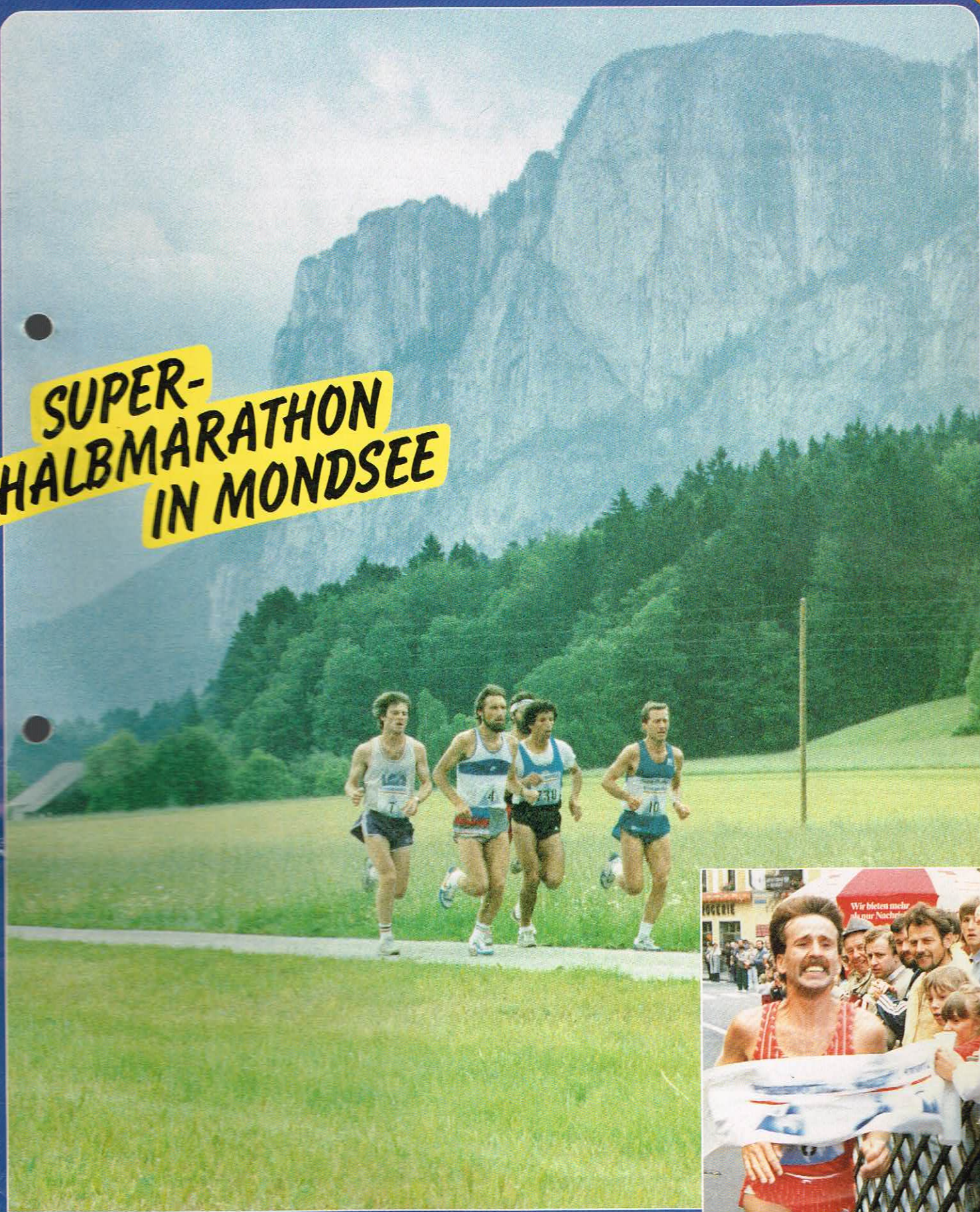


Marathon

Das Laufmagazin für jede Jahreszeit

3. Jahrgang
Nr. 7/Juli 1986
Preis: öS 35,-
sfr 5,50
DM 6,-
Offizielle Zeitschrift des
österr. Leichtathletik Verbandes

**SUPER-
HALBMARATHON
IN MONDSEE**





Am 15. Juni lieferten einander in Zell am See nicht nur die MARATHON-Cupper, sondern auch die Kinder harte Kämpfe
Foto: Noll

Marathon

Das Laufmagazin für jede Jahreszeit
Offizielle Zeitschrift des Österreichischen Leichtathletik-Verbandes

Gegründet

von Dr. Heiner Boberski und Dr. Hans Peter Schmidtbauer

Chefredakteur:

Dr. Heiner Boberski

Redaktion:

Otto Baumgarten (Ressort Leichtathletik), Peter Gaspari, Peter Schwarzenpoller

Redaktion Wien:

Girzenberggasse 5, A-1130 Wien, Tel. (0222) 821309

Ständige Mitarbeiter:

Roland Arbter, Hans Blutsch, Fritz Etlinger, Edda Graf, Mag. Karl Graf, Dipl.-Ing. Paul Grün, Josef Hones, Michael Melcher, Knut Okressek, Hannes Pacher, Jutta Popp, Franz Puckl, Franz Stockklausner, Michael Vlcek.

Expertenkomitee:

Univ.-Prof. Dipl.-Ing. Ernst Bonek (Orientierungslauf), Roland Gusenbauer (Leichtathletik), Hans Holdhaus (Leistungsdiagnostik), Mag. Rudolf Klaban (Trainingslehre), Walter Mayer (Skilanglauf), Hubert Millonig (Lauftraining), Mag. Dr. Sepp Redl (Schulsport), Prim. Dr. Helmut Richter (Sportmedizin), Josef Steiner (Marathontraining), Erika Straschnig (Frauen und internationale Leichtathletik), Dir. Leo Zuliani (Sportförderung)

Anzeigenverwaltung:

NÖ Landeswerbung, 3100 St. Pölten, Gutenbergstraße 12, Tel. (02742) 61561/DW 312

Anzeigenkontakt:

Hans Blutsch, Tel. (0222) 4618344

Gestaltung/Layout:

Ernst Brandstetter

Vertrieb:

Josef Höblinger, Tel. (02742) 61561/DW 210

Abonnement:

Jahresabonnement, Inland öS 330,-
Jahresabonnement, Ausland öS 415,-

Projektleitung:

Ingfried Huber

Verlagsleitung:

Dr. Hans Peter Schmidtbauer

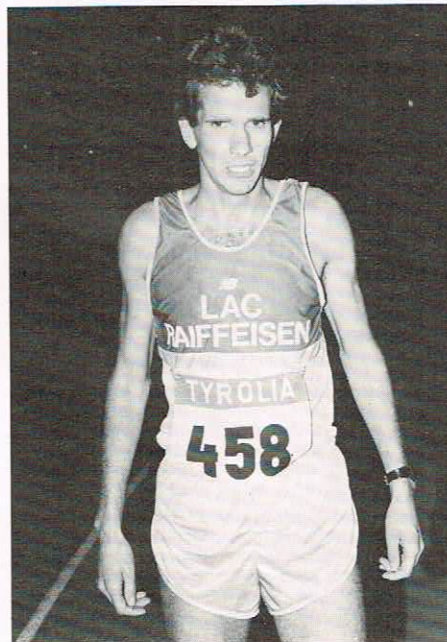
Medieninhaber und Hersteller:

Niederösterreichisches Pressehaus Druck- und Verlagsgesellschaft mbH, Gutenbergstraße 12, A-3100 St. Pölten, Telefon (02742) 61561.

© für sämtliche Beiträge bei „Marathon“

B/G 1986-05-06 89/91

86-07-21-rk-4460



Wolfgang Konrad hat den Anschluß zur internationalen Klasse wieder gefunden

Foto: Tyrolia



20 Jahre Orientierungslaufverband: Jubiläum in der Wiener City

Foto: Noll

Inhalt

Leserservice

Aus vollem Lauf	4
Leserpost	4-5

Laufsport

Die Spannung bleibt	6
Auf Rekordkurs durch Österreich	7
Randls Superlauf	8
Kinderparadies Nöhagen	8
Laufend notiert	9
Wie steht's bei den „Gemsen“?	10
Läufer wie du und ich	10

Leichtathletik

Verregnetes Olympiameeting	11
Zweimal Niederösterreich	12
Die Rekorde blieben aus	13
Aus meiner Sicht	13
Wenn s' ins blöde Alter kummen . . .	14
Medaillenfest in Nizza	14
Kopf an Kopf mit Spanien	15
LA-Highlights	16

MARATHON-

Terminkalender	17
----------------	----

Orientierungslauf

Die erste Vier-Farben-Karte	18
OL-Stenogramm	18-19
OL-Spektakel in der Wiener City	19

Skilanglauf

Die Loppet-Bilanz	20
-------------------	----

Dokumentation

Chronik der laufenden Ereignisse	21-27
----------------------------------	-------

Training

Erstellen des Leistungsplans	28-29
------------------------------	-------

Porträt

Höhenflug im Jet-Getöse	30
-------------------------	----

Zum Titelbild: Die Verfolger des Mondsee-Helden Hansjörg Randl vor der Drachenwand

Foto: Hartmann

Aus vollem Lauf

Zu Gast in einem großen Teil der Auflage dieses MARATHON-Hefes ist das Radsportmagazin „Pedal“ – als Ausgleich dafür, daß diesmal das eigentliche MARATHON-Heft aufgrund einer von der Redaktion nicht beeinflussten Entscheidung des Verlages nur 32 Seiten aufweist. Unsere treuen Leser werden hoffentlich über diese Einschränkung hinwegsehen, immerhin hatten beispielsweise die Hefte 1-6/1986 insgesamt schon 294 Seiten (zum Vergleich die Hefte 1-6/1985 272 Seiten). Ab August gibt es natürlich wieder 48 MARATHON-Seiten. Daß Umfang und Aktualität der Berichterstattung unter dieser Maßnahme leiden, ist klar. Wir bitten um Verständnis und hoffen, daß vor allem unsere Ausdauersport-orientierten Leser dafür die Lektüre des beigehefteten „Pedal“ richtig genießen können. „Pedal“ ersetzt hoffentlich auch die diesmal ganz fehlende Triathlon-Seite.

Grandios schlugen sich im heurigen Frühjahr Österreichs Leichtathleten. Die EM-Limits purzelten, gegen starke internationale Gegnerschaft wurden beachtliche Erfolge errungen. Knapp vor Redaktionsschluß gab es leider Hiobsbotschaften: Motorradunfall von Markus Einberger (dem diesmal das MARATHON-Porträt gewidmet ist) und Muskeleinriß bei Gerda Haas. MARATHON wünscht allen angeschlagenen Athleten doch noch eine gute Saison 1986!

Nach wie vor über unseren Erwartungen liegt die Beteiligung am MARATHON-Läufer-Cup, der jüngst in Zell am See Station machte. Es gab auch schon eine erste Reklamation gegen die Zwischenreihung im Juni-Heft. Die Reihung war aber korrekt, weil, was der reklamierende Läufer nicht wissen konnte, die unmittelbar nach dem zweiten Cup-Lauf in Bärnbach ausgeteilte Ergebnisliste in zwei Fällen (Bernhard Wolfschläger wurde 14. und nicht 45., Karl Zeiner kam mit einer Zeit von 52:00 ins Klassement) nachträglich berichtigt wurde, was natürlich kleine Punkteverschiebungen ergab.

Immer mehr Veranstalter fragen auch bei uns an, ob sie nicht im kommenden Jahr beim Cup dabei sein können. Im Prinzip ja, da im MARATHON-Cup neben Cup-bewährten Rennen durchaus neue Läufe zum Zug kommen können. Wir fordern alle interessierten Laufveranstalter auf, uns zu schreiben, wir werden dann im Spätsommer mit diesen Veranstaltern Kontakt aufnehmen und aufgrund der Verhandlungen und geplanten Termine den Cupkalender 1987 erstellen.

HEINER BOBERSKI

Leserpost

Überhöhte Startgelder?

Schon einige Male wollte ich zur Feder greifen. Doch wir Läufer sind wahrscheinlich manchmal zu geduldig und ruhig. Zuerst will man Kritik (oft auch positiv) üben und dann „vergißt“ man darauf. Heute muß ich aber zur Feder greifen.

Anlaß ist das Inserat über den Wr. Neustädter-Frühlingslauf im Marathon-Heft Nr. 4. Hier wird für einen 5-km-Lauf ein Startgeld von S 100,- gefordert. Die Gegenleistungen: Eine Klasseneinteilung mit Jahrgang 1968 und älter. Sonst keine Unterteilung? Frauen und Männer in einer Klasse? Nur die ersten 50 werden gewertet! Die übrigen 300 Starter müssen die Zeit von der Kirchturmuhre ablesen? Dafür kann man mit viel Glück ein Auto gewinnen und die ersten 3 bekommen sogar einen Pokal. Von Ergebnislisten wird überhaupt nicht gesprochen!

Dabei war ich schon 1984 und 1985 in Wr. Neustadt bei einem Lauf und habe Wr. Neustadt besser in Erinnerung. Diesmal komme ich bestimmt nicht!

Leider wird in letzter Zeit mit der Höhe des Startgeldes sehr viel vom Anfang an verpatzt. Denn die Gegenleistungen stimmen oft nicht mehr. Wenn ich hier von Leistungen spreche, meine ich nicht riesige Pokale. Die Organisation soll funktionieren.

Schon Tage vor der Veranstaltung soll einiges klar und überlegt sein. Ich möchte hier einige Punkte, aus meiner persönlichen Sicht, aufzählen, welche ich besonders beachten würde:

- 1) Werbung (MARATHON, bei anderen Veranstaltungen) Info-Blätter mit genauen Angaben über Streckenlänge, Startzeit, Altersklassen, genaue Ortsangabe, etc.
- 2) Einfache Anmeldeformulare
- 3) Vielleicht kann man sich einmal zu einer einheitlichen Altersklasseneinteilung durchringen. Eine 10-Jahres-Abstufung erscheint mir am sinnvollsten. Auch an die 50- oder 60jährigen ist zu denken. Oft starten sie nicht, weil die Konkurrenz viel zu jung ist.
- 4) Getrennte Startzeiten für die unterschiedlichen Streckenlängen. Damit ist die Möglichkeit geschaffen, daß die ganze Familie startet. Die Kinder sind nie ohne Aufsicht – ein Problem für viele Lauffamilien. Oft dient so eine Veranstaltung für einen netten Familienausflug.
- 5) Streckenführung: Für die Zuschauer ist ein Rundkurs, welcher 3-5mal zu laufen ist, sicher interessanter als eine große Runde. Wichtig ist eine gute Markierung (Km-Angabe) und Absicherung. Bei mehr als 10 Kilometer unbedingt an den Durst der Läufer denken.
- 6) Umkleidemöglichkeiten und genügend Toiletten. Eventuell Duschkabine (Ideal ist ein Sportplatz oder Bad)
- 7) Rasche Auswertung – in Oberwart war das kompl. Endergebnis nach einer 3/4 Stunde angeschlagen!
- 8) Rasche Preisverteilung, denn oft ist es schon spät geworden und die Heimreise dauert auch noch einige Zeit. Eine kleine Verlosung ist immer sehr beliebt. Lieber mehrere kleine Geschenke als 3 große.

Als Hobbyläufer ist für mich der olympische Gedanke wichtiger als irgendein Preis. Aber die Veranstaltung soll funktionieren. Zu dem Thema „überhöhtes Startgeld“ möchte ich noch sagen, es gibt noch viele gute, nette und „billige Läufe“. Dort leisten Idealisten oft mehr und besseres als sogen. Insider. Dazu kann man sicherlich Piesting, Oberdorf, Seebenstein, Auersthal, die Sport-Wächter-Cup-Läufe, u. v. a. zählen.

P.S.: Herzlichen Dank den vielen Helfern beim Frühlingsmarathon und der Wiener Polizei für die gute Absicherung. Vielleicht kann die Polizei auch einmal die Prater-Hauptallee im Bereich Rotundenallee und Stadionallee absichern und beobachten. Hier sind viele „schnelle Autos“ un-

terwegs. Wer ist hier für die Aufstellung von Verkehrsschildern oder Blinkampeln zuständig? Als Jogger kommt man gerade noch „läuferisch“ über die Kreuzung, als Fußgänger mit 2 Kleinkindern und 1 Hund gibt es schon die ärgsten Schwierigkeiten (besonders bei der Stadionallee). Hier würde sich ein Radargerät bald amortisieren. Im Winter oder bei Dunkelheit ist es hier oft lebensgefährlich, dann lautet das Verhältnis nämlich 10 zu 80 Stundenkilometer. Soll es so bleiben?

Franz Hauser
1030 Wien

Abschied eines Veranstalters

Bevor noch das große Spektakel Schnupper-Triathlon Ober-Grafendorf über die Bühne geht und ich nicht weiß, ob Erfolg oder Mißerfolg, möchte ich mich als Veranstalter verabschieden (Anmerkung der Redaktion: Dieser Brief traf Ende Mai bei uns ein.)

Bedanken möchte ich mich bei den vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmern an meinen Läufen und daß Sie die kleinen Fehler entschuldigt haben. Die restlichen Veranstaltungen vor mir werden von Vereinen und meinem Laufkollegen Joachim Reitbauer durchgeführt.

Das plötzliche Aus als Veranstalter hat rein private Gründe – ich möchte nicht nur im Winter bei Eis und Schnee laufen, sondern auch das Erwachen der Natur am Morgen erleben können, wenn ich mit meinen Laufkameraden durch die Wälder laufe.

Der Straß, die Hektik der Vorbereitungen und der Ablauf von Veranstaltungen haben mir etwas genommen, auf das ich in Zukunft nicht verzichten will. Die Schönheit des Laufens, den Gleichklang von Fuß und Seele, das Durchstampfen von taufrischem Gras und die Einsamkeit beim Betrachten der Äsung von Rehen in der Abenddämmerung. Ich möchte wieder in Ruhe in meinen Körper hineinhorchen können, wenn ich schwitzend eine steile Forststraße hinauflaufe, um mich dann selbst lobend am Kamm oben mit leichtem Dauerlauf auszurasen.

Sicher hätte ich gerne als „wilder Veranstalter“ einmal eine nÖ. Marathonmeisterschaft ausgerichtet, aber vielleicht ergibt sich noch einmal die Gelegenheit, irgendwo mithelfen zu dürfen, wo man nicht gleich auf die Einkommenseite eines Vereines gestellt wird.

Walter Zugriegel
3107 St. Pölten

Waldviertler Volkslauf

Am 8. 6. 1986 fand in Nöhagen, einem kleinen Ort im Waldviertel, eine Laufveranstaltung statt, die man einfach erwähen muß. Hans Ulrich Swoboda, seiner lieben Gattin und vielen Helfern ist es hier gelungen, eine Laufveranstaltung auf die (Läufer-)Beine zu stellen, die an Perfektion kaum zu überbieten und in vielen Punkten einzigartig war.

Zuerst fanden die Kinderrennen statt. Über 300 Kinder nahmen daran teil! Obwohl die Kleinen kein Startgeld zahlen mußten, wurde auch dieser Teil genauso liebevoll aufgezogen wie das Hauptrennen. Jedes der teilnehmenden Kinder bekam sofort im Ziel ein kleines Geschenk; die Siegerehrung fand sofort nach dem Rennen statt. Die Streckenlänge betrug je nach Altersklasse 500 bis 3000 Meter. Alle Kinderbewerber wurden mit „Bremsen“ gelaufen (sehr wichtig!). Das Hauptrennen wurde auf einem nicht leichten 5-km-Rundkurs ausgetragen. Kein Auto verpestete die herrliche Waldviertler Luft, die Straße war für den Verkehr mustergültig gesperrt. Für die besten drei bis sechs der jeweiligen Altersklassen gab es wunderschöne handgeschmaltzte Holzpokale, 50% aller Teilnehmer erhielten noch S 100,- Benzengeld. Nach dem Rennen wurde reichhaltige Verpflegung aufgetischt (Mineralwasser, Elektrolytgetränke, Joghurt, Biostangerl etc.).

Ein besonderes Lob gebührt Hans Ulrich Swoboda auch dafür, daß er nicht nur Veranstalter, sondern gleichzeitig auch Platzsprecher war und



new-line sport

Die funktionelle Laufbekleidung

Generalvertrieb:
AR-Sportswear
Schiferpl. 9, 4070 Eferding
Tel. 07272/292



fast vier Stunden lang seine Stimmbänder aufs äußerste strapazierte. Er war sozusagen „das Tüpfel auf dem i“. Es ist ihm wirklich gelungen, eine familiäre Atmosphäre zu erzeugen und überdies durch seine Sachkenntnis die zahlreich erschienenen Zuschauer zu informieren, daß es auch für diese ein Erlebnis war. Für uns besonders beeindruckend war die Szene, als er die älteste Teilnehmerin, Fr. Knyz (71 Jahre alt!) zum Mikrofon holte, die dann ein leidenschaftliches Plädoyer für den Lausport hielt.

Alles in allem – ein wunderschöner Familien-sonntag! Und das alles für S 50,- Startgeld!

Vielen Dank an Nöhagen senden

Irene, Gabi, Hubert und Alfred Vecera,
eine zufriedene Läuferfamilie,
1160 Wien

Marathon-Läufer-Cup

Eine feine Idee, eine gute Motivation, nicht nur „vor der Haustüre“ zu laufen. Und die Liste der möglichen Preise ist ja bestimmt beeindruckend. Störend finde ich die Art der Auswertung innerhalb der Altersklassen, da gibt es auch Ungerechtes.

Als Beispiel etwa: Läufer A, Klasse M 50, läuft in einem Stadtlauf 37:20, Läufer B muß sich hinter ihm mit 37:50 geschlagen geben. Da er als nächster einläuft, erhält er nur einen Punkt weniger. Beim nächsten Lauf hat Läufer B die Nase vorne, diesmal ist er um 30 Sekunden schneller, also stünde das Duell pari. Leider nicht, denn zwischen den beiden laufen etliche (jüngere) Konkurrenten durchs Ziel, bei einem Lauf mit größerer Beteiligung auf jeden Fall. Somit liegt A um einige Punkte zurück, obwohl dies mit seiner Leistung gar nichts zu tun hat.

Eine weitere Schwachstelle in der Bewertung ist auch der Umstand, daß bei einem Lauf mit vielen Startern (etwa Wolfgangsee, Hornlauf) es vorkommen wird, daß ein „Alter“ gar nicht unter die ersten 500 kommt. Der gerechte Weg wäre also doch wohl die separate Auswertung in den einzelnen Klassen. Denn daß man durch die Endabrechnung die Altersklassen erst zum

„Fighten“ (MARATHON 3/86) zwingen muß – also das möchte ich anzweifeln. Denke, jeder läuft ohnehin so schnell er kann.

NS: Der Burgenland-Cup weist nur gute Veranstaltungen auf, wieso kommen ausgerechnet dort die Veranstalter auf so unguete Altersklassen bei den Frauen? 19-34 geht ja eventuell noch, aber 34-49? Das paßt überhaupt nicht.

J. Pfeffer
1100 Wien

Antwort von Heiner Boberski: Sehr geehrter Herr Pfeffer! Abgesehen davon, daß kein Cupsystem absolute Gerechtigkeit garantieren dürfte, glaube ich nicht, daß die von Ihnen genannten Schwachstellen entscheidend zum Tragen kommen werden. Natürlich besteht für Altersklassenläufer bei größerer Beteiligung die Gefahr, daß viele jüngere Konkurrenten dazwischenrutschen und der Punkteabstand zwischen den Läufern einer Altersklasse größer wird. Aber das kommt auch beim ÖLV-Berglauf-Cup vor, wenn Läufe in „Super“, „A“, „B“ oder „C“ eingeteilt werden und dementsprechend unterschiedlich Punkte vergeben werden. Zweitens: Wir vergeben deswegen Punkte bis zum 500. Platz, damit möglichst auch die Erstplatzierten aller Altersklassen noch Punkte ergattern können. Für die Läufer der M 60 mag das, speziell beim Wolfgangsee-lauf, mitunter schwierig sein, grundsätzlich ist aber das Problem für alle gleich.

Dem derzeitigen System liegt der Gedanke zugrunde, daß auch der Altersklassenläufer zunächst einmal sehen soll, wo er in der Gesamtwertung liegt, und erst in zweiter Linie, wie er im Verhältnis zu seinen Alterskollegen abgeschnitten hat. Sollte sich am Ende des Jahres herausstellen, daß das System wirklich „Ungerechtes“, wie Sie schreiben, bewirkt, steht einer Reform nichts im Wege.

Sind die sportlichen Leistungen der Frau weniger wert?

Immer wieder fällt es mir auf, daß bei Laufveranstaltungen mit gleicher Streckenlänge für

Damen und Herren die Damen zu kurz kommen. So z. B. beim Mondsee-Halbmarathon am 1. 6. 1986. Der Sieger bei den Herren erhielt zusätzlich zu Pokal und Käse eine Woche Aufenthalt in Mondsee. Soviel ich als Zuschauerin mitbekommen habe, mußte sich die beste Dame mit Pokal und Käse begnügen. Ich finde das sehr ungerecht. Wenn auch die Bestzeit der Dame wesentlich langsamer war als die der Herren, so ist es in meinen Augen trotzdem die gleiche Leistung. So z. B. geschieht dies auch sehr oft in Presse, Radio und TV. Man hört immer, wie die Herren der Schöpfung abgeschnitten haben, aber daß oft auch Damen dabei waren, erfährt man, wenn überhaupt, erst sehr viel später.

Vielleicht lesen diesen Artikel einige Veranstalter, die sich bei der Nase nehmen können. Ich würde gerne eine Antwort auf diese Frage haben: „Ist die sportliche Leistung der Frau weniger wert?“

PS: Außer diesem Mangel war der Mondsee-Halbmarathon eine super organisierte Laufveranstaltung.

Marianne Haller
Aurach 310

Antwort von Heiner Boberski: Sehr geehrte Frau Haller! Ihre Frage gebe ich gerne an alle Veranstalter weiter. Vermutlich liegt das Problem aber darin, daß meist nur ein einziger Superpreis vorhanden ist und diesen eben der erste Mensch im Ziel erhält. Das ist in der Regel natürlich auch der erste Mann – es sei denn, Grete Waitz startet einmal in Österreich bei einem schlecht besetzten kleinen Marathon. Sind mehrere schöne Preise vorhanden, geht ja in der Regel ein annähernd gleichwertiger wie für den Sieger auch an die Siegerin.

Mir fällt nur eine Möglichkeit einer gerechten Lösung Ihres Problems ein: die Einführung von Punktetabellen im Straßenlauf (wie in der Bahnleichtathletik), etwa für die Distanzen 10 km, 15 km, 10 Meilen, Halbmarathon, 25 km und Marathon, um zu klären, ob die jeweilige Herren- oder Damensiegerzeit den höheren Stellenwert hat und wer daher, falls nur ein Hauptpreis zu vergeben ist, mehr Anspruch darauf erheben kann.

Ein brennendes Problem: exakte Streckenvermessungen

Randls Superlauf

1:03:13,92 – bei dieser sagenhaften Zeit blieb die Uhr stehen, als Hansjörg Randl (LAC Innsbruck) am 1. Juni als überlegener Sieger des Mondseer Halbmarathons durchs Ziel ging. Kein Wunder, daß sofort lebhaft Diskussionen über die Länge der Strecke einsetzten, war doch in Österreich noch nie eine Halbmarathon-Zeit unter 1:04 erreicht worden.

Von HEINER BOBERSKI

Eine offizielle Bestleistung gibt es ja auf dieser Strecke, die exakt 21.097,50 m lang sein müßte, nicht. Wahrscheinlich sind die meisten Strecken (das gilt nicht nur für Halbmarathon, sondern auch für 25 km, 10 km, 15 km) nicht 100prozentig genau vermessen – ein Problem, das sich mittels eines „ÖLV-Meßtrupps“, den auf exakte Streckenlängen bedachte Veranstalter gegen Honorar anfordern könnten, sicher lösen ließe. Dazu kommt, daß beim Lauf natürlich kontrolliert werden müßte, ob nirgends ein „Abschneiden“ gegenüber der vermessenen Route praktiziert wird. Bleiben wir bei Mondsee: Veranstalter Roland Hartmann ist ein seriöser Organisator. Er stellte bei einer Nachmessung fest, daß die Strecke 20.930 m lang ist – was eine relativ geringe Abweichung ist – und will die fehlenden Meter im kommenden Jahr auf jeden Fall in den Kurs einbauen.

Randls Zeit ist trotz der fehlenden 167,50 m gewaltig, denn der Mondseer Kurs ist zwar landschaftlich wunderschön, aber weder durchgehend flach noch überall asphaltiert, daher nicht „superschnell“. Was freilich enorm aufbaut, ist die Stimmung auf und an der Strecke, speziell die Zielgerade säumt ein dichtes Zuschauerspalier. Und wettermäßig herrschten an diesem 1. Juni optimale Bedingungen: Sonne, aber angenehm kühl, ein leichter, eher aufmunternder als störender Wind.

Ebenso optimal wie das Wetter war die Organisation. Kein Wunder, daß heuer bereits fast 900 Starter auf die Halbmarathonstrecke gingen, von denen 814 in die Wertung kamen. Damit kommt Mondsee hinter dem Wien-Marathon und dem Wolfgangseelauf bereits an dritter Stelle der regelmäßig durchgeführten Läufe mit Wertung („Run-for-fun-Läufe“, wo sich die Teilnehmer selbst die Zeit ablesen müssen und keine Ergebnisliste erstellt wird, fallen ja in eine andere Kategorie).

Randls Leistung gewinnt noch mehr an Gewicht, wenn man weiß, daß er schon bei km 3 seinen ärgsten Konkurrenten, Andreas Schmale (D), abhängte und von da an allein lief. Hinter Schmale (1:04:48,6) setzte sich Horst Röthel (LC Bärnbach) aus einer fünfköpfigen Verfolgergruppe in 1:06:07,8 im Kampf um den dritten Rang durch. Dahinter: Hubert Haas

(LCAV doubrava), der dreifache Mondsee-Sieger Bernd Rieger aus Stuttgart, der für den LCC Wien startende Marokkaner Hassan Tarik und der Südtiroler Alfred Monsorno. Hansjörg Randl, Jahrgang 1956, im Vorjahr 25-km-Meister in Felixdorf und bei der Marathon-Meisterschaft in Graz erst knapp vor dem Ziel gescheitert, ist der erste österreichische Halbmarathonsieger in Mondsee. „Es glaubt mir niemand, aber ich komme wirklich nur auf 80 bis 90 km Training pro Woche“, versicherte mir Randl, der das bisher vernachlässigte Bahntraining nun forcieren will, um schneller zu werden. Zu Mittag im Gasthof „Weißes Rössel“ – der dortige Wirt Franz Wendl ist selbst ein hervorragender Läufer – ließ sich der Tiroler Bier und Vollwertmenü gut schmecken und verkündete selbstbewußt: „Ich möchte hinter Millonig und Hartmann die eindeutige Nummer 3 im österreichischen Straßenlauf sein.“ In Österreich blieb auch der Siebterpreis bei den Damen, obwohl so starke Konkurrenz wie die Wolfgangseesiegerin 1985, Waltraud Egger (SC Meran), die schließlich Dritte wurde, am Start war. Gundi König (PSV Linz) gab in 1:20:30,9 der um 13 Jahre jüngeren Anni Frotschnig (ATSV Innsbruck) deutlich das Nachsehen. Wer einen Halbmarathon der Superlative – noch dazu ab nächstem Jahr auf einer genau vermessenen Strecke – erleben will, wird einmal nach Mondsee kommen müssen.

Kinderparadies Nöhagen

Über 300 Kinder und insgesamt fast 500 Läufer ließen in Nöhagen am 8. Juni den Asphalt weich werden!

Das Dorf im Waldviertel entwickelt sich immer mehr zu einem Familien-Eldorado, bei dem vom Sprößling, der kaum von allen Vieren hochgekommen ist, bis zur Oma jedem eine adäquate Laufstrecke angeboten wird.

Das Hauptrennen führte über eine kupperte, landschaftlich wunderschöne 5-km-Runde, die von den Männern zweimal, von den Frauen einmal zu durchlaufen war, Vorentscheidungen fielen sowohl hier als da ziemlich bald: Während der Stephansharter Christian Kremslehner seine Verfolger Hans Jauk und Rudolf Döllner schon vor der Halbzeit abschütteln konnte, ließ auch Paula Wahl nie einen Zweifel an ihrem Sieg aufkommen. Hauptgrund für den Familienzustrom – wo gibt es eine Frauenbeteiligung von 25 Prozent? – dürfte sicher sein, daß die gesamte Veranstaltung von Hans Ulrich Swoboda und seinem Team wieder in bewährter 3-Stunden-Manier über die Bühne gebracht wurde – Kinder warten nämlich gar nicht gerne auf die Siegerehrung, sei es ihre eigene oder die der Eltern... H. B.

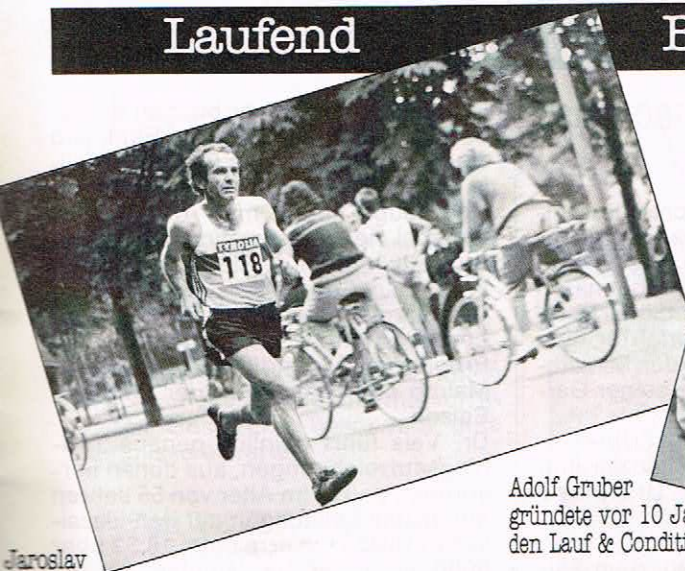


Die Mondsee-Sieger: Hansjörg Randl, Gundi König

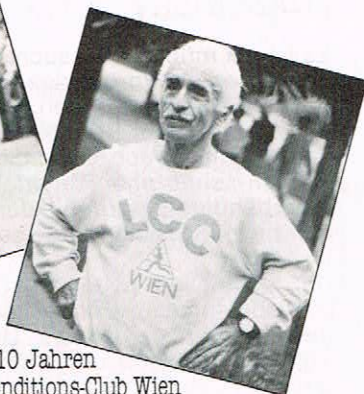
Foto: Boberski

Laufend

BILD – notiert



Jaroslav Kocourek aus Brünn gewann den LCC-Jubiläums-Marathon in 2:32



Adolf Gruber gründete vor 10 Jahren den Lauf & Conditions-Club Wien



Ludmilla Huemerlehner und Hans Käferböck als strahlende Sieger des Eisenwurzen-Berglaufes



Höhepunkt der Klagenfurter Sportwoche war der Volkslauf rund um die Altstadt: 500 Teilnehmer!



Zu einem Kinderfest gestaltete sich der Nöhagener Straßenlauf



Der spätere Sieger Johann Sostaric (KLC) und Manfred Ebenberger führen den Lendkanallauf des KLC an



Starke Ungarn beherrschten den Perchtoldsdorfer 10-Meilen-Lauf

Wie steht's bei den „Gemsen“?

25. Mai: erster Superlauf der Berglauf-Saison auf der bekannt kurzen, aber sehr harten Strecke beim 6. Kelchalm-Berglauf in Aurach bei Kitzbühel. Mit 140 Startern eine klare Teilnehmersteigerung gegenüber dem Vorjahr, es war beinahe alles am Start, was im österreichischen Berglauf-Sport Rang und Namen hat, und es gab auch in allen Klassen eine gewisse Standortbestimmung.

Überlegener Tagessieger wurde, wie gewohnt in Topform, Helmut Stuhlpfarrer mit neuer Streckenbestzeit. Der Kainacher ließ seinen schärfsten Rivale Georg Rauchenberger (TV Bad Tölz), Anton Hauser (LG Ruhpolding) und Hans Margreiter (IAC-BLG), die in dieser Reihenfolge die nächsten Ränge belegten, nicht den Funken einer Chance. Sehr gut hielten sich die Junioren Heinz Fellner und Rudolf Kellner mit Plätzen unter den ersten zehn.

Bei den Damen dominierte diesmal die Jugend mit der perfekten Berglaufstil demonstrierenden 12jährigen Hildegard Bauer (SC Leogang), der ihren ersten Berglauf bestreitenden jungen Kitzbühelerin Veronika Swidrak und der bekannten Rita Zauner (SK Zirl).

Unter der Leitung von Gottfried Haller gab es wieder eine ausgezeichnet gelungene Veranstaltung mit nur zufriedenen Teilnehmern. Bravo!

FRANZ PUCKL

4. Österr. Berglaufcup Zwischenstand nach dem 10. Lauf

Herren, Allg. Klasse: 1. Helmut Stuhlpfarrer 130 P. 2. Georg Rauchenberger 128. 3. Roland Schwaiger 100. 4. Florian Stern 92. **AK1:** 1. Hermann Foidl 171. 2. Anton Hauser 136. 3. Ferdinand Oberhofer 114. 4. Georg Hechl 112. **AK2:** 1. Josef Heubacher 189. 2. Josef Hendl 122. 3. Walter Neumann 108. 4. Peter Denng 78. **AK3:** 1. Ambros Unterkircher 189. 2. Franz Puckl 183. 3. Alfons Dörner, D 160. 4. Arthur Wander 133. **AK4:** 1. Hyppolit Riedelsberger 134. 2. Eugen Schabel 130. 3. Gerhard Morgenstern 126. 4. Matthias Strobl 115. **Junioren:** 1. Wolfgang Millinger 171. 2. Heinz Fellner 140. 3. Rolf Keller 108. 3. Robert Ralsler 108. **Damen 1:** 1. Rita Zauner 158. 2. Hildegard Bauer 140. 3. Maria Hermann 108. 4. Christl Schmutzer 82. **Damen 2:** 1. Irina Zaharescu 164. 2. Wilma Polonyi 159. 3. Heidi Neuner 116. 4. Sieglinde Hoffmann 96.



Das Siegerbild von Aurach (v.l.): OK-Chef Gottfried Haller, Bürgermeister Noichl, Hans Margreiter (3.), Helmut Stuhlpfarrer (1.), Georg Rauchenberger (2.) Foto: Haller

Läufer wie du und ich

Trude und Dr. Bruno Veis (UKJ Wien)

Es ist ein müßiger Versuch, mit wenigen Zeilen ein Porträt des Läuferpaares Veis zu zeichnen. Wenn man das Album seiner Berufslaufbahn und das Trainingsbuch durchblättert, ließe sich schon eher Material für eine mehrbändige Biographie des Ministerialrats im Ruhestand und seiner Gattin finden.

Der ehemalige Leiter des Übersetzungsdienstes im Bundeskanzleramt, der nunmehr 61jährige Dr. Bruno Veis, ist Philologe und kam als Dolmetscher mit den ranghöchsten Staatsmännern zusammen. Sein Faible für den Laufsport fand zwar in seinen Berufskreisen keine Nachahmer, aber immer Bewunderer – kam er doch auch erst im mittleren Alter zum Dauerlauf.



Dr. Bruno Veis (Mitte) 1977 zwischen Dr. Kreisky und dem tschechischen Ministerpräsidenten Štrougal

Schon seit Jahrzehnten legt er jährlich die Prüfungen für das Österreichische Sport- und Turnabzeichen ab. Als er mit 45 zum fünften Goldenen (bisher brachte er es auf 22!) antrat und dabei das Limit von 22 Minuten für 5000 m unterbot – was einem 20jährigen zur Erlangung des Bronzernen Abzeichens genügen würde! –, stellte dies den Beginn der Läuferkarriere dar.

Schon wenige Jahre später wollte aber auch seine gleichaltrige Gattin Trude nicht immer nur Betreuerin spielen und stieg gleich mit der längsten olympischen Laufstrecke ins Wettkampfgeschehen ein. Aus dem Vorhaben wurde zwar nur ein „Fast-Marathon“ (mit ausgeborgten Tennisschuhen legte sie joggend und gehend 36,5 km in der Limitzeit von sechs Stunden zurück), gewann aber auf Anhieb die Kilometer-Wertung vor fünf weiteren Damen.

Mittlerweile trainiert sie ungefähr jeden zweiten Tag, startet drei- bis viermal im Jahr, würde aber öfter an Wettkämpfen teilnehmen, wenn in ihrer Altersklasse die Konkurrenz größer wäre. Ihren bedeutendsten Erfolg

landete sie im Vorjahr bei den Seniorenweltmeisterschaften in Rom, wo sie im Geländelauf die Bronzemedaille gewann.

Überhaupt findet man die Familie Veis bei vielen internationalen Seniorenwettkämpfen: Ständen bisher Welt- und Europameisterschaften in Göteborg, Hannover, Helsinki, Strasbourg, Brighton und Rom auf dem Programm, bildet die Senioren-EM in Malmö den Höhepunkt der heurigen Saison.

Dr. Veis führt peinlich genaue Trainingsaufzeichnungen, aus denen hervorgeht, daß er im Alter von 55 Jahren die besten Leistungen auf den klassischen Distanzen erreichte: 18:52 über 5000 m, unter 39 Minuten für die 10.000-m-Strecke und 2:58:05 im Marathon sind Zeiten, die sich sehen lassen können und ihm auch schon mehrere österreichische Seniorenmeistertitel einbrachten. Dieser leistungsbezogene Aspekt des Laufsports bedeutet ihm sehr viel, wenngleich auch der gesundheitliche nicht im Hintergrund steht. „Mein Beruf als Dolmetscher verlangte äußerste Konzentration, da bot mir der Dauerlauf immer eine erholsame Entspannung.“ Jedenfalls befanden sich auch bei seinen Dienstreisen ins Ausland immer die Laufschuhe im Koffer.

Und wenn heute jemand dem Herrn Ministerialrat unbekümmert mit „Oida, zah aun – es geht scho nu!“ auf die Schulter klopf, empfindet er das weniger als respektlose Bemerkung, sondern mehr als impulsiven Ausdruck anerkennender Bewunderung.

HANS BLUTSCH



Trude Veis bei den Seniorenweltspielen in Rom

Trotz widriger äußerer Bedingungen viele Klasseleistungen in Schwechat

Verregnetes Olympia-Meeting

Viel Pech hatten die Veranstalter des Schwechater Olympia-Meetings am 4. Juni diesmal mit dem Wetter. Strömender Regen und tiefe Temperaturen behinderten vor allem die Sprungbewerbe. Gerade bei ihnen hatte man auf Grund der hervorragenden Besetzung besonders gute Ergebnisse erwartet.

Von PETER GASPARI

So aber mußte sich beispielsweise die frierende Starka Kostadinova, die erst vier Tage zuvor mit 2,08 m Weltrekord Sprüngen war, mit 1,95 m zufriedengeben. Das genügte aber dennoch für den Sieg, da die kubanische 2-m-Springerin Silvia Costa nur 1,80 m, unsere Sigrid Kirchmann gar nur 1,70 m erreichte.

Nicht besser erging es den Männern. Aus dem mit Spannung erwarteten Duell zwischen Juniorenweltrekordler Javier Sotomayor, Kuba, und Carlo Thränhardt, D, ging Francisco Centelles, gleichfalls aus Kuba, mit eher bescheidenen 2,23 m als Sieger hervor. Am ärgsten trafen die Bedingungen die Stabhochspringer, Pawel Bogatyrjow (SU), der hier im Vorjahr noch 5,80 m überquert hatte, baute (bei 5,40 m) ebenso einen Nuller wie Zdenek Lubensky, CS (bei 5,20 m), der heuer in der Halle schon 5,60 m gesprungen ist. Somit reichten Hermann Fehring, der mit Abstand den besten Eindruck machte, 5,20 m zum Sieg.

Nochklassig war dafür der Dreisprung. Es gewann ihn der Kubaner Lazaro Betancourt mit dem letzten Sprung, der 17,11 m weit war. Damit konnte er noch den bis dahin führenden Europarekordler Hristo Markow, BG, der auf 17,06 m kam, abfangen. Österreichische Siege gab es in den Wurfdisziplinen. Sehr erfreulich die ausgezeichneten 77,04 m von Johann Lindner im Hammerwurf. Neuerlich steigern konnte sich Michael Beierl, der mit 75,62 m wieder einen NÖ-Rekord fixierte und den 2. Platz gegen den russischen 80-m-Werfer Wassili Sidorenko nur um 2 cm verlor. Erwin Weitzl reichten 19,25 m zum Sieg im Kugelstoß vor Vladimir Millic, YU, dessen Rekord über 21 m liegt.

Auf Anhieb: Staffellekord

Höhepunkt der Laufbewerbe aus heimischer Sicht waren die 4×100 m, wo die Nationalstaffel, gebildet aus Clemens Krabatsch, Christian Mark,



Auch über 800 m der Herren lagen Ausländer voran Foto: Sündhofer

Andreas Berger und Roland Jokl, versuchte, den Methusalemrekord des ULC Wildschek von 39,9 aus dem Jahr 1972 auszulöschen (MARATHON 6/86).

Und die vier liefen wirklich ganz phantastisch. Beim letzten Wechsel lagen sie nur ganz knapp hinter der ungarischen Nationalstaffel. Fast schien es, als könnte Roland Jokl Attila Kovacs auf der Zielgeraden noch abfangen. Schließlich mußte er sich aber doch geschlagen geben. Als die Siegerzeit von 39,70 aufleuchtete, brach Jubel aus, denn die 39,73 unseres Quartetts waren natürlich neuer österreichischer Rekord. Und das beim ersten gemeinsamen Auftreten und den widrigen äußeren Bedingungen, was einiges für die Zukunft erwarten läßt. Die beste ausländische Laufleistung erbrachte der ungarische Rekordhalter über 110 m Hürden, György Bakos, der im Vorjahr mit 13,45 bester Europäer gewesen war. Er gewann in 13,68 vor dem Russen Perwedenzew und dem Tschechen Höffer, die auch beide unter 14 Sekunden blieben.

Im 100-m-Lauf siegte Attila Kovacs in 10,43 vor Christian Mark in 10,52. Die zweitbeste Zeit erzielte allerdings Andreas Berger, der nach einem Mißgeschick im Vorlauf aufgegeben hatte und nur durch den Verzicht von Peter Meszaros wenigstens im B-Finale starten konnte. Dieses gewann er in 10,50.

Berger hielt sich über 200 m schadlos und siegte in 21,03 um 0,01 vor Istvan Nagy und 0,04 vor Roland Jokl.

Etwas überraschend kam die knappe Niederlage Thomas Futterknechts

über 400 m Hürden gegen den Belgier Rik Tommelein. Klaus Ehrle erzielte als Dritter mit 50,63 persönliche Bestleistung. Zugpferd Harald Schmid hatte kurzfristig ebenso abgesetzt wie Willi Wülbeck für den 800-m-Lauf, Wladyslaw Kozakiewicz für den Stabhochsprung. Sie waren nach ihrem Start beim verregneten Essener Meeting total ausgelaut.

Am Start war hingegen die Hallenweltrekordlerin über 60 m Nellie Fiere-Cooman. Sie präsentierte sich in überragender Form und gewann sowohl die 100 m als auch die 200 m ganz klar. Beide Male erreichte sie persönliche Bestleistung, wobei vor allem die 11,26 über 100 m beachtlich sind.

Glänzende Hürdenläuferinnen

Das herausragende Ereignis des Abends war aber der 100-m-Hürdenlauf mit Jordanka Donkowa. Die Bulgarin verbesserte ihre eigene, ebenfalls in Schwechat erzielte Jahresweltbestleistung um 15 Hundertstel auf großartige 12,71. Damit ließ sie selbst einer Klasseläuferin wie der Russin Elisaweta Tschernyschowa keine Chance. Die Zehnte der vorjährigen Welttrangliste kam auf 12,85.

Für das erfreulichste Ergebnis aus österreichischer Sicht sorgte wieder einmal Gerda Haas über 400 m Hürden. Die frischgebackene Rekordhalterin konnte zwar erwartungsgemäß die sowjetische Spitzenläuferin Elena Gontscharowa nicht halten, unterstrich mit ihrem zweiten Platz in 57,30 aber ihre momentane Hochform. Gontscharowa ging im Finish schwer ein und vergab dadurch eine noch bessere Zeit als 56,19.

Da Claudia Losch verletzungsbedingt absagen mußte, war das Kugelstoßen eine einseitige Angelegenheit für Weltmeisterin Helena Fibingerova. Sie machte gleich im ersten Versuch mit 20,00 m alles klar, und schlug ihre Gegnerinnen um mehr als 2 m!

Ausgezeichnete Weiten gab es im Speerwurf durch die konkurrenzlose Ungarin Zsuzsa Malovecz, die ihren eigenen Landesrekord gleich zweimal verbesserte. Die 65,66 m, die sie im dritten Versuch erzielte, lagen gleich 3 m über dem alten Rekord!

Sehr spannend verlief der abschließende Weitsprung. Jarmila Strejckova, CS, führte von Anfang an mit Weiten zwischen 6,29 und 6,49 m. Doch im letzten Durchgang entriß ihr die Kubanerin Echevarria mit 6,50 m den Sieg um einen einzigen Zentimeter.

Bundesländercup: Alfred Stummer verbesserte den Dreisprungrekord

Zweimal Niederösterreich

Bludenz war dieses Jahr Schauplatz des „DIE ERSTE“-Bundesländercups der allgemeinen Klasse. Nach der guten Hallensaison war dieser Wettkampf die erste große Standortbestimmung für Österreichs Leichtathleten. Aber wie schon so oft in diesem Jahr hatte der Wettergott kein gutes Verhältnis mit unseren Athleten. Am Samstag herrschte bittere Kälte (unter 10 Grad), dazu kam noch zum Teil starker Regen und starker Wind. Am Sonntagmorgen besserte sich das Wetter, so daß die letzten Bewerbe bei herrlichem Sonnenschein und bei angenehm warmem Wetter abgewickelt werden konnten.

FRANZ STOCKKLAUSNER

Aber trotz allem gab es gute Leistungen und sogar einen österreichischen Rekord von Alfred Stummer im Dreisprung. Nach einem guten 16-m-Sprung glückte dem Wiener mit 16,10 bei 1,3 RW dieser neue Rekord, wobei er seine Bestleistung um 2 cm verbesserte. Zum EM-Limit fehlen Stummer noch 35 cm.

Der Vorarlberger Kugelstoßer Klaus Bodenmüller steigert sich weiter. Nachdem der 24jährige Athlet von der LG Montfort erst kürzlich in Innsbruck 19,84 m erzielt hatte, steigerte er sich auf die neue Vorarlberger Rekordmarke von 19,95 m und bestätigte damit neuerlich das EM-Limit. Ebenfalls die 19-m-Marke übertraf Erwin Weitzl mit 19,46 m.

Schwer zu schaffen machte den 400-m-Hürdenläufern der starke Gegenwind auf der Gegengeraden. Thomas Futterknecht blieb mit 51,00 Sekunden vor Klaus Ehrle (51,21) erfolgreich. Herwig Tavernaro blieb im 800-m-Lauf neuerlich mit 1:49,52 Minuten unter 1:50. Hermann Fehring überquerte im Stabhochsprung 5,30 Meter.

In Abwesenheit des verletzten Tirolers Christian Mark setzte sich im 100-m-Lauf Andreas Berger in 10,50 s gegenüber Roland Jokl (10,58 s) durch. Johann Lindner und Michael Beierl übertrafen neuerlich im Hammerwurf die 70-m-Marke. Lindner siegte mit 76,08 m vor dem Schwechater Beierl mit 70,68 m. Gerhard Hartmann bewältigte die 5000 m in 14:14,96 Minuten.

Wieder eine hervorragende Leistung bot Markus Einberger im Hochsprung mit 2,25 m, die er im dritten Versuch übersprang. An der neuen Rekordhöhe scheiterte der Brixlegger dann

dreimal. Einen Kärntner Landesrekord im Hochsprung erzielte Johann Dolzer mit 2,08 m.

Der 1500-m-Lauf wurde eine Beute des Steirers Karl Blaha in 3:48,04 Minuten. Der Sieg im Diskuswurf war Arno Rupp mit 54,84 m nicht zu nehmen. Den 200-m-Lauf entschied Andreas Berger bei Gegenwind in 21,26 s für sich.

In bestechender Form präsentierte sich Klaus Ehrle über 400 m mit dem neuen Vorarlberger Landesrekord von 47,39 Sekunden. Klar unter der 48-Sekunden-Grenze blieb auch Roland Jokl mit 47,61, der Herwig Tavernaro mit 48,71 klar distanzierte. Im Speerwurf der Männer übertraf Otto Petrovitsch mit 70,44 m mit dem neuen Gerät als einziger die 70-m-Marke. Den „Erste“-Bundesländercup bei den Männern entschied Niederösterreich mit 324 Punkten vor Oberösterreich (262,5 Punkte) für sich.

Bei den Frauen blieben die Ergebnisse etwas hinter den Männern zurück. In Abwesenheit von Gerda Haas gab es im 400-m-Hürdenlauf einen Sieg für Manuela Moosmann in 62,19 s. Den 100-m-Endlauf entschied Sabine Tröger in 11,91 s vor Gerda Haas (11,92) knapp für sich. Claudia Agostini erzielte mit 12,18 einen neuen Tiroler Juniorenrekord. Elisabeth Kucher schleuderte den Speer auf 53,90 m, und Petra Beydi überquerte im Hochsprung 1,74 m.

Wieder Carina vor Verena

Den 800-m-Sieg sicherte sich Therese Stöbich in 2:10,39 Minuten. Für Ursula Weber reichten 54,46 m im Diskuswurf zum Sieg. Recht gut war die Siegeszeit von Sabine Seidl im 100-m-Hürdenlauf in 13,76 s (RW 0,5) vor Ulli Kleindl (14,04) und Gabi Miklautsch (14,48). Die Innsbruckerin Carina Swoboda erzielte im Vorlauf mit 14,93 neuen Tiroler Juniorenrekord.

Mit ihrem letzten Sprung konnte Edith Maier im Weitsprung mit 5,92 m die bis dahin noch führende Regina Helfenbein (5,88 m) noch abfangen. Ursula Weber stieß die Kugel auf 14,42 m, und Gerda Haas lief die 200 Meter in 24,19 s.

Neuerlich ein Duell zwischen Carina

Weber-Leutner und Verena Lechner brachte der 3000-m-Lauf, dabei hatte die Wienerin die Nase wieder vorne und siegte in 9:51,40 Minuten vor der Tirolerin in 9:56,49. Außer Konkurrenz erreichte Claudia Immers (Bayern) 9:51,53.

Die Bundesländerwertung entschied Niederösterreich mit 224 Punkten vor Wien (151) und Vorarlberg (145) für sich.

Punkte-Endstand

Männer:		Frauen:	
1. Niederösterreich	324	1. Niederösterreich	224
2. Oberösterreich	262,5	2. Wien	151
3. Vorarlberg	236,5	3. Vorarlberg	145
4. Steiermark	160	4. Oberösterreich	125
5. Tirol	121	5. Kärnten	98
6. Wien	110	6. Tirol	91
7. Kärnten	109	7. Steiermark	61
8. Salzburg	62		
9. Burgenland	13		

Jugend-Bundesländer-Cup

Nur wenige herausragende Leistungen gab es beim „ERSTE“-Bundesländer-Cup der Jugend am 7./8. Juni in Hollabrunn. Waren das kalte und windige Wetter – im B-Finale der weiblichen Jugend über 100 m Hürden gar 6,03 m/sec. Gegenwind – daran schuld oder haben wir zu wenige Talente in unserer Nachwuchsleichtathletik? Die Antwort darauf wird der weitere Verlauf der Saison geben, die österreichischen Jugendmeisterschaften im Vorjahr in Linz (im Herbst) hatten doch ein beachtliches Niveau.

Bei der weiblichen Jugend erfreulich war die Steigerung von Margit Grundnig im Hochsprung (1985 1,71 m) auf 1,76 m, Heidi Totter (bei den steirischen Jugendmeisterschaften 5,74 m) gewann den Weitsprung mit 5,69 m. Ilona Hron fixierte über 3000 m mit 10:55,12 NÖLV-Jugendrekord, Doris Auer über 300 m Hürden mit 44,42 WLV-Jugendrekord. Bei der männlichen Jugend gefiel Andreas Vlasy am besten: Kugel 16,28 m, Diskus 45,44 m. O. B.

Punkte-Endstand

Männliche Jugend:		Weibliche Jugend:	
1. Niederösterreich	354,5	1. Niederösterreich	255
2. Oberösterreich	195	2. Oberösterreich	250
3. Vorarlberg	170	3. Wien	121
4. Steiermark	148,5	4. Tirol	110
5. Kärnten	129	5. Vorarlberg	92
6. Wien	115	6. Steiermark	88
7. Tirol	89	7. Kärnten	79
8. Salzburg	46	8. Burgenland	16
9. Burgenland	21	9. Salzburg	6



Österreichische Juniorenmeisterschaften in Schwechat

Die Rekorde blieben aus

Die österreichische Leichtathletik hat bei den Männern ein erfreuliches Niveau erreicht, und auch bei den Frauen ist man bestrebt, international wieder voranzukommen. Wie sieht es aber mit dem Nachwuchs aus? Darüber sollten die am 21./22. Juni in Schwechat durchgeführten Österrei-

Von OTTO BAUMGARTEN

chischen Juniorenmeisterschaften Aufschluß geben. Nun, die Beteiligung war mit 624 Einzelnennungen (= 301 Einzelstarter) beachtlich hoch, das Niveau war aber nur zum Teil zu-
 ● denstellend. Die Qualifikationsmöglichkeit für die Junioren-WM brachte nicht den erwarteten Leistungsschub, es fiel kein einziger österreichischer Rekord.

Gerade bei den weiblichen Junioren boten sich aber zahlreiche Talente an, die unsere Frauen-Leichtathletik so nötig hat und die zu fördern würdig wären. So Ulrike Alge, die in Nizza schon die 400 m in 54,69 (Limit 55,14) und in Balgach (Schweiz) die 400 m Hürden in 61,90 gelaufen ist. Sie gewann die 200 m in 24,46/RW 2,4 vor Dagmar Hölbl 24,57, die 400 m in 56,97, die 400 m Hürden in 62,72 und wurde über 100 m in 12,30 Zweite.

Faszinierend war das Duell über 100 m Hürden zwischen Michaela Hynek (in Nizza 14,26) und Gabi Miklantsch (im Vorlauf 14,21). Gleichauf überquerten beide die zehn Hürden, Hynek siegte in 14,05 (KLV-Rekord) vor Miklantsch 14,07 (Limit 14,34). In-
 ● Staudigl (Jg. 70) hatte in Nizza den Speer 51,48 m geworfen (Limit 48 m),

sie siegte mit 48,82 m. Brigitte Pöck überraschte in Nizza im Hochsprung mit 1,83 m (Limit 1,80 m), sie siegte mit 1,74 m vor Michaela Egelseer (Jg. 71), die erstmals auch diese Höhe bewältigte. Zwei 15jährige kamen sogar zum Sieg. Dagmar Hölbl über 100 m in 12,17, Kathi Sabernig im Weitsprung mit 5,99 m – für beide persönliche Bestleistungen.

Bei den männlichen Junioren trumpfte Thomas Weimann groß auf. Er gewann die 110 m Hürden (in Barcelona 14,08, Limit 14,84) in 14,45/RW 2,3 (im Vorlauf 14,23) vor Herwig Röttl 14,70 (im Vorlauf 14,71/RW 1,4). Der Ranglisten-Erste von 1985, Norbert Tomaschek, war nach seiner langwierigen Verletzung noch nicht so weit – trotzdem im Vorlauf 14,76. Thomas Weimann gewann außerdem die 200 m in 21,54 (Limit 21,74), den Weitsprung mit 7,13 und mit der 4x100-m-Staffel (SVS) in 43,54. Jürgen Böckle gewann die 100 m in 10,90 und kam über 200 m als Zweiter in 21,75 bis auf ein „Hundertstel“ an das Limit heran.

Auf den längeren Laufstrecken zeichneten sich Werner Tomasini als Sieger über 800 m in 1:54,76 und 2000 m Hindernis in 5:55,14 (VLV-Jun.-Rekord, Limit 5:50,00), Patrick Haas als Sieger über 1500 m in 4:03,03 in einem dramatischen Spurtlauf (vor Arthur Göllly 4:03,30) und als Zweiter über 800 m in 1:54,78 (in Bludenz 1:51,62) und der 16jährige Bernhard Richter als Sieger über 3000 m in 8:39,17 (in Nizza 8:29,82) aus.

Beachtliches Niveau hatte der Hochsprung mit drei Athleten über 2,07 m:

Manfred Lindinger, Hans Dolzer und Robert Koch (Salzburger Rekord). Rene Zeman (in Nizza 15,18 m) gewann den Dreisprung mit 14,57 m. In den Wurfbewerben gefielen Martin Krenn im Speerwurf mit 62,90 m (NÖLV-Jun.-Rek.) und Hannes Pinter im Hammerwurf mit 57,22 m (KLV-Jun.-Rek.). Das Villacher Talent vom Klub von Peter Sternad und Johann Lindner kam bis auf 28 cm an das Junioren-WM-Limit heran.

Aus meiner Sicht



Gratulation unseren Jüngsten, die bei der Gymnasiade so hervorragend abgeschnitten haben!

Unsere Erwartungen wurden beim Westathletikkup in Barcelona weit übertroffen. So einen Mannschaftsgeist habe ich bei uns noch nie gesehen. Das Team der Männer entwickelte eine Eigendynamik, die nicht zu bremsen war. Die spanischen Zeitungen waren bereits am Sonntag voll des Lobes über die „Überraschungsequipe“ aus Österreich.

Einen besonderen Dank von uns allen an alle Beteiligten. Die Bedingungen waren sehr schwierig, besonders für Gerhard Hartmann, ihm wurde vor dem Wettkampf einfach alles gestohlen. Aber die 10.000 m spulte er herunter, als ob nichts geschehen wäre. Solche Dinge sind atypisch für uns Österreicher, aber alles wegstecken zu können bringt Erfolg.

Unsere Frauen machten den Aufwärtstrend diesmal nicht mit. Außer Gerda Haas, die sich zu einer ausgezeichneten Siegesläuferin entwickelt, sind alle anderen scheu. Nicht hart genug. Wir müssen alles versuchen, um das große Plus, das unsere männlichen Athleten durch das Bundesheer dankenswerterweise haben, auszugleichen.

Die Sensibilität von Sportlerinnen und Sportlern, die ich gerade in Barcelona wieder beobachten konnte, beeindruckt mich sehr. Darum müssen wir sie sehr sorgfältig, gerecht und pädagogisch behandeln, dann werden sie auch unsere Ziele verstehen.

Bis zum nächsten Mal Ihre
 ERIKA STRASSER



Österreichs Hoffnung für die Junioren-WM: Thomas Weimann (SVS)

Foto: Etlinger

Die Situation der Leichtathleten von morgen

Wenn s' ins blöde Alter kummen ...

Was sagt zum Beispiel die Silbermedaille des Vorjahrs bei der Junioren-EM durch 400 m-Hürden-Jungstar Klaus Ehrle aus?

Eine Frage, die durchaus wert ist, diskutiert zu werden. Offiziell nahm man diesen Erfolg als Bestätigung einer intakten Nachwuchsarbeit, bei den Aktiven hingegen gab's kritische Stimmen: „Das ist ein Einzelerfolg“, „Das hat nichts mit der Aufbauarbeit des ÖLV zu tun“, ... war von vielen zu hören, die leider recht haben.

Von EDDA GRAF

Der ÖLV verhält sich in den Belangen der Nachwuchsarbeit eher passiv. Gewünscht wird von den jungen Sportlern wie auch von den Trainern eine vermehrte Abhaltung von Trainingskursen unter der Leitung von Spartentrainern, so wie in der BRD, wo diese Kurse einmal monatlich durchgeführt werden. In Österreich wird das Training hauptsächlich von Vereinstrainern gelenkt, von Idealisten, die mit viel Ambition und Aufwand ihre Freizeit für diesen Zweck opfern, ohne einen Groschen dafür zu bekommen.

Um gleich beim Finanziellen zu bleiben: hier mangelt es an allen Ecken und Enden. Die ach so gut organisierte Sporthilfe hat im Rahmen des „Olympiamodells 88“ zwar sehr viel für die kleinen Gymnastinnen über, die Nachwuchsleichtathleten müssen da schon etwas länger warten, bevor sie als förderungswürdig befunden werden. (Meist erst dann, wenn sie durch Heeressport- und Nahkampfschule soundso schon finanziell besser dastehen.) Weiters wäre es weit aus sinnvoller, den Nachwuchs mit „Help-Leibern“ (= Sporthilfe-Leibchen ...) auszustaffieren, als Athleten, die ohnehin bei Sportartikelfirmen unter Vertrag stehen.

Schwierigkeiten gibt's in vielen Fällen auch durch die Schule, nicht nur in der Beziehung, daß sie eine Breitenförderung vermissen läßt, sondern vor allem durch viel Intoleranz: für eine Befreiung, um an Wettkämpfen teilnehmen zu können, bedarf es meist vielfacher Ansuchen und Bestätigungen. Wer sich nicht gerade in der

glücklichen Situation befindet, den Turnlehrer als Trainer zu haben, muß sich in vielen Fällen damit abfinden, daß man die Zeit des Turnunterrichts nicht für das Training verwenden kann. Unter dem Motto „jetzt erst recht“ müssen die jungen Leistungssportler dann Geräteturnen und Handballspielen, was für jugendliche Kaffeehaushocker zwar sehr löblich, für Leistungssportler aber sinnlos und teilweise sogar riskant ist.

Das heißt also: Wer was erreichen will, muß es hundertprozentig wollen und mit 110prozentigem Einsatz betreiben, und zwar in der ohnehin sehr kargen Freizeit. Die wichtigsten Wegbereiter sind nicht der Verband oder die Sporthilfe, sondern engagierte Trainer und interessierte Eltern, wobei diese nicht so sehr durch Ehrgeiz als durch Betreuung unterstützen. In den meisten Fällen liegt es an ihnen, ob der junge Athlet die Freude am Sport behält oder nicht.

Konsequenz, Verständnis und Verstand müssen die Arbeit der „Stars von morgen“ prägen, eine nicht ganz einfache Aufgabe für einen Trainer. Signifikant für den Idealismus der Trainer ist der Ausspruch von Hindernisrekordler Wolfgang Konrad, der, als er einen geduligen Trainer inmitten einer Kinderschar beobachtete, meinte: „Ich könnt' nie so Kleine betreuen, da baust sie auf, arbeitest mit ihnen, steckst alles in sie rein, und wenn s' ins blöde Alter kummen, hörn s' auf ...“

Und es hören wirklich viele auf – noch bevor sie die Juniorenklasse erreichen. Wenn sie dann wieder anfangen wollen, ist es meist schon zu spät. Hoffentlich noch nicht zu spät ist es für Joachim „Jimmy“ Brauner, der nach einer Pause jetzt unter den Fittchen von Hubert Millonig ein „Comeback feiert“, und für Wolfgang Fritz, der nach langer Verletzungspause wieder zu trainieren begonnen hat. Große Erwartungen kann man sicher auch in die Gymnasiade-Teilnehmer Bernhard Richter und Michael Buchleitner setzen, wie bei den Mädchen in Ulrike Alge, Dagmar Hölbl und Susanne Singer. Um Marathon-Wunderkind Monika Frisch ist es inzwischen ruhiger geworden ... Bleibt abzuwarten, wie die „Millonigs“ von morgen heißen werden!



Österreichs Gymnasiade-Team Foto: Archiv

Medaillenfest in Nizza

Es war die erfolgreichste Mannschaft, die je vom Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Sport zu einer Gymnasiade entsandt worden war. Sie gewann in Nizza (4. bis 6. Juni) sechsmal Gold, einmal Silber und einmal Bronze. Elf der 22 Mitglieder erzielten bei guten äußeren Bedingungen – abgesehen von einigen Sturm böen – persönliche Bestleistungen. Hervorragend klappte die Betreuung mit Ministerialrat Mag. Norbert Bayer als Delegationschef, ÖLV-Nachwuchssportwart Mag. Peter Sladky als Mannschaftsführer sowie Herta Viertbauer und Günther Auinger als Trainer.

Rene Zeman gewann Gold im Weitsprung mit 7,20 m (WLV-Jugendrekord) und Silber im Dreisprung mit 15,18 m (österreichischer Jugendrekord). Bernhard Richter wurde über 3000 m in 8:29,82 (NÖLV-Jugendrekord) Dritter, nur 1,60 Sekunden vom österreichischen Jugendrekord entfernt.

Ausgezeichnet schlugen sich auch unsere Mädchen. Hoffnungsvoller Nachwuchs in Sicht! Ines Staudigl übertraf mit dem Speer als zehnte Österreicherin die 50-m-Marke und siegte mit 51,48 m (österreichischer Jugendrekord). Ulrike Alge gewann die 400 m mit der Verbesserung des Vorarlberger Rekordes auf 54,69, Brigitte Pöck gewann den Hochsprung mit der Steigerung auf 1,83 m (NÖLV-Juniorenrekord) und rückte damit in der ewigen österreichischen Bestenliste an die vierte Stelle vor! Alle drei – Staudigl, Alge und Pöck – schafften damit das Junioren-WM-Limit.

Österreichische Siege gab es weiters über 100 m durch Dagmar Hölbl (im Vorlauf 12,20) in 12,40 (Gegenwind 2,56) und durch die 4x100-m-Staffel in 47,32 (Hölbl – Alge – Hynek – Singer). Hauchdünn einen Platz auf dem „Stockerl“ verfehlten Monika Steinlechner über 400 m in 56,92 (um ein „Hundertstel“), Kathi Sabernig im Weitsprung mit 5,89 m (um einen cm) und Michaela Hynek über 100 m Hürden in 14,78 (um vier „Hundertstel“). Im Vorlauf lief Hynek mit 14,26 Kärntner Rekord und Junioren-WM-Limit!

O. B.

Beim Westathletik-Cup in Barcelona war Österreich die große Sensation

Kopf an Kopf mit Spanien

Nach dem im Vorjahr im Europacup errungenen Erfolg über die Niederlande und Portugal machten sich Österreichs Männer beim „Westathletik-Cup“ am 14.–15. Juni in Barcelona berechnete Hoffnungen auf Platz 4. Ein Erfolg, den es seit 1978 nicht mehr gegeben hatte. Österreichs Frauen strebten eine Platzierung zwischen 3 und 5 an.

Von OTTO BAUMGARTEN

Nun, bei den Männern verlief es für Österreich noch besser als erwartet. **S** waren in Barcelona die große Sensation, lagen nach dem ersten Tag nur einen Punkt hinter den gastgebenden Spaniern (A-Gruppen-Aufsteiger im Europacup) und in der Endabrechnung – nach einer überraschenden Führung bis zur 4×400-m-Staffel – nur fünf Punkte. Nicht nur die Niederlande, sondern auch Belgien und die Schweiz waren damit bezwungen! Ein Erfolg, der gar nicht groß genug gewürdigt werden kann. Weniger gut verlief es für unsere Frauen. Trotz einer Haas, einer Müller, einer Seidl nur Platz sechs, ein Punkt Rückstand gar auf Portugal. Das Projekt „Frauenmodell“ scheint gerade zur rechten Zeit gekommen zu sein.

Männer:	
1. Spanien	131 Punkte
2. Österreich	126 Punkte
3. Niederlande	98,5 Punkte
4. Belgien	98 Punkte
5. Schweiz	88 Punkte
6. Portugal	81,5 Punkte
7. Dänemark	50 Punkte
8. Irland	48 Punkte
Frauen:	
1. Niederlande	97 Punkte
2. Schweiz	88 Punkte
3. Spanien	80 Punkte
4. Belgien	76 Punkte
5. Portugal	62 Punkte
6. Österreich	61 Punkte
7. Irland	59 Punkte
8. Dänemark	48 Punkte

In den 20 Bewerben der Männer gab es für Österreich 16 Platzierungen unter den ersten drei! So etwas gab es noch nie! Fünf Siege, sechs zweite Plätze und fünf dritte. Aber auch die vier darunterliegenden Platzierungen (400 m, 800 m, 1500 m, 4×400 m) waren keine Versager!

Österreichische Siege errangen Gerald Kager im Stabhochsprung mit 5,45 m, Otto Petrovic im Speerwurf mit 73,58 m, Arnold Rupp im Diskuswurf mit 57,14 m, Michael Beierl im Hammerwurf mit 74,44 m (alle Würfe

über 71 m) und die 4×100-m-Staffel mit Weimann – Mark – Berger – Jokl in 39,96 – fast ein Rekord.

Zweite Plätze für Österreich gab es über 100 m durch Andreas Berger in 10,50 (hinter 60-m-Halleneuropameister Ronald Desruelles 10,44), Roland Jokl über 200 m in 21,29 (1. Sanchez-Spa 21,17), Gerhard Hartmann über 10.000 m in 29:08,34 (hinter Weltrekordmann Fernando Mamede 27:47,84), Thomas Weimann über 110 m Hürden mit dem österreichischen Juniorenrekord von 14,08 (1. Sala-Spa 13,80), Markus Einberger im Hochsprung mit 2,21 m (hinter dem 2,36-m-Springer Eddy Annys – 2,21 m) und Klaus Bodenmüller im Kugelstoß mit 19,97 m (VLV-Rekord) hinter Werner Günthör, der den Schweizer Rekord auf 21,34 m verbesserte.

Berger konnte über 100 m ebenso wie bei der Hallen-EM den Spanier Arques (Rekord 10,34) besiegen (10,55), Jokl unterlag dem spanischen 200-m-Rekordmann Sanchez (Rekord 20,67). Gerhard Hartmann behielt trotz des Mißgeschicks (beim ersten Training wurden ihm Reisepaß, Flugticket, Geld, Papiere, Schlüssel und Gewand gestohlen) die Nerven, über 10.000 m stark zu laufen und sich nur von Weltrekordmann Fernando Mamede (Weltrekord 27:13,81-1984) besiegen zu lassen.

Thomas Weimann kam in 14,08 dicht an den österreichischen Rekord (Herbert Kreiner 14,06) heran. „Haxi“ Einberger sprang ebenso wie Eddy Annys 2,21 m, der Schweizer Olympia-

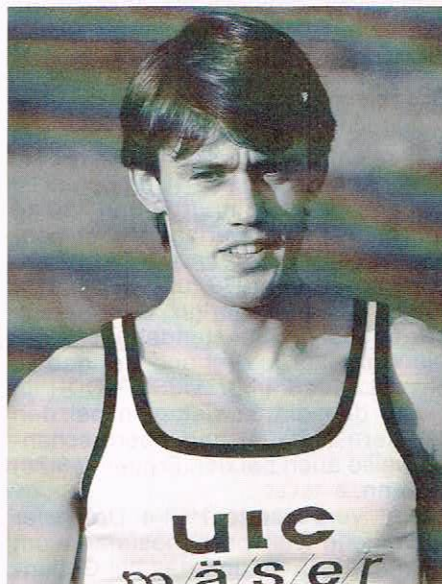
fünfte und Halleneuropameister von 1981 (Bestleistung 2,31 m bzw. 2,32 m-Halle) scheiterte an dieser Höhe. Annys setzte den Bewerb daraufhin bei 2,30 m fort, scheiterte aber. Bodenmüller hatte vier 19-m-Stöße in seiner Serie.

Von den dritten Plätzen der Österreicher sei der über 3000 m Hindernis durch Wolfgang Konrad hervorgehoben. Jener Athlet, der 1982 in der Weltrangliste an der dritten Stelle gelegen war, dann aber durch andauernde Verletzungen so weit zurückfiel, daß er schon resignierte und seine aktive Laufbahn beenden wollte, hat wieder zurückgefunden zur internationalen Elite. Mit 8:28,36 erreichte er die siebentbeste Leistung seiner Karriere! Der belgische Rekordmann William van Dijck (Rekord 8:13,77) siegte in 8:26,66.

Nicht so zufrieden mit Platz drei in 51,56 Thomas Futterknecht über 400 m Hürden. Er mußte dem spanischen Rekordmann Jose Alonso (Rekord 49,39) und dem belgischen Rekordmann Rik Tommelein (Rekord 49,64) in 50,16 bzw. 50,24 den Vortritt lassen.

Auf Endspurt gelaufen wurden die 5000 m (1000-m-Zwischenzeiten 2:43 – 2:48 – 2:45 – 2:55 – 2:35). In der gleichen Sekunde kamen die ersten drei ein: Pierre Deleze 13:46,41, Abel Anton 13:46,67, Dietmar Millonig 13:46,88. Dritte Plätze gab es weiters für Teddy Steinmayr im Weitsprung mit 7,51 m (1. Corgos-Spa 7,94 m) und durch Alfred Stummer im Dreisprung mit 15,93 m (1. Falise-Bel 16,42 m). Karl Blaha lief über 1500 m bei seinem vierten Platz in 3:41,17 steirischen Rekord (1. Kulker-NL 3:39,73, 2. Abascal-Spa 3:40,74). Klaus Ehrle wurde über 400 m nach seinen 47,39 von Bludenz in 47,57 Fünfter (1. Visserman-NL 46,00), Herwig Tavernaro über 800 m in 1:49,65 Sechster (1. Druppers-NL 1:47,91).

Bei den Frauen gab es für Österreich zwei Siege, durch Gerda Haas über 400 m Hürden in 58,14 und durch Ursula Weber im Diskuswurf mit 56,00 m, und zwei zweite Plätze, durch Sabine Seidl über 100 m Hürden in 13,76 und durch die 4×100-m-Staffel Träger-Haas-Maier-Seidl in starken 45,81. Positiv zu vermerken sind weiters die beiden vierten Plätze, durch Gerda Haas über 200 m in 24,02 und die nach der Verletzung von Sigrid Kirchmann kurzfristig in das Team aufgenommene Brigitte Pöck im Hochsprung mit 1,75 m (Referenz: bei der Gymnasiade 1,83 m).



Wieder 400 m unter 48 Sekunden: Nachwuchsmann Klaus Ehrle Foto: Mohr



Unglaubliche Heike Drechsler (Nr. 53): 1 Woche nach ihrem Weitsprungweltrekord egalisierte sie bei den DDR-Meisterschaften den 200-m-Weltrekord Maria Kochs in 21,71. 2. v. r.: 100-m-Siegerin (10,96) Silke Gladisch

Foto AP

LA-Highlights

Die Meetings in San Jose und Bratislava bildeten den Auftakt zur 2. Grand-Prix Saison. Wie erwartet blieb eine Ost-West Konfrontation aus. In den USA waren nach der Absage eines starken SU-Teams nur Amerikaner und ein paar Westathleten am Start, in Preßburg dagegen ein Großteil der Ostblock-Elite, aufgeputzt mit einigen, meist unterdurchschnittlichen Westeuropäern.

Beim „Bruce Jenner-Classic“ interessierte vor allem das 100 m-Duell zwischen Superstar Carl Lewis und dem immer stärker werdenden Weltcup-sieger Ben Johnson. Der Kanadier ließ Lewis (10,18) keine Chance und fixierte mit 10,01 Jahresweltbestzeit. Gleichfalls mit einer JWB endete der 400 m-Hürdenlauf. Weltcup-sieger Andre Phillips schlug dabei in 47,95 den Junioreweltrekordler Danny Harris (48,90) überraschend klar. In Bratislava gab es drei Jahresweltbestleistungen. Die beeindruckendste davon ist die von Cornelia Oschkenat über 100 m Hürden. Die Ostdeutsche rang in einem mitreißenden Kampf die Bulgarin Yordanka Donkova auf der Ziellinie nieder und siegte in 12,50.

Bei den Herren überragten die 8:19,02 des 30jährigen Polen Miroslav Zerkowski über 3000 m Hindernis und die 2,34 m von Jan Zvara im Hochsprung, der damit auch Weltrekordler Igor Paklin (2,31 m) in die Schranken wies.

Die Weltrekorde fanden abseits der GP-Meetings statt. Nach Stefka Kostadinovas 2,08 m im Hochsprung folgte der Ostdeutsche Jürgen Schult mit einer sensationellen Diskusbestleistung. In Neubrandenburg verbesserte er den drei Jahre alten Weltrekord des Russen Juri Dumtschew um 2,22 m auf 74,08 m. Das ist die größte Rekordsteigerung seit 1912! Schult ist 26 Jahre alt, 1,93 m groß und 110 kg schwer. Der Schweriner Maschinen- und Anlagenmonteur war Junioreuropameister 1979 und EC-Sieger 1983. Seine bisherige Bestleistung war auf 69,74 m gestanden.

Die Weltrekorde drei und vier gab es beim Länderkampf UdSSR-DDR in Tallin, den die Sowjetunion bei den Männern (122:90) und überraschenderweise auch bei den Frauen (88:78) gewann.

Zuerst verbesserte Heike Drechsler ihre eigene Weitsprungbestmarke um 1 cm auf 7,45 m, und das bei Gegenwind. Die Weltmeisterin aus Jena hat heuer vor allem mit tollen Sprintergebnissen aufgewartet. Sie lief bereits

10,97 und 11,02. Da sich bei der EM Weitsprung und 100 m Lauf überschneiden, wird Drechsler voraussichtlich über 200 m starten.

Am Schlußtag demonstrierte dann Juri Sedych, daß er im Hammerwurf wieder die Nummer eins ist. Nach etwas schwächerer Vorjahrssaison hielt er heuer schon mit 83,02 m die JWB ehe er seinen Weltrekord um 32 cm auf 86,66 m schraubte. Der 31jährige Olympiasieger von 1976 und 1980 und Europameister von 1978 und 1981 erzielte damit bereits seinen fünften Weltrekord.

Es gab in diesem Gigantenduell noch sieben weitere Jahresweltbestleistungen, imponierend vor allem die Kugelstoßergebnisse. Bei den Männern übertrafen erstmals in einem Wettkampf drei Athleten 21 m – Ulf Timmermann 22,60 m, Sergej Smirnow 22,24 m (LR) und Udo Beyer 22,05 m. Bei den Frauen blieben Natalia Lisowskaja mit 21,70 m, Natalia Achrimenko mit 21,39 m und Ines Müller mit 21,34 m über 21 m.

Toll auch die Leistungen von Heike Drechslers Gegnerinnen im Weitsprung. Auch Galina Tschistjakowa (7,34 m, LR), Jelena Beljewska (7,16 m), Irina Waljukewitsch (7,10, a. K.) und Helga Radtke (7,07 m) kamen über 7 m!

PETER GASPARI

Mittel und Wege zur persönlichen Höchstleistung III

Erstellen des Leistungsplans

Ich beobachte sehr gerne Leichtathleten beim Training. Dabei fällt mir auf, daß viele Athleten ihr Training eher planlos absolvieren. Ich meine damit nicht, daß sie nicht wissen, was sie trainieren sollen. Es krankt daran, daß die einzelnen Trainingsmittel im Jahreszyklus nicht an der richtigen Stelle eingesetzt werden. Der augenblickliche, schnelle Erfolg wird gesucht und nicht der langsame, geplante Aufbau angestrebt.

Von FRITZ ETLINGER

In den letzten Jahren haben die Starterfelder bei den österreichischen Hallenmeisterschaften gezeigt, daß ein Großteil der Athleten bereits eine doppelte Periodisierung durchführt, das heißt, man arbeitet auf zwei Leistungshöhepunkte hin. Unser Modell für eine Leistungsplanung soll daher ebenfalls zwei Makrozyklen beinhalten.

Meine Forderungen an eine Leistungsplanung sind:

- Übersichtlichkeit
- Leichte Lesbarkeit
- Bequeme Handhabung
- Verständlichkeit für den Athleten

In diesem Leistungsplan, mit dem ich derzeit mit meinen Athleten (Gerda Haas, Dagmar Hölbl, Reinhard Leichtfried) arbeite, glaube ich diese Forderungen verwirklicht zu sehen (siehe Muster).

DER PROFI-TIP FÜR SPORT-AKTIVE

Muskelkrampf ist die Folge von mangelhaftem Aufwärmen oder Überbelastung. Daher vor jeder sportlichen Leistung: unbedingt warmlaufen und Dehnungsübungen! Regelmäßige Einreibungen mit tiefenwirksamen Präparaten fördern die Durchblutung. Elektrolytgetränke sorgen für ausreichende Mineralstoff-Zufuhr. Wenn der Krampf auftritt: vorsichtig dehnen, massieren und warmhalten. Pausieren!

Holen Sie sich „Profi-Tips“



in Ihrer

Apotheke

Arbeitsschritte bei der Erarbeitung der Leistungsplanung

1. Datum eintragen

Abschnitt 3. a) Monate im Jahreslauf ab Beginn des Trainings

1 = 1. Woche im Kalenderjahr

52 = letzte Woche im Kalenderjahr

Bsp.: Wenn der Trainingsbeginn auf den 14. Oktober fällt, ist in der ersten Spalte 42 einzutragen.

Abschnitt 4. a) Datum des Montags dieser Woche

4. c) Datum des Sonntags dieser Woche

2. Gewünschte Wettkämpfe, Tests, sportmedizinische Untersuchungen, Trainingskurse im Abschnitt 1 eintragen.

Genaue Festlegung der Tage im Abschnitt 4. b).

Vorschlag für Abkürzungen für die Eintragungen: W = Wettkampf, (W) = wichtiger Wettkampf, TK = Trainingskurs, T = Test, SU = Sportmedizinische Untersuchung.

3. Periodisierung des Trainings (Abschnitt 2)

Hier werden vorerst die großen Trainingsabschnitte (Makrozyklen) bestimmt. Zeitlich fällt das Ende eines Makrozyklus in der Regel mit dem Hauptwettkampf zusammen. Der Beginn des Makrozyklus ist mit dem Ende einer mehr oder weniger langen Übergangsperiode terminiert.

Ich teile den Makrozyklus dann noch in folgende kleinere Trainingsabschnitte (Mesozyklen):

a) Periode der allgemeinen Vorbereitung

b) Periode der speziellen Vorbereitung

c) Wettkampfperiode bzw. Hauptwettkampf

Es hat sich auch als günstig erwiesen, im Abschnitt 2 die Belastungsstruktur zu vermerken. Die Gefahr eines Übertrainings kann somit leicht vermieden werden, wenn die Anzahl der Belastungswochen der Anzahl der Entlastungswochen gegenübergestellt wird.

4. Ermittlung der Belastung

Die Eintragung der Belastungsstruktur in Abschnitt 2 hilft uns nun bei der Ermittlung der Belastung. Mit den fünf Stufen für Belastung kann das Aus-

SPORTTESTER PE 3000

Drahtloses Pulsfrequenzmeßgerät und Stoppuhr

Jeder Pulswert und

256 Zwischenzeiten speicherbar!

zum Preis von

S 4750.-

exklusiv bei



Tony's LAUFSPORT Boutique

auch gegen 1020 Wien, Praterstr. 2
Versand! Tel. 0222/2417332

langen gefunden werden, wenn man dabei beachtet, daß sich in den Perioden der Vorbereitung die Belastungsangabe eher auf den Umfang bezieht und sich gegen die Wettkampfperiode hin zur Intensität verschiebt. In Entlastungswochen sollte die Belastung so angesetzt werden, daß eine Anpassung des Organismus an die vorangegangene Belastung möglich ist und eine Wiederherstellung gesichert wird.

5. Einsatz der Trainingsmittel

In Abschnitt 6 wird der zeitliche Einsatz der Trainingsmittel eingezeichnet. Die Höhe der Zeile läßt auch die Eintragung des Umfangs für den Einsatz eines bestimmten Trainingsmittels zu. Die Trainingsmittel werden je nach Disziplin eine andere Gewichtung erfahren. Eine Abänderung jederzeit möglich.

In die Aufzählung der Trainingsmittel habe ich die theoretische, taktische und psychologische Vorbereitung hineingenommen. Diese drei Randgebiete scheinen mir für die optimale Leistungsplanung genau so relevant wie sportmotorische Eigenschaften. Besonders auf dem Gebiet der psychologischen Vorbereitung (Mentales und autogenes Training) müßte für einen Leistungssportler sehr viel herauszuholen sein.

6. Bestimmung des Zeitaufwandes

Nach all den vorhergegangenen Überlegungen bleiben nur noch ein paar Fragen offen: Wieviel Trainingstage (TT) bzw. Trainingseinheiten (TE) benötige ich, um das geplante Pensum zu verwirklichen? Welche und wie viele Regenerationsmaßnahmen setze ich, um den Athleten auf dem Weg zur optimalen Leistung keinen Schiffbruch erleiden zu lassen?

Die Eintragung der Anzahl der Trainingstage (TT), Trainingseinheiten (TE), Wettkampftage (WT), Ruhetage (RT) und Regenerationsmaßnahmen (RM - Sauna, Massage, Bäder etc.) erfolgt in Abschnitt 3 c)-g). Die Leistungsplanung mit diesem Modell sollte mit dem Athleten gemeinsam erarbeitet werden. Diese Leistungsplanung bildet dann die Grundlage für das Training. Da eine Planung nicht immer mit der Realität Schritt hält (unvorhergesehene Ereignisse, Verletzungen, Erkrankungen usw.), muß für die tatsächliche Realisierung und spätere Auswertung ein zweites Leistungsformular geführt werden.
Fortsetzung folgt!

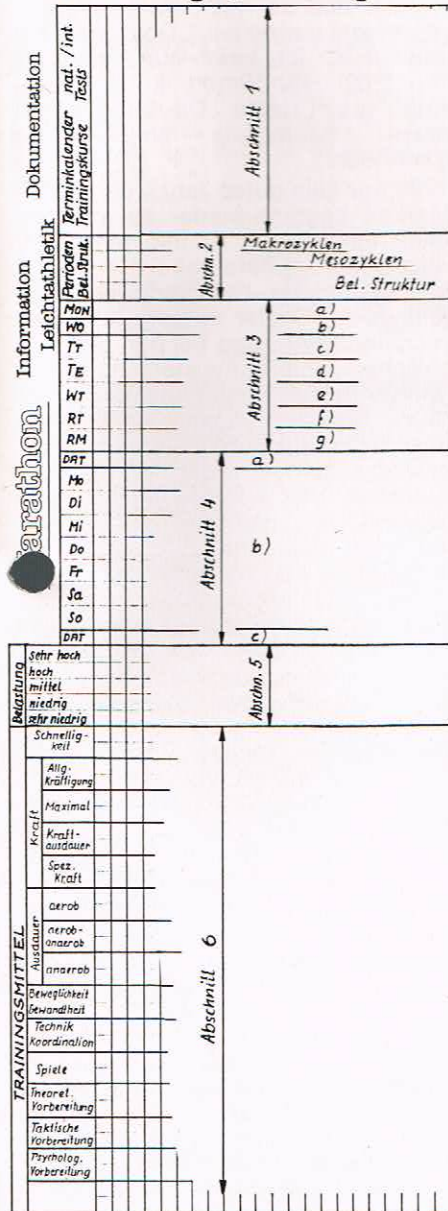
*



Fritz Etlingers Musterschülerin Gerda Haas

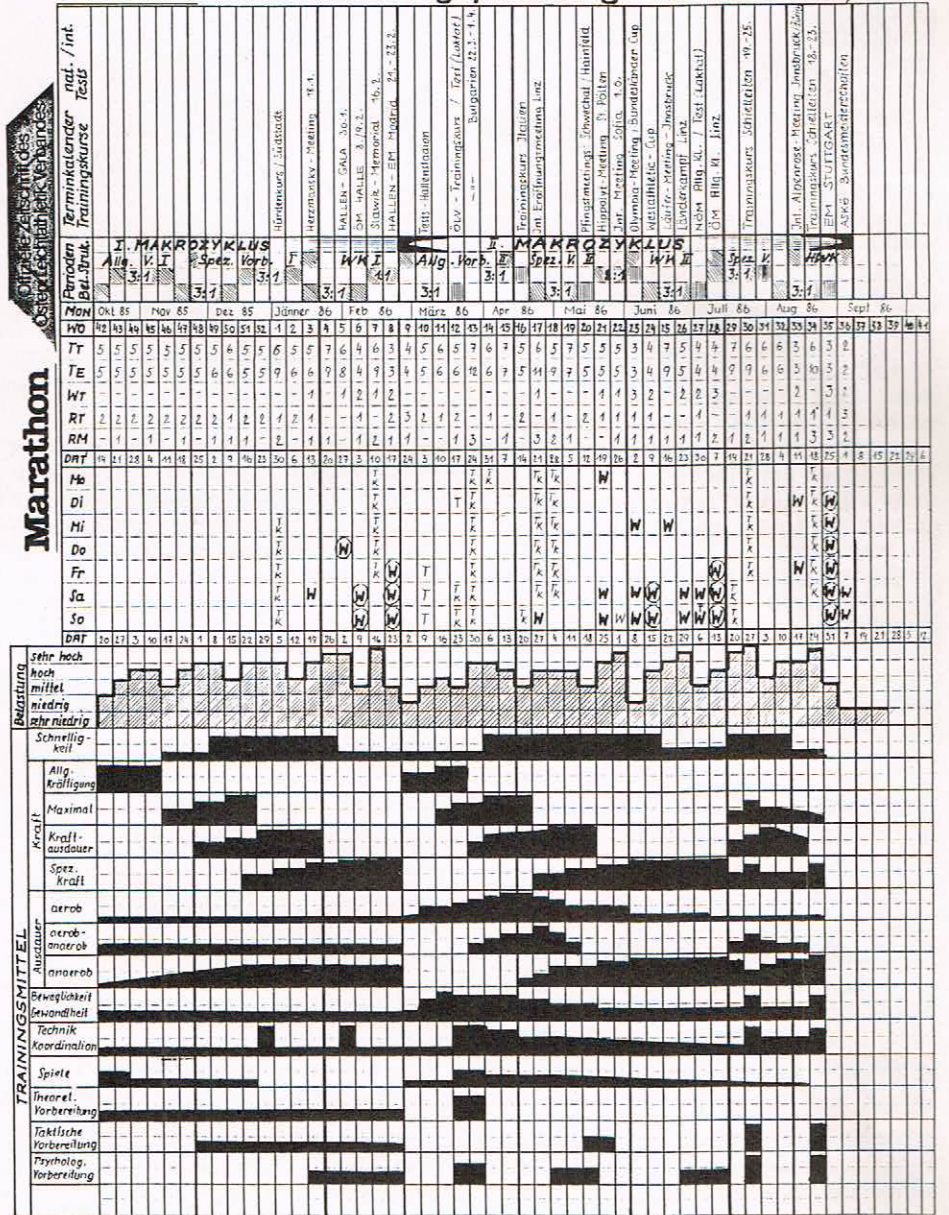
Foto: Sündhofer

Leistungsplanung



Leichtathletik

Leistungsplanung Gerda Haas 85/86



Markus Einberger: vom Ofensetzer zum Maßstab-Setzer im Hochsprung

Höhenflug im Jet-Getöse

„Es hat geklappt, es hat geklappt“, freute sich Markus Einberger sichtlich erleichtert. Grund zum Jubeln hatte er jedenfalls, denn mit 2,23 m war dem jungen Tiroler soeben ein neuer österreichischer Hochsprungrekord geglückt. „Geh auf 2,30!“ rief ihm sein Betreuer Günther Krispel zu, scheinbar davon überzeugt, daß sein Schützling momentan „Bäume ausreißen“ könne.

Von KNUT OKRESEK

Die Latte wurde auf 2,25 m gelegt, und fast mühelos bewältigte Markus auch diese Höhe. Das EM-Limit war geschafft! Es wurde auf 2,28 m erhöht, und im dritten Versuch übersprang Einberger auch diese Höhe. Die wenigen Zuschauer im Stadion Schwechat-Rannersdorf kreischten vor Begeisterung.

„Ich sprang wie in Trance“, meinte der neue Hochsprungrekordhalter ein paar Tage später bei unserem Gespräch im BSZ Südstadt. „Nichts störte mich in meiner Konzentration – weder ein Startschuß, noch ein Jumbo-Jet kurz nach dem Abflug.“

Knapp eine Woche nach seinem Rekordsprung am Pfingstsonntag ist die erste Euphorie verschwunden; Einberger sieht die Sache realistisch. „Natürlich sind 2,28 m klab“, meint er, schmunzelt ein bißchen und kramt in einer Lade. Ein Foto kommt zum Vorschein. „Da schau, des ist bei 2,30! Ich war schon drüber – grad mit der Ferschn hob i g'rissn! Jetzt erst sehe ich, wie knapp Einberger die 2,30-m-Schallmauer verfehlt hatte. Doch diese Höhe ist für den 22jährigen ÖLV-Athleten keineswegs mehr Utopie: im Gegenteil: Einberger traut sich sogar noch mehr zu.

Und hier wären wir auch bei den Zielen des Hochspringers angelangt. Was erwartet sich der frischgebackene Rekordhalter von der heurigen Saison?

Natürlich steht die EM im Mittelpunkt – Ziel ist das Erreichen des Hauptbewerbs. Wenn ihm heuer noch 2,30 m gelingen, dann geht für den Tiroler ein Traum in Erfüllung: Er darf dann beim großen Meeting im Hochsprung-Mekka Eberstadt an den Start gehen.

Die jüngste Leistungssteigerung war für Markus Einberger enorm wichtig, denn der HSNS-Athlet war einem Hin- und Her aus dem BSZ Südstadt schon sehr nahe. Wie kam es nun zu dieser Leistungsexplosion? Einberger war



Überspringt seine Körpergröße um 30 cm: „Haxn“ Einberger Foto: Etlinger

im Frühjahr auf einem Trainingskurs in Bulgarien, und seine Trainingsleistungen dort waren ausgezeichnet. Von Gerd Wessig, dem Olympiasieger 1980 (Bestleistung 2,36 m), hat sich „Haxn“ (so wird er von seinen Freunden wegen seiner langen Beine genannt) eine Menge „abg'schaut“. Der Österreicher stand Wessig auf diesem Trainingskurs um nichts nach – im Gegenteil: Einberger war schnell-

Steckbrief Markus Einberger

Geboren am 5. 2. 1964 in Brixlegg
Größe: 1,98 m, Gewicht: 82 kg
Beruf: Ofensetzer
Spezialdisziplin: Hochsprung
Größte Erfolge: 6. Platz Junioren-EM Schwechat, österr. Hallenmeister 85 mit 2,24 m
Persönliche Bestleistung: 2,28 m
Hobbys: Motorradfahren, Kegeln, Surfen
Verein: LAC Raika Innsbruck
Adresse: 6233 Kramsach, Hagan 284

ler, hatte mehr Kraft, und mit der Zeit gewann er auch sehr viel Selbstvertrauen. „Als ich dann im Training ein paar mal 2,20 m übersprang, da wußte ich natürlich, daß noch viel drinnen ist“, meint Einberger.

Wann hat der Tiroler mit dem Hochsprung begonnen? Es war vor knapp zehn Jahren. Damals ist er bei einem Schülersporttag durch herausragende Leistungen aufgefallen. Das junge Talent trat dem PSV Brixlegg bei, und unter Trainer Werner Kllikova ging's schnell bergauf. 1979 sprang der damals 15jährige 1,95 m, ein Jahr später mußte er sich einer Meniskusoperation unterziehen.

Der Kniespezialist Dr. Baumgartl meinte, daß es mit dem Leistungssport wohl vorbei sei. „Doch ein Jahr danach bin ich beim Bundesländercup 2,02 gesprungen, kurz danach 2,05“, grinst Haxn: „Da hob ich dem Herrn Baumgartl eine Karte g'schriebn!“

1982 war kein gutes Jahr – und 1983? Markus beginnt wieder zu strahlen, denn mit 2,18 m ist ihm ein österreichischer Juniorenrekord geglückt, bei der Junioren-EM in Schwechat erreichte der Tiroler einen großartigen sechsten Rang, und bei den österreichischen Juniorenmeisterschaften errang er seinen ersten Meistertitel.

Nach der zweimonatigen Bundesheer-Grundausbildung kam der großgewachsene Hochspringer ins BSZ Südstadt. Hier scheint er sich auch sehr wohl zu fühlen. Sympathisch, ruhig, aber doch immer zu Scherzen aufgelegt – der Hochspringer ist seinen HSNS-Kollegen sehr beliebt.

1984 sah es nicht so gut aus; erst im Februar 1985 gab Einberger wieder ein deutliches Lebenszeichen. Mit 2,24 m in der Halle gelang ihm der bisher höchste Sprung eines Österreichers. Es folgten dann wieder Durchschnittsleistungen, bis es heuer eben zum ganz großen Durchbruch kam.

Bei dem LAC-Athleten scheint momentan alles zu stimmen. Die Kombination der beiden Trainer, des Bulgaren Enio Dodorov und des Österreichers Günther Krispel, scheint ihm ebenso zu bekommen wie sein neuer Verein, der LAC Innsbruck.

„Natürlich wird es nicht leicht sein, meine Superleistung so schnell zu wiederholen, ich sehe immer wieder das Schild mit 2,28 vor mir; momentan fühle ich mich etwas gehemmt – doch das dürfte sich bald bessern“, gibt sich Österreichs Paradehochspringer zuversichtlich.