15 mg	30–50 mg
Phosphor	1,5 mg	3–5 g
Kalzium	1,0 mg	2–3 g
Kochsalz	10 g	15–25 g

Bei starkem Schweißverlust geht eine große Menge an Kochsalz verloren, sodaß der Stoffwechsel sehr stark gestört werden kann. Man empfiehlt es sich, dem Athleten nach der Belastung ein Fruchtsaftgetränk, welches ca. 1 g Kochsalz enthält, zu verabreichen. Auch die Gabe von Eisen ist oft angezeigt, da hohe Belastung auch den Eisenstoffwechsel stark beansprucht. Eine regelmäßige Kontrolle des Blutbildes durch den Arzt kann hier oft vor deutlichem Leistungsabfall bewahren.

Der FLÜSSIGKEITSBEDARF des Athleten ist keiner fixen Norm unterworfen. Er richtet sich nach dem im Laufe des Tages auftretenden Flüssigkeitsverlust durch Schwitzen, Atmung, Harn. Die alte Ansicht, ein guter Sportler trinkt nichts, ist sicher schon lange überholt. Ja im Gegenteil, man hat gefunden, daß zum Beispiel bei Flüssigkeitsmangel durch die schlechtere Wärmeabgabe und die Eindickung des Blutes auch ein deutlicher Leistungsabfall auftreten kann. Man kann sich daher in den meisten Fällen auf die normalen Trinkgewohnheiten des Sportlers verlassen. Nur sollte man achten, daß es hochwertige Getränke sind (Fruchtsäfte, Mineralwasser), die nicht zu kalt eingenommen werden. Selbstverständlich ist eine größere Flüssigkeitsmenge vor dem Wettkampf abzulehnen. Eine Kontrolle des Flüssigkeitsbedarfes kann man in einfacher Art und Weise so durchführen, daß man die Menge Harn mißt, die täglich ausgeschieden wird. Sie sollte zwischen 1 und 1,5 l betragen.

ad 3.

Die Art der Nahrungsaufnahme, die Nahrungsgewohnheiten, lassen meistens sehr zu wünschen übrig. Im Vordergrund steht vor allem die Verteilung der Nahrung auf den ganzen Tag. Nach PROKOP erscheint folgende, in Tabelle 4 wiedergegebene Nahrungsaufteilung als günstig:

TABELLE 4

Frühstück 20 bis 25%, Mittag 30 bis 35%, Abend 25 bis 30%

Die verbleibenden 10% sollten als Zwischenmahlzeiten am Vormittag und Nachmittag eingenommen werden.

Einen entscheidenden Faktor stellt auch die Frage nach der Verdaulichkeit der Nahrung dar. Kohlehydrate liegen viel kürzer im Magen als Fette und Eiweiße. Daher sollte man gerade an Wettkampftagen – aber auch bei hartem Training – den Speisezettel so zusammenstellen, daß zum Zeitpunkt der Leistung der Magen weitestgehend entleert ist. Tabelle 5 gibt Auskunft über die Verweildauer einiger Nahrungsmittel im Magen.

TABELLE 5

1 bis 2 Stunden: Wasser, Tee, Kakao, Milch, Suppe, weiche Eier

2 bis 3 Stunden: harte Eier, gekochtes mageres Fleisch, Weißbrot

3 bis 4 Stunden: gekochtes Rindfleisch, gekochtes Huhn

Die durch die Verdauung auftretende Kreislaufbelastung erreicht bei Kohlehydraten nach 1 1/2 Stunden, bei Eiweißnahrung nach 3 bis 5 Stunden ihren höchsten Wert.

Bei der Zubereitung der Nahrung sollte man nicht nur auf deren Zusammensetzung achten, sondern auch auf Geschmack und Geruch. Würzstoffe wecken den Appetit, fördern die Fermentbildung und Fermentausschüttung und beeinflussen daher auch die Verdauung positiv. Kochen und Braten fördert die Verdaulichkeit der Nahrung durch Denaturierung des Eiweißes, Gebackenes ist hingegen abzulehnen. Zu den guten Fleischwaren zählen neben magerem Rind- und Kalbfleisch auch Wild und Geflügel. Bei Wurstsorten sollte man fettarme (Schinken) vorziehen, ebenso bei Käse. Auch Fisch zählt zu den Trägern leicht verdaulichen Eiweißes und ist als Frischfisch (Dorsch, Hering) sehr zu empfehlen. Weitere wichtige Nahrungsmittel sind neben Frischgemüse und Frischobst noch Milch und dunkles Brot (Vollkornbrot, Schwarzbrot).

ad 4.

Am Wettkampftag sollte man nahrhafte aber leicht verdauliche Nahrung zu sich nehmen. Die letzte größere Nahrungsaufnahme sollte zumindest 3 bis 4 Stunden vor dem Wettkampf erfolgen. Volter Magen behindert die Atmung und erzeugt Unbehagen. Da außerdem reichlich Blut aus der Peripherie (Muskel) zur Verdauung benötigt wird, sollte die Verdauung noch vor dem Wettkampf beendet sein. Geringe Mengen an flüssiger Nahrung (Haferflockenbrei) können auch noch bis zu 2 Stunden vor dem Bewerb eingenommen werden. Während eines länger dauernden Bewerbes (Zehnkampf, Stabhoch) wird zur Beseitigung des Hungergefühles Zwieback, Keks oder Obst in kleinen Mengen verzehrt. Dazu sind noch kleine Mengen an Fruchtsaftgetränken (ohne Kohlensäure) erlaubt, die langsam und schluckweise eingenommen werden.

Nach dem Wettkampf gilt es die Energiespender (Kohlehydrate) wieder aufzufüllen. Unmittelbar nach dem Wettkampf sind dazu am besten zuckerhaltige Getränke oder Puddingsuppen geeignet. Vor großen Mahlzeiten muß man eindringlichst warnen, da durch den oft auch vorhandenen Flüssigkeitsverlust eine Beeinträchtigung der Magensaftproduktion und damit der Verdauung verbunden ist. Die ersten Mahlzeiten sollen möglichst kohlehydratreich sein, sodaß die Glykogenspeicher wieder aufgefüllt werden. Erst später sollte man wieder auf feste eiweißreiche und fetthaltige Kost übergehen. Das gilt sowohl für den Ausdauerbereich, wie auch für die Schnellkraftsportarten.

Wie man an Hand zahlreicher Beispiele feststellen kann, stellt die Ernährung einen ganz entscheidenden Faktor im Leistungssport dar. So wie ein guter Motor mit schlechtem Benzin kaum Leistung erbringen wird, wird auch der Leistungssportler bei schlechter Ernährung immer unter seinen Fähigkeiten bleiben. Dieser Beitrag sollte daher auf die Notwendigkeit, die Ernährung mehr zu beachten, hinweisen und zum Studium geeigneter Lektüre anregen.

ÖLV-Trainer, Dipl.-Sptl. Hans Holdhaus

Lit.-Angabe:

PROKOP/VENTRUBA: Gesunde Ernährung für Leistung und Sport
Bundesministerium für Gesundheit und Umweltschutz

DONATH/SCHÜLER: Ernährung der Sportler
Sportverlag Berlin 1972

Kontrolle der Limitleistungen

Der ÖLV hat über sein EDV-Meldewesen die von den Vereinen angegebenen Limitleistungen für die Österreichischen Meisterschaften kontrolliert. Dabei mußte festgestellt werden, daß durch mangelnde Einsendungen der Auslandsberichte (Merkblatt 2 zu EDV, Punkt 4.4) sowie durch Verzögerungen im Erledigen der anderen Wettkampfbereiche in über 50% aller Fälle eine Überprüfung der angegebenen Leistungen unmöglich ist. Es wäre daher in allen diesen Fällen Aufgabe der Vereine, einen entsprechenden Nachweis über die Erbringung der Leistungen zu führen oder aber auf einen Start zu verzichten.

Um derartige Schwierigkeiten in Zukunft möglichst auszuschalten, empfehlen wir:

1. In der Ausschreibung für Veranstaltungen sollte der Passus aufgenommen werden „Meldungen ohne Angabe der Kennnummer werden ausnahmslos nicht entgegengenommen“. Sie ersparen dabei dem Veranstalter, aber auch den teilnehmenden Vereinen unnötigen Ärger bei der Erstellung der Berichte bzw. durch Nachmelden von Leistungen.
2. Umgehendes Schreiben der Wettkampfbereiche noch während oder am Ende der Veranstaltungen, spätestens jedoch am Tage danach unter Beachtung der Richtlinien (Merkblatt 2).
3. Umgehendes Absenden an den Landesverband und von dort Weiterleitung an den ÖLV.
4. Bei Auslandswettkämpfen hat **jeder teilnehmende Verein** ein Leistungsprotokoll in der vorgeschriebenen Form (Merkblatt 2, Punkt 4.4) einzusenden. Der ÖLV führt nur dann Leistungsmeldungen durch, wenn die Entsendung durch ihn selbst erfolgte.
5. Ende Juli wurde eine Vereinsbestenliste erstellt und den Vereinen zur Korrektur zugesandt. Korrekturformulare lagen dieser Aussendung bei. Sollten Sie Wert auf eine richtige Vereinsbestenliste legen, so erledigen Sie allfällige Korrekturen umgehend.

Weltklasse auf dem Tivoli

Am 18. August war die Weltklasse in Innsbruck zu Gast, aber auch die Österreicher schlugen sich bravourös:

Männer: 100 m: 1. Jahn (D) 10,51, 3. Regner 10,66 — 200 m: 1. Würfel 21,25 — 400 m: 1. Nückles (D) 47,22, 2. Zettl 48,14, 4. Fortelny 49,24, 5. Miklautsch 49,26 — 800 m: 1. Susanj (J) 1:47,18, 2. Fiasconaro (I) 1:47,95 . . . Sandler 1:51,90, Marsch 1:53,20, Rothauer 1:53,42, Lindtner 1:54,00, Pichler 1:54,00 — 5000 m: 1. Wischliczer (Isr) 13:52,4, 2. Shorter (USA) 13:53,8, 3. Steiner 14:09,2, 6. Fink 14:34,4 — 110 m Hürden: 1. Catasta (I) 14,40, 4. König 14,86 — 400 m Hürden: 1. Bolding (USA) 49,90, 2. Wirz (Sz) 52,00, 3. Weinhandl 52,11, 7. Pribernig 54,14 — 3000 m Hind.: 1. Evans (GB) 8:59,8, 3. Rettenbacher 9:03,0, 4. Diepold 9:14,2 — Hoch: 1. Stones (USA) 2,23, 2. Kotinecknie (USA) 2,20 — Stab: 1. Baird (Au) 5,10, 3. Rettenbacher 4,60 — Weit: 1. Schicker (D) 7,42, 4. Werthner 6,92, 5. Dorfer 6,91 — Kugel: 1. Feuerbach (USA) 20,69 — Diskus: 1. Wilkins (USA) 61,36, 2. Matous 58,32 — Speer: 1. Kennedy (USA) 78,84, 2. Cramerotti (I) 78,66, 3. Pektor 75,70, 5. Malle 70,62 — Hammer: 1. Sternad 68,18, 2. Stiefenhofer (Sz) 65,30, 3. Pötsch 61,84, 4. Viertbauer 60,32 — Frauen: 100 m: 1. Haest 11,51 (österreich. Rek. egal.), 2. Schinzel 11,81 (NÖ. Jug.-Rek. egal.), 3. Hareter 11,86 — 200 m: 1. Käfer 23,47 (österreich. Rek.), 2. Schinzel 23,86 (österreich. Jug.-Rek. egal.), 3. Haest 24,05 (Vbg. Rek.), 5. Langhans 24,90 — 400 m: 1. Roberge (Can) 56,18, 2. Casapicola 56,31 — 800 m: 1. Kaseder (D) 2:06,27, 2. Sykora 2:09,15, 5. Weilharter 2:11,00 — 100 m Hürden: 1. Langhans 14,05, 2. Mähr 14,12 — Hoch: 1. Simeoni (I) 1,84 — Weit: 1. Lusti (Sz) 6,40, 2. Kleinpeter 6,24, 3. Langhans 5,98 (steir. Rek.) — Kugel: 1. Wilms (D) 16,66, 4. Prokop 14,98, 5. Langhans 12,11 — Speer: 1. Becker (D) 59,16, 2. Janko 58,08, 3. Koloska (D) 54,64.

Förster: Marathonmeister

Bei tropischer Hitze stellten sich am 27. Juli in Treibach-Althofen 48 Langstreckler dem Starter, zum Kampf um die Staatsmeisterschaft im Marathonlauf. Dkfm. Georg Förster lief wohl einen sicheren Sieg heraus, mußte aber vom Start bis ins Ziel allein laufend, sein Tempo den klimatisch ungünstigen Verhältnissen anpassen, um nicht selbst ein Opfer der herrschenden Hitze zu werden, welche sich auf der schattenlosen Strecke besonders auswirkte. Dadurch ist auch die scheinbar mäßige Zeit zu erklären. Immerhin hat Förster, der absolut kein Hitzeläufer ist, seine Kondition unter Beweis gestellt und konnte seiner Favoritstellung gerecht werden. 18 Läufer mußten das Rennen vorzeitig aufgeben, nur elf Mann kamen unter die 3-Stunden-Grenze, es gab mancherlei Überraschungen, besonders durch die jüngeren Jahrgänge unserer Langstreckenläufer. Hinter Förster konnte der Leobner Käfer unerwartet den zweiten Platz erreichen, er holte in den letzten Kilometern mächtig auf und erzielte persönliche Bestzeit. Als Dritter kam der ziemlich unbekannte Eisenerzer Pumhösel ins Ziel. Auch der Mannschaftssieg von IAC-Marker war eine Überraschung.

Der Wettkampf selbst wurde vom SK Treibach gründlichst vorbereitet, gut organisiert und beispielhaft durchgeführt. Besonderer Dank gebührt dem sportfreundlichen „Marathon-Bürgermeister“ Rudolf Printschtz und seinem unermüdlichem Team. Eine große Menge beifallfreudiger Zuschauer würdigte die Leistungen der Läufer. Den gelungenen Abschluß bildete die feierliche Siegerehrung im ausverkauften Kulturheim, mit anschließendem Tanz, der die müden Beine wieder auf Touren brachte. Der ÖLV war durch seinen Ehrenpräsidenten Picha und Vorstandsmitglied Hoffwerth vertreten.

Die Ergebnisse:

Österreichischer Staatsmeister Dkfm. Georg Förster 2:35:19,21, 2. Käfer (PSV Leoben) 2:37:03,45, 3. Pumhösel (Union Eisenerz) 2:37:26,76, 4. Sallay (IAC-Marker) 2:37:40,07, 5. Hagen (Lustenau) 2:41:33,09, 6. Rehmann (Lustenau) 2:46:30,34, 7. Schleich (IAC-Marker) 2:49:36,38, 8. Berger (IAC-Marker) 2:50:00,13, 9. Grünwald (ASV Salzburg) 2:51:36,46, 10. Fitz (Lustenau) 2:52:49,31, 11. Kenda (KLC) 2:58:38,12, 12. Hofer (LAC Bischofshofen) 3:06:26,32, 13. Winter (Elsbethen) 3:07:27,50, 14. Goldmann (PSV Leoben) 3:10:33,72, 15. Achleitner (PSV Leoben) 3:10:50,09, 16. Auer (Elsbethen) 3:12:34,40, 17. Siegele J. (Reutte) 3:13:53,72, 18. Gruber (Gr. Enzersdorf) 3:14:50,39, 19. Löffler (Wildschek) 3:18:28,45, 20. Plam (UKJ) 3:24:26,25. Außer Bewerb: Kluckow (Schussen, BRD) 3:15:04,36.

Mannschaften: 1. IAC-Marker (Sallay, Schleich, Berger) 8:17:16,58, 2. Lustenau (Hagen, Rehmann, Fitz) 8:19:52,74, 3. PSV Leoben (Käfer, Goldmann, Achleitner) 8:58:27,26.

Von den zur Verfügung stehenden Ehrenpreisen erhielt Förster den Edi-Kreglinger-Preis des ÖMK und den Pokal des Landeshauptmanns Wagner, Käfer den Preis der Gemeinde Althofen.

Fink: 25-km-Straßenmeister

Richard Fink siegte bei großer Hitze am 17. August in Lustenau in 1:23,43 vor Georg Förster 1:25,06, Fritz Käfer 1:26,39, Andreas Schleich 1:27,44, Albert Thausing 1:29,10 und Josef Hagen 1:29,16. Mannschaften: 1. TS Lustenau 4:34,28, 2. Polizei SV Leoben 4:38,44, 3. KLC 4:39,15. Die stärksten Ausländer: Reiher (Sz) 1:23,16 (1.), Eiermann (D) 1:26,22 (4.), Evans (GB) 1:26,59 (6.), Schulias (Sz) 1:27,06 (7.).

P. b. b. ERSCHEINUNGSORT: WIEN
VERLAGSPOSTAMT: 1040 WIEN

EIGENTÜMER, HERAUSGEBER,
VERLEGER:
Österreichischer Leichtathletik-Verband
VERANTWORTLICHER SCHRIFT-
LEITER: Dr. Hubert Hein
REDAKTION: Otto Baumgarten
Alle: 1040 Wien, Prinz-Eugen-Straße 12
Telefon: 65 73 50
DRUCK:
Karlick & Kreicha OHG
1200 Wien, Gerhardusgasse 26
Telefon: 33 25 75