

LEICHTATHLETIK

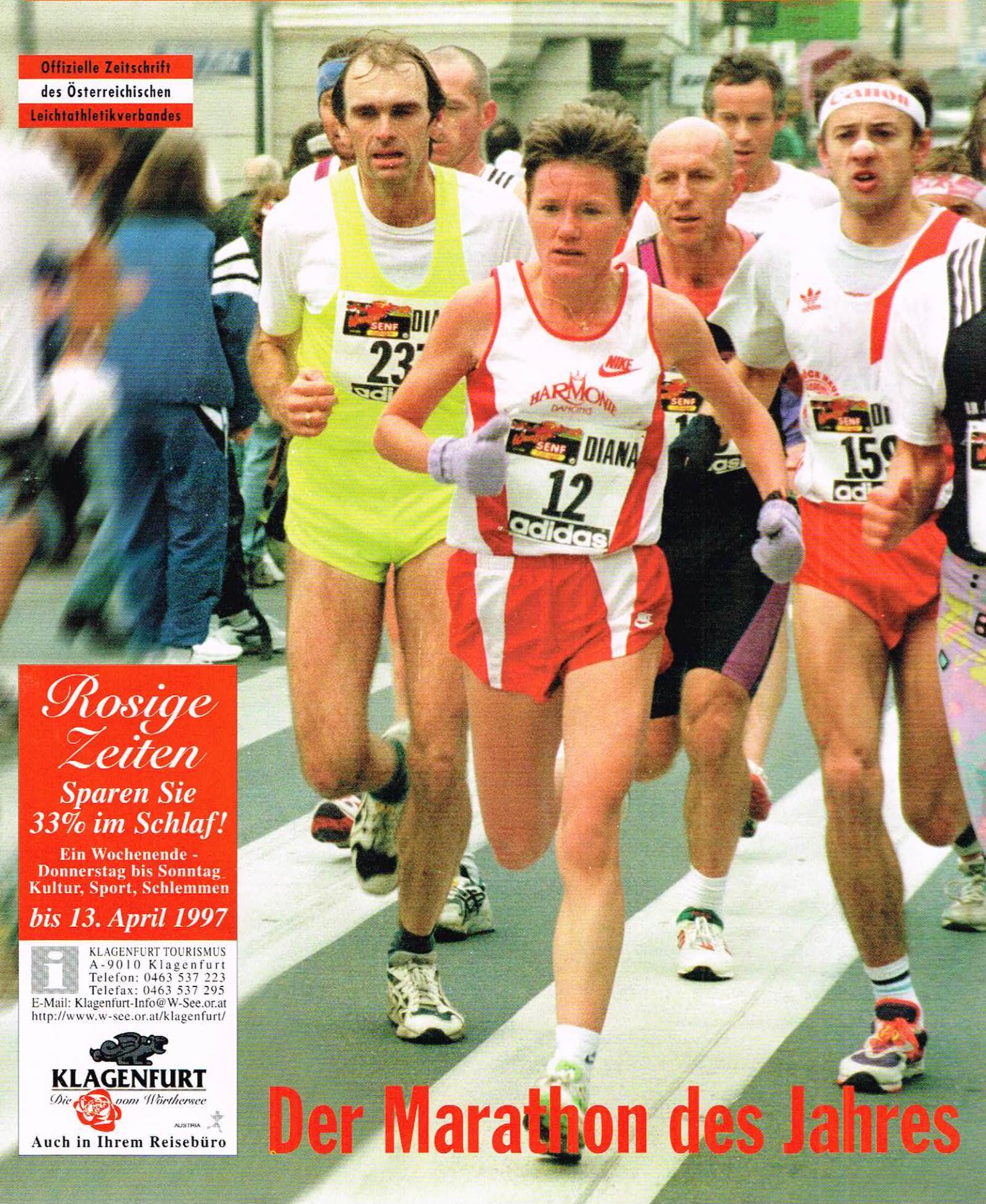
NUMMER 9 / 96 • DEZEMBER

ÖS 45,- / DM 7,- / SFR 6,-

Offizielle Zeitschrift

des Österreichischen

Leichtathletikverbandes



*Rosige
Zeiten*

*Sparen Sie
33% im Schlaf!*

Ein Wochenende -
Donnerstag bis Sonntag.
Kultur, Sport, Schlemmen

bis 13. April 1997



KLAGENFURT TOURISMUS
A-9010 Klagenfurt
Telefon: 0463 537 223
Telefax: 0463 537 295

E-Mail: Klagenfurt-Info@W-See.or.at
<http://www.w-see.or.at/klagenfurt/>



KLAGENFURT

Die *Wörthersee*



AUSTRIA

Auch in Ihrem Reisebüro

Der Marathon des Jahres

Vom Herausgeber 2

Vom Präsidenten 3

Highlights 4 - 5

National:

Wir über 35 6

Sitzung des Erweiterten ÖLV-Vorstandes 7

Interview mit ÖLV-Schatzmeister Thomas Praxmarer .. 8

Österr. Marathon-Staatsmeisterschaften 8 - 10

Der „Goldene Emil“ 10 - 11



Bild: PLOHE

Landesmeisterschaften der Bundesländer 12 - 13

Telegramm 13 - 14

International:

Altstadt-Adventlauf, Mödling 15



Bild: Herbert Katzianer

25. Lauf „Rund um den Wolfgangsee“ 16 - 18

LEICHTATHLETIK International, Erika Strasser 19

SPARKASSEN Citylauf, Linz 19

New York City Marathon 20

Kampuslauf, Purgstall 20

Die Wagnerianer 21

Buchtips 21

Telegramm 22 - 23

Trainer-Rat:

Step by Step - Erfolgreiches Grundlagentraining 24

Forum:

Service 25

Personelles 25

Meinungen 25

Ländermix 26 - 27

Impressum 28

Life:

Joggen fürs Vanillekipferl 28

Unsere Küchenchefin empfiehlt 29

Vorschau 31

Vom Herausgeber

Als Olympiade bezeichnet man die Zeitspanne von vier Jahren zwischen zwei Olympischen Spielen. Die Zeitschrift **LEICHTATHLETIK** hat ihre erste Olympiade hinter sich gebracht: Seit den Olympischen Spielen in Barcelona 1992 gibt es die **LEICHTATHLETIK** als die Zeitschrift für Leichtathleten und Läufer in Österreich. Ob wir mit Ende des Jahres 1996 eine erfolgreiche Olympiade feiern dürfen, mußt Du als Leser beurteilen. Vielleicht hast Du zwischen den Feiertagen einmal Zeit und schreibst uns ein paar Zeilen. Kritik, Lob, Anregungen - wir sind darauf gespannt.



Wenig Erfreuliches habe ich leider auch zu berichten: Wir müssen den Preis der **LEICHTATHLETIK** anheben. Drei Jahre lang lag der Abo-Preis bei S 320.- und der Einzelverkaufspreis bei S 45.-. Ab 1997 müssen wir um S 5.- pro Heft erhöhen; den Abo-Preis auf S 360.- (bzw. Ausland S 460.-). Der Grund liegt - neben der allgemeinen Teuerung - insbesondere im stark gestiegenen Papierpreis. Ich danke im voraus für Dein Verständnis.

Zum Schluß eine persönliche Einladung: Ich fliege im Februar (15. - 23. 2. 97) mit einer Gruppe von Läufern und Joggern zu einem Trainingslager nach Florida. (Details siehe bitte Seite 2 unserer letzten Ausgabe). Wenn auch Du mitfliegen möchtest (Kostenpunkt S 11.950.-), melde Dich bitte rasch (bis 25. Dezember!) bei RUNNER's unlimited (Tel. 0222/7988444). Ich würde mich freuen, mit Dir im Feber am Sandstrand von Miami den einen oder anderen Kilometer herunterzuspulen.

Dr. CHRISTOPH MICHELIC
Herausgeber

P.S.: Noch zur Beachtung: Für alles, was nicht die Redaktion betrifft, also insbesondere für Abo-Bestellungen, Adreßverwaltung, Inserate (beachte bitte den Rabatt von 50 % für LA-Veranstaltungsankündigungen!) bin ich zuständig: Christoph Michelic, Rosenthalgasse 3, 1140 Wien, Tel./Fax 0222/9119876.

P.P.S.: Dem Chefredakteur unserer **LEICHTATHLETIK** gratuliere ich herzlich: Kurt Brunbauer wurde am 5. Dezember von Funktionären, Trainern und Sportlern zum besten LA-Journalisten Österreichs gewählt.



Titelbild:
Kurt Brunbauer

Marathon-Staatsmeisterschaften in Klagenfurt: Titel für Anna HADERER

Liebe LA-Freunde,



wie Sie auch an anderer Stelle lesen können, haben wir trotz wesentlich geringerer Einnahmen ein ordentliches Budget für 1997 auf die Beine gestellt. Wobei das wirklich Sensationelle daran ist, daß die Opfer von allen, vor allem von den Landesverbänden, akzeptiert wurden. Daß es auch im sportlichen Bereich Einschnitte gibt, tut natürlich weh, aber hier werden wir durch andere Akzentsetzung so agieren, daß eine weitere Entwicklung des Spitzenbereichs gesichert ist.

Wir haben berechnete Hoffnung, unsere Einnahmen für das nächste Jahr noch deutlich zu steigern. Dieses Geld wird dann ausschließlich dem Sportbereich direkt zufließen. Das jetzige Budget basiert auf derzeit gesicherten Einnahmen! Der Verband ist zwar arm, aber sicher kein Pleiteverein, wie uns der „Kurier“ gerne betitelt. Ich wünsche mir, daß alle Ver-

bände und Vereine ebenfalls die Grundsätze des ordentlichen Kaufmannes beherzigen.

Vor einigen Wochen haben wir den VIP-Leichtathletik-Club endgültig installiert. Die Sache lief ganz hervorragend an. Die Gattin des Bundeskanzlers, Christine Vranitzky, hat sozusagen die Patenschaft übernommen, und schon heute gehören dem Club 20 Persönlichkeiten aus Politik und Wirtschaft an. Im Laufe des nächsten Jahres wollen wir mindestens weitere 50 Mitglieder akquirieren, wobei uns die Budgetaufbesserung - die Mitgliedschaft kostet pro Jahr 10.000 Schilling - gut tut. Genauso wichtig ist uns, daß viele der Mitglieder direkt an den Schalthebeln in Politik und Wirtschaft sitzen und uns bei der Lösung vieler Probleme Hilfestellung geben können. Was viel mehr wert sein kann, als der Geldbetrag, mit dem sie uns helfen.



*EIN CLUB und seine VIP's. Gäste des Leichtathletikverbandes.
Bild: PLOHE*

Präsentiert wurde der VIP-Club am 5. Dezember bei einer Leichtathletik-Galanacht, an der auch Bundeskanzler Franz Vranitzky teilnahm und bei der der Verband offiziell seinen Dank an Theresia Kiesel abstattete. Erstmals wurde der Goldene Emil (nach Emil Zatopek) an die besten Athleten, Funktionäre, Kampfrichter und Leichtathletik-Journalisten verliehen.

Bei dieser Gelegenheit präsentierten wir unsere CD-ROM, auf der alle Daten, über die wir verfügen, gespeichert sind. Eine adidas-Modeschau rundete das Programm ab, durch das ORF-Mann Manfred Payrhuber führte. Die Leute, die von solchen Veranstaltungen, die ich für das Image eines Verbandes wichtig erachte, nichts halten, kann ich beruhigen: Die Kosten trug unser langjähriger Hauptsponsor DIE ERSTE Österreichische Spar-Casse, der ich auf diesem Weg für die großartige Unterstützung danken möchte - sie hat ihr Engagement ja bekanntlich mit dem heurigen Jahr beendet. Dieser Abschied ist schmerzlich, aber ohne Bitternis.

Freundliche Grüße

HELMUT DONNER
ÖLV-Präsident

LEICHTATHLETIK

gibt es in diesen Geschäften:

NIEDERÖSTERREICH:

Laufprofi

Grazer Straße 93
A-2700 Wiener Neustadt
Tel. 02622/24879

OBERÖSTERREICH:

Josef Gebhartl

Tabak-Trafik
Wienerstraße 378a
A-4030 Linz
Tel. 0732/311423

Waltraud Perchthaler

Tabak-Trafik
Hamoderstraße 4
A-4020 Linz
Tel. 0732/348342

Sport Christian

Neugasse 2
A-4910 Ried/1.
Tel. 07752/81000

STEIERMARK:

LOTTO-TOTO Jakomini

Norbert Spitzer
Jakominiplatz 17
A-8020 Graz
Tel. 0316/826084

WIEN:

Laufsport Blutsch

Linienstraße 24
A-1060 Wien
Tel. 0222/5970640

My Runners World

Kirchengasse 18
A-1070 Wien
Tel. 0222/5262474

RLS Sport

Josef-Palme Platz 3
A-1140 Wien
Tel. 0222/9797106

Sport Konrath

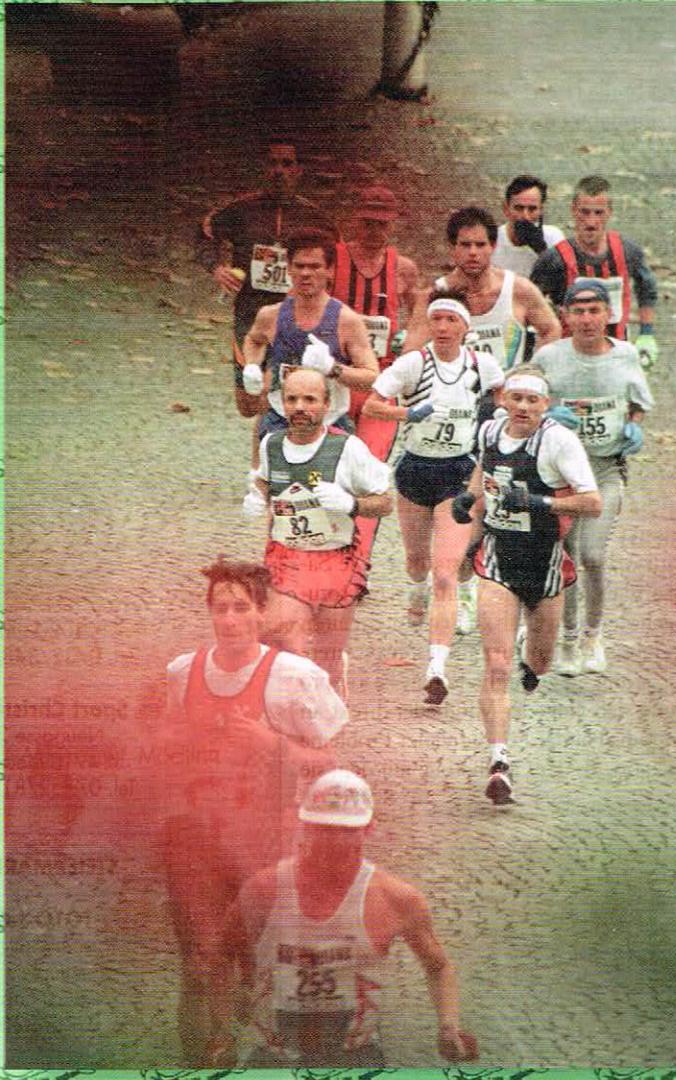
Schlachthausgasse 18
A-1030 Wien
Tel. 0222/7101468

Tony's Laufshop

Praterstraße 21
A-1020 Wien
Tel. 0222/2166288

Vienna City Marathon Running Shop

Favoritenstraße 76
A-1100 Wien
Tel./Fax 0222/6043324



B
I
L
D
E
R
S
P
O
R
T



Bilder: Kurt Brunbauer



S
P
O
R
T
B
I
L
D
E
R



Wir über 35 • Wir über 35 • Wir über 35

Rück- und Vor-Ausblick

Bereits voll eingearbeitet, gab es im zweiten Jahr meiner Tätigkeit besonders viel zu erledigen.

Da waren einmal zwei Urgenzen auf internationaler Ebene, die letztlich zwei verdiente Medaillen für Österreich brachten. Wie in einer früheren Ausgabe von Ewald Schaffer berichtet, wurden Franz Gattermann, Alois Puchner und Gustav Undeutsch bei den Straßenlauf-Weltmeisterschaften in Brügge um eine Mannschaftsmedaille geprellt, da man plötzlich fünf Athleten für die Mannschaftswertung heranzog, obwohl die Ausschreibung lediglich drei vorsah. Nachdem ich dieses Problem in Malmö vorgetragen hatte, wurde das Ergebnis korrigiert und die Österreicher bekamen die ihnen zustehende Silbermedaille.

Ebenso am grünen Tisch mußte ich die Medaille für Heinz Harre erkämpfen, der im Weight-Pentathlon bei den Europameisterschaften in Malmö fälschlich als Vierter aufschien, jetzt aber im offiziellen Ergebnisbericht als Dritter gereiht ist.

Ich danke besonders Ewald Schaffer, der in diesem Jahr das Straßenlaufreferat übernommen und mich so in meiner Arbeit wesentlich unterstützt hat. Er, selbst Teilnehmer an zahlreichen Straßenlaufbewerben und Verfas-

ser der Seniorenbestenliste, ist natürlich ein viel besserer Kenner der Straßenlaufthematik als ich.

Zu Dank verpflichtet bin ich vor allem dem ÖLV-Sekretariat, das mich in allen Seniorenfragen stets mit Rat und Tat bestens unterstützte, und den vielen Organisatoren von Seniorenveranstaltungen. Ich weiß: Es ist nicht immer leicht mit den „Alten“. Bleibende Eindrücke hinterließen die Österreichischen Seniorenmeisterschaften in Wels. Für den einzigen Wermutstropfen, die Altersfaktoren, sorgte das Seniorenreferat. Keine Angst! Im nächsten Jahr wird es sie nicht mehr geben - die Faktoren.

Angetan hat es mir der Mannschaftsgeist in Malmö, beginnend mit der gemeinsamen Flugreise und Unterkunft bis hin zum lautstarken Anfeuern aller österreichischen Teilnehmer. Positiv ist zu werten, daß sich gerade bei internationalen Veranstaltungen neben gewisser Professionalität ein einfaches Dabeisein vermehrt.

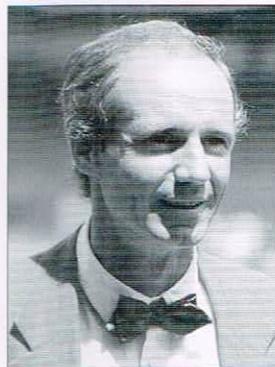
1997 hat schon begonnen

- Vom 28. Februar bis 2. März finden die ersten Europäischen Senioren-Hallenmeisterschaften in Birmingham statt, zu denen es jetzt doch eine Gemeinschaftsreise gibt.

Alle, die sich gemeldet haben, erhalten das Reiseangebot schriftlich.

- Der nächste internationale Termin ist der 31. Mai / 1. Juni: Straßenlauf-Europameisterschaften in Den Haag.
- Die Österreichischen Seniorenmeisterschaften finden am 7./8. Juni am Cricket-Platz in Wien statt.
- Der absolute, internationale Höhepunkt folgt von 16. bis 27. Juli in Durban, Südafrika, mit den Senioren-Weltmeisterschaften.

Danke allen, die mir Post zukommen ließen, und sei es nur Kritik. Wo gearbeitet wird, entstehen eben Fehler.



HEINZ EIDENBERGER
ÖLV-Seniorenreferent



Bild: PLOHE

EINE VON UNS:

Karoline Käfer

(KLC, Jg. 54 / AK 40)

Und sie läuft und läuft und läuft...

Warum tut sie sich denn das noch an? Ist sie nicht schon genug gelaufen? Was will sie denn? Solche oder ähnliche Fragen hört Karoline Käfer immer wieder aus dem Munde Junger. Bevor diese Fragen beantwortet werden, möchte ich kurz die wichtigsten Stationen der Kärntnerin ins Gedächtnis zurückrufen:
1968 mit 12,0 sek und ÖLV-Jugendrekord über 100 m Start in die Leichtathletik.
1972 bei den Olympischen Spielen in München über 200 und 400 m im Zwischenlauf.
1977 Jahres-Weltbestleistung und bis heute bestehender Rekord über 400 m: 50,62 sek.
1978 Bronze bei der Hallen-EM über 400 m und ÖLV-Rekord über 200 m (23,09 sek).

1983 Beendigung der internationalen Karriere bei der Hallen-EM in Budapest (5. Platz).

Einberufungen in die Europaauswahl für den Weltcup.

Ja und die Karoline gibt es auf der nationalen Bühne noch immer. Sie weiß natürlich, daß im Alter die Sprintfähigkeit nachläßt, aber sie möchte sich fit halten und lief aus Freude an der Bewegung inzwischen auch einen Marathon. Bei Seniorenmeisterschaften ist sie abonniert auf den 1.500-Meter-Titel.

Und warum jetzt wirklich das alles?

1. Um der Jugend zu zeigen, daß man auch im Alter entsprechende Leistungen bringen kann.
2. Viele Talente können Rückschläge, gleich welcher Art, nicht überwinden und gehen so dem Sport verloren.
3. Den Senioren zeigen, daß Leistungen nicht altersbedingt sind, sondern von der Motivation abhängen.
4. Auch im Spitzensport verschiebt sich die Alterspyramide immer weiter nach oben.

HEINZ EIDENBERGER

Solidaritätsoffer selbst von den Angestellten

LINZ. „Wir bewegen uns auf sicherem Eis.“ Thomas Praxmarer, Schatzmeister des Österreichischen Leichtathletik-Verbandes, legte mit diesen Worten dem Erweiterten ÖLV-Vorstand in Linz ein 9-Millionen-Schilling-Sparbudget für 1997 vor. Es ist um drei Millionen kleiner als jenes im Olympiajahr.

Von Schätzen hat der Schatzmeister noch nichts bemerkt, geschweige denn, welche verwaltet zu gehabt. Seit März im Amt, glaubt Praxmarer, die Zeichen der Zeit rechtzeitig erkannt zu haben: „Würden wir nicht gegensteuern, es könnte kritisch werden.“ ÖLV-Präsident Helmut Donner: „Wir sind gewillt, diesen Finanzplan durchzuziehen und ihn in keinem Punkt abzuändern.“ Abstriche mußten alle machen. Von Angestellten des Verbandes, die auf einen Biennalsprung verzichten, über die Totogelder hergebenden Landesverbände bis hin zu den Sportlern. Sie bekommen weniger Trainingsförderung. An Fahrtzuschüssen wird allgemein gespart.

Aufwand und Nutzen stünden ohnehin oft in einem Mißverhältnis, analysierte Sportdirektor Werner Trelenberg das letztjährige internationale Abschneiden der österreichischen Athleten. Und weiter kritisch: „Wer besser sein will als andere, muß als erstes besser trainieren.“ Erfolge würden privatisiert, Mißerfolge kollektiviert. Trelenberg meinte Theresia Kiesls Medaillengewinn von Atlanta, den die Allgemeinheit ihrer persönlichen Initiative zuschreibt. Andererseits müsse der ÖLV mit dem Vorwurf vom versagenden Rest des Olympiateams leben. Künftig wird man von bereits qualifizierten Athleten vor Großereignissen Pflichtstarts verlangen: „Es darf nicht mehr vorkommen, daß jemand, nachdem er das Limit geschafft hat, wochenlang keinen Wettkampf bestreitet.“

Das Programm der Staatsmeisterschaften soll künftig auf zwei Tage konzentriert werden. Die Freitagbewerbe will man auf Samstag und Sonntag aufteilen. Beschlossen wird das im März beim Verbandstag.

Das Interview

mit ÖLV-Schatzmeister
THOMAS PRAXMARER



Mit dem Tiroler, der auch Präsident des Landesverbandes ist, sprach Chefredakteur KURT BRUNBAUER.

LEICHTATHLETIK: Sie haben ihr Sparbudget durchgebracht. Zufrieden?

Praxmarer: Die Vernunft hat gesiegt. Der bestehende Apparat wird damit nicht zer schlagen.

LEICHTATHLETIK: Nächstes Jahr stehen 9 statt heuer 12 Millionen Schilling zur Verfügung. Das wurde widerstandslos akzeptiert?

Praxmarer: Die Situation ist ernst - war nie dramatisch. „Blockierer“ waren die Landesverbände. Klar, daß jeder Landespräsident seinen Bereich hart verteidigt. Man hat verstanden, daß nicht mehr ausgegeben werden kann, als eingenommen wird.

LEICHTATHLETIK: 9 statt 12 Millionen: Ein Viertel weniger als das bisherige Budget. Wie kommt so ein Einsparungspotential zustande?

Praxmarer: Das Budget in einer Olympiasaison ist ungleich höher als in „normalen“ Jahren. So gesehen beträgt die Einsparung nicht wirklich 3 Millionen. Das Ziel erreichen geholfen haben viele. Der kleine Angestellte im ÖLV-Sekretariat wie der Sportler auf der Laufbahn.

LEICHTATHLETIK: Wie sieht die finanzielle Zukunft des Verbandes aus?

Praxmarer: Gewinnen wir einen Sponsor, kommt das Geld sofort in den Sportbetrieb. Ansonsten müssen wir auf diesem Level weitertun.

LAUFSPORT

BLUTSCH

Liniengasse 24
1060 Wien



Tel.
5970640

**Laufschuhkauf mittels
Computermeßanlage
(einzigartig in Österreich!)**

Superangebote von MIZUNO!

◆ Spike MIZUNO New Surge

Spike mit leichtem
Dämpfungskeil für alle
Disziplinen

statt 999,-

jetzt nur **598,-**

◆ MIZUNO Phantom

Sehr leichter Trainings- u.
Wettkampfschuh für die
Straße

statt 1.199,-

jetzt nur **698,-**

MIZUNO -

Kapuzensweater nur 398,-

Halbzipp-Sweater nur 398,-

Jogginghosen nur 199,-

Bermudashorts nur 149,-

LAUFSPORT

BLUTSCH

Liniengasse 24
1060 Wien



Tel.
5970640

Die Legende über die Klagenfurter Stadtgründung berichtet von einem sumpfigen Gebiet, in dem ein riesiger Lindwurm hauste. An der geschichtlichen Stelle jener Furt über die Glan

tummelten sich am Nationalfeiertag insgesamt 779 Ausdauerkämpfer, 148 Herren und 23 Damen besiegten bei den Staatsmeisterschaften das Ungeheuer „Marathon“.



Österreichische Marathon-Staatsmeisterschaften:

Sagenhaftes vom Wörthersee

**Ohne Wurm, mit Chip
Alt wie i bin, muß i mi beeilen
Fast ein Selbstmord**

UM HÄUSER überlegener (M)ELK-Mann
Max WENISCH.
Bild: Kurt Brunbauer

KLAGENFURT. Wo ist der Lindwurm? Am Neuen Platz verdeckt ein Plakathaus den Platz der 3-Jahres-Renovierungsbaustelle. Am antiken Stein nagte der Zahn der Zeit. Die heutige Zeit ist, rein sport- und -technisch gesehen, eine moderne. Ein Chip feierte Meisterschaftspremiere und lieferte den Marathon-Staatsmeistern wahre Fabelzeiten: 2:13:49 und 2:39:22 Stunden. Max Wenisch (HSV Melk) und Anna Haderer (IGLA Harmonie) zeichneten dafür verantwortlich. Solche Zeiten sind in der Laufnation seit Jahren nicht mehr notiert worden.

Die Überlegenheit des Super-Langstreckenduos spiegelte sich in mehr als zehn Minuten Abstand auf die Nächsten wider.

Ein Gag war der vorwärtlaufende Weltrekordler im Rückwärtsmarathon, allersportlichsten Wert hatte die Klasseleistung des alleine an der Spitze laufenden Max Wenisch. Vielleicht war seine NÖLV-Bestmarke sogar Weltrekord im Alleinelaufen.

Über 2:22 Stunden hatte sich der Busfahrer per pedes in lediglich zwei Jahren auf 2:17, dann 2:15 und nun, im fünften Marathon, auf 2:13:49 gesteigert. „Alt wie i bin, muß i mi beeilen“, lachte der 35jährige, vierfache Familienvater im Ziel. „Zwei Minuten schneller als beim Wien-Marathon! Das wär' das Olympialimit gewesen“, hoffte Wenisch auf Anrechnung der Klagenfurter-Zeit für einen Weltmeisterschaftsstart im nächsten Jahr. Mittlerweile gab der ÖLV dafür grünes Licht.

Kastendenken eines Favoriten

„So eine Zeit kann in Österreich außer mir im Augenblick vermutlich niemand laufen“, fegte Wenisch die Frage eines Fernsehreporters nach nicht anwesenden Konkurrenten mit einem Satz von der Straße. Wie der Straßenkehrer ein Stück weiter die weggeworfenen Trinkbecher.

Eine solche Leistung im Alleingang (Kilometerschnitt: 3:10 min!) zu vollbringen, ist vor allem Denksport. Zuhause hätte er auf einem Kasten seit Wochen den Streckenplan aufgelegt. Auf einem anderen Kastl wäre ein Zettel mit den Abschnittzeiten gelegen, erklärte Wenisch die Methode. Jedesmal vorbeigehen, einen Blick auf die Unterlagen geworfen, verschmolzen die Papiere für den Tag X zum Marschplan. Die Tempo jagd war programmiert, „ich hatte jeden Kilometer auf die Sekunde im Kopf“.

Bei der Umsetzung im Rennen half Trainer Ulrich Swoboda, der den Titelverteidiger radelnderweise begleitete. Was an sich nicht erlaubt ist, fand die Zustimmung des Technischen ÖLV-Delegierten Hannes Gruber. Weil die offiziellen Begleitfahrzeuge vor engen Passagen und Hausdurchfahrten von der Strecke abbogen, blieb dem einsamen Spitzenläufer ein Führungstal. Das fehlte den - abgeschlagenen - Verfolgern Christian Kemmlinger, Egon Schmalzer und Manfred Gigl, die nach etwa acht Kilometern prompt vom rechten Weg abkamen und einige hundert Meter zurücklaufen mußten. Kemmlinger

gab danach entnervt auf, Schmalzer (LG AU Pregarten) erkämpfte sich als Vize-Meister hinter Wenisch die oberösterreichische Landesmeisterschaft (2:25:27 Std.) - und fluchte dennoch: „Da trainierst' vier Monate drauf hin, dann mußst wegen so an Blödsinn den Landesrekord vergessen. 2:22 Stunden wären drinnen gewesen!“ Zweimal hatte ihn ein Auto auf der Straße geschnitten, auf der die Läufer Vorrang haben sollten. Wiens Meister, der Steirer Gigl (LCC / 2:25:53 Std.), beklagte als Dritter ähnliches.

„So ein Marathon is' nix für mich“

„Des kost' di fast das Leben, na auf'n Gschmack hat mi des net bracht, so ein Marathon gleicht fast einem Selbstmord.“ Anna Haderer gab das von sich, sie hatte sich gerade den Staatsmeistertitel über die 42,195 Kilometer geholt. Und das bei ihrer Premiere, noch nie zuvor war die Athletin einen Marathon gelaufen. Ihre Zeit, 2:39:22 Stunden, war zugleich oberösterreichische Bestmarke. Ihr Titel, der dritte in diesem Jahr, nach 10.000 Meter und Halbmarathon. Die „wahnsinnige Erfahrung“, einmal an die körperlichen Grenzen gelangt zu sein, spürte sie ab Kilometer 35. Von da an war nur mehr ein Gedanke da: „Jedenfalls heimkommen“.

Margarete Hader (Union Waidhofen/Tibb) brachte den zweiten Platz (2:50:43 Std.) ungefährdet ins Ziel.

KURT BRUNBAUER



ZEHN SEKUNDEN trennten am Ende Karoline DOHR (links) von Elisabeth SINGER und Platz drei. Bild: Kurt Brunbauer

Es ist einmal...

Damit fangen keine Märchen an. Karoline Käfer, die Ex-Weltklasesprinterin, ist beim Marathon angelangt. Und wurde im ersten Anlauf Kärntner Meisterin. Da hat sie nun alle Titel von 100 Meter aufwärts gewonnen. „Allzuviel hab i net trainiert, so um die 50 Kilometer in der Woche, aber der Marathon heut, hat mi peckt.“ Den nächsten laufe sie im Frühling in Wien, das sei fix, ordentlich vorbereitet, kündigte die 42jährige neue Taten an.

Ihren ersten Landesmeistertitel gewann sie als 14jährige unter dem Mädchennamen Steringer über 100 Meter: Wegen der Jugendschutzbestimmungen durfte sie damals noch keine 200 Meter laufen. Wann das war? „1968“. „Da war i no gar net auf der Welt...“ staunte die junge Laufkollegin an Käfers Seite.

Österreichische Marathon-Staatsmeisterschaften und -Seniorenspiele, 26. Oktober, Klagenfurt

2 Grad, Hochnebel
MÄNNER:

1. Max Wenisch (HSV Melk) 2:13:49 (NÖLV-Bestleistung), 2. Egon Schmalzer (LG AU Pregarten) 2:25:27, 3. Manfred Gigl (LCC Wien) 2:25:53, 4. Niklas Kröhn (LCAV doubrava) 2:28:25, 5. Norbert Busl (SV Marswiese) 2:28:39, 6. Franz Gattermann (LAG Ried) 2:28:52.

AK 35:

1. Max Wenisch (HSV Melk) 2:13:49 (NÖLV-Bestleistung), 2. Egon Schmalzer (LG AU Pregarten) 2:25:27, 3. Hans Sostaric (SC Kappel) 2:29:31.

Nudel is net Nudel

Jeder Marathon hat heutzutage seine Party. Alle Welt kredenzt vorabendlich Spaghetti, eine Weltstadt Kaiserschmarren, Klagenfurt ist ganz anders: Kärntner Kasnudeln empfiehlt Läufer-Koch Manfred Schrottenbach. Dabei sag' ja nicht, daß Nudel gleich Nudel ist, sonst boxt dich der Tiger. Joe Pachler, Ex-Europameister im Boxen und Läufer aus Passion, gesteht, noch nie so nervös vor einem Marathon gewesen zu sein: „Mein Heimrennen, muß wissen.“ Ausdauernd erklärt Rita Graf, Mutter der Mittelsreckenmeisterin Stephanie, die Kasnudeln: „Mit Kartoffel und Topfen gefüllte Teigtaschen und, darauf kommt's an, Nudelminze (nicht Pfefferminze) und Keferfil (Kerbelkraut)“. Aha, darin liegt der Unterschied zum roten Sugo, denkt der Nudelbause.

Ein Zelt voll Fröhlichkeit und guter Laune stört kein Sammelnder. „Bitte eine Spende für das Rote Kreuz.“ „Der hat keine offizielle Liste!“, erkennt Markus Geiger, der Österreichische Stafelmeister vom KLC mit detektivischem Blick. Anruf in der Samariterzentrale: Unsere Leute haben eine Büchse. „Raus mit dir!“ befahl Geiger dem Gaumer den Abgang, der damit, schneller als er schauen konnte, als „Der Mann ohne Eigenschaften“ vor dem Zelt stand. So hieß auch das Hauptwerk des Klagenfurter Schriftstellers Robert Musil.

AK 40:

1. Franz Gattermann (LAG Ried) 2:28:52, 2. Martin Köhler (ULC profi Weinland) 2:35:16, 3. Rudolf Kranawitter (ASV Salzburg) 2:37:17.

AK 45:

1. Ernst Schnell (ULC Mödling) 2:38:15, 2. Johann Sommerhuber (Tyrolia Jaritzberg) 2:40:03, 3. Erwin Lindenthal (Naturfreunde St. Pölten) 2:48:57.

AK 50:

1. Johann Horner (ASKÖ Luftenberg) 2:56:46, 2. Heinz Tiefengraber (ULC Road Runners) 2:56:47, 3. Walter Kurz (Polizei SV Leoben) 3:07:34.

AK 55:

1. Alfred Schenner (Tyrolia Wien) 2:56:49, 2. Robert Schmitt (Cricket) 2:58:00, 3. Gerald Schupka (Tyrolia Wien) 3:03:35.

AK 60:

1. Rudolf Zelenka (Naturfreunde St. Pölten) 3:45:18.

AK 65:

1. Paul Steckholzer (Tyrolia Wien) 4:51:50.

MANNSCHAFT:

1. HSV Melk (Max Wenisch, Alois Redl, Wolfgang Strauß) 7:14:56, 2. LCC Wien (Manfred Gigl, Michael Klapil, Gerald Kozak) 7:30:35, 3. LG AU Pregarten (Egon Schmalzer, Max Springer, Roland Froschauer) 7:31:41.

FRAUEN:

1. Anna Haderer (IGLA Harmonie) 2:39:22 (OÖLV-Bestleistung), 2. Margarete Haider (U. Waidhofen/Y.) 2:50:43, 3. Elisabeth Singer (U. RAIKA Lienz) 2:56:16, 4. Karoline Dohr (TUS Kainach) 2:56:26, 5. Birgit Andorfer (ASV Salzburg) 2:59:51, 6. Monika Stagg (ASV Salzburg) 3:04:48.

AK 35:

1. Karoline Dohr (TUS Kainach) 2:56:26, 2. Theresia Schweighofer (LCA umdasch Amstetten) 3:19:02, 3. Rosalinde Passegger (LAC Klagenfurt) 3:23:55.

AK 40:

1. Karoline Käfer (KLC) 3:19:47, 2. Therese Jahrl (Tyrolia Wien) 3:28:51.

AK 45:

1. Monika Stagg (ASV Salzburg) 3:04:48, 2. Edelfraud Schneider (Tyrolia Jaritzberg) 3:24:02, 3. Brigitte Fahrngruber (ASKÖ Spk. Hainfeld) 3:36:55.

AK 55:

1. Margit Waldbrunner (Cricket) 3:08:17.

MANNSCHAFT:

1. LAC Klagenfurt (Rosalinde Passegger, Doris Puschkmann, Christine Puschkmann) 10:53:04.

KLV-Landesmeisterschaften:

MÄNNER:

1. Hans Sostaric (SC Kappel) 2:29:31, 2. Bernhard Santner (ASKÖ Villach) 2:34:41, 3. Hermann Gruber (ASKÖ Villach) 2:37:00.

MANNSCHAFT:

VST Völkermarkt (Oswald Wrienz, Peter Stuck, Michael Mistelbauer) 8:11:28.

FRAUEN:

1. Karoline Käfer (KLC) 3:19:47, 2. Rosalinde Passegger (LAC Klagenfurt) 3:23:55, 3. Doris Puschkmann (LAC Klagenfurt) 3:34:08.

MANNSCHAFT:

1. LAC Klagenfurt (Rosalinde Passegger, Doris Puschkmann, Christine Puschkmann) 10:53:04.

NÖLV-Landesmeisterschaften:

MÄNNER:

1. Max Wenisch (HSV Melk, 1. AK II) 2:13:49 (NÖLV-Bestleistung), 2. Alois Redl (HSV Melk) 2:30:11, 3. Wolfgang Strauss (HSV Melk) 2:30:56.

AK II:

Martin Köhler (ULC profi Weinland) 2:35:16.

AK III:

Ernst Schnell (ULC Mödling) 2:38:15.

MANNSCHAFT:

1. HSV Melk (Max Wenisch, Alois Redl, Wolfgang Strauß) 7:14:56.

FRAUEN:

1. Margarete Haider (U. Waidhofen/Y.) 2:50:43, 2. Mira Kubickova (TVN St. Pölten) 3:13:48, 3. Theresia Schweighofer (LCA umdasch Amstetten, 1. AK I) 3:19:02.

OÖLV-Landesmeisterschaften:

MÄNNER:

1. Egon Schmalzer (LG AU Pregarten) 2:25:27, 2. Niklas Kröhn (LCAV doubrava) 2:28:25, 3. Franz Gattermann (LAG Ried) 2:28:52.

MANNSCHAFT:

LG AU Pregarten (Egon Schmalzer, Max Springer, Roland Froschauer) 7:31:41.

FRAUEN:

1. Anna Haderer (IGLA Harmonie) 2:39:22 (OÖLV-Bestleistung), 2. Hildegard Helml (LAG Ried) 3:16:02, 3. Judith Zöbl (LCAV doubrava) 4:10:50.

StLV-Landesmeisterschaften:

MÄNNER:

1. Alfred Forsthuber (LTC Raiffeisen Graz) 2:30:35,
2. Reinhard Ramminger (TUS Feldbach) 2:37:53,
3. Karl Arthur Karner (Kapfenberger SV) 2:38:57.

MANNSCHAFT:

Tyrolia Jaritzberg (Siegfried Eckhart, Johann Sommerhuber, Peter Hadler) 8:08:17.

FRAUEN:

1. Karoline Dohr (TUS Kainach) 2:56:26, 2. Edeltraud Schneider (Tyrolia Jaritzberg) 3:24:02.

WLV-Landesmeisterschaften:

MÄNNER:

1. Manfred Gigl (LCC Wien) 2:25:53, 2. Norbert Busl (SV Marswiese) 2:28:39, 3. Michael Klapil (LCC Wien) 2:30:55.

MANNSCHAFT:

LCC Wien (Manfred Gigl, Michael Klapil, Gerald Kozak) 7:30:35.

FRAUEN:

1. Margit Waldbrunner (Cricket) 3:08:17, 2. Elisabeth Schupka (Tyrolia Wien) 3:25:06, 3. Therese Jahrl (Tyrolia Wien) 3:28:51.

Volkslauf:

MÄNNER (12 km):

1. Wolfgang Maurer (LC Heraklith Villach) 39:57,
2. Klaus Melcher (LC Heraklith Villach, 1. AK 30) 41:16, 3. Jozse Mori (SLO, 2. AK 30) 43:33.

AK 40:

Wolfgang Hribernig (VST Völkermarkt) 44:00.



Bild: Kurt Brunbauer

AK 50:

Franz Kienberger (WSG Radenthein) 51:01.

AK 60:

Hans Plajer (Triathlon Union) 1:02:26.

JUNIOREN:

Martin Telsnig (WSG Radenthein) 47:59.

JUGEND (6 km):

Nils Wieser (KLC) 22:34.

SCHÜLER:

Daniel Müller (DSG Maria Elend) 25:53.

FRAUEN (12 km):

1. Astrid Jannig (Klagenfurt, 1. AK 30) 52:35, 2. Margaretha Neuböck (ALC Wels, 2. AK 30) 53:20, 3. Sylvia Walden (Wien, 3. AK 30) 55:29.

AK 40:

Karina Kotschnigg (SV Faakersee) 1:10:09.

AK 50:

Erika Gamper (WSG Radenthein) 59:46.

SCHÜLER (6 km):

Natascha Landauer (KLC) 27:36.

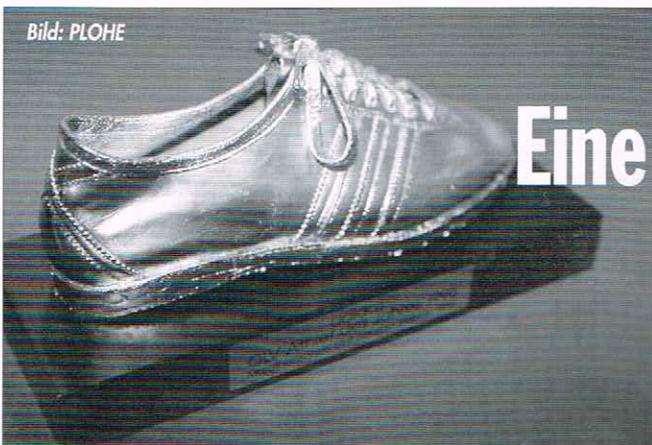


Bild: PLOHE

Eine Trophäe namens Emil

Gala mit Persönlichkeiten:

Von Bauma & Zatopek bis Kiesel & Weidlinger

WIEN. Die Initiative, heimische Leichtathletikpersönlichkeiten des Jahres 1996 zu ehren, ging vom neuen VIP-Club des ÖLV aus. IAAF-Präsident Primo Nebiolo ist das bislang prominenteste Mitglied. Am 5. Dezember fand im Rahmen einer großen Gala im Spiegelsaal des Haus des Sports in Wien die Verleihung des „Goldenen Emil“ statt. Die Trophäe, seinen in Gold gegossenen **adidas** Marathon-Olympiaschuh von 1952, übergab die Lauflegende selbst an die Leichtathleten des Jahres, an Österreichs Olympiabronzemedaillegewinnerin Theresia Kiesel und den 18jährigen Braunauer Hindernisläufer Günther Weidlinger.

„Die Leichtathletik hat einen Sprung vorwärts gemacht“, sagte Bundeskanzler Franz Vranitzky, der seine Frau, die Präsidentin des VIP-Clubs ist, entschuldigte. Was aus Sportlern werden kann, könne man an der ehemaligen Fünfkampf-Weltrekordlerin Liese Prokop sehen, meinte Vranitzky zu Niederösterreichs Landeshauptmann-Stellvertreterin. „San's hergrennt?“ fragte der Kanzler die Politikerkollegin im rot-schwarzen Kostüm.



OLYMPISCHE LEGENDEN, Freunde:
Herma BAUMA, Österreich, Emil ZATOPEK, Tschechien.
Bild: PLOHE

Parteiloser ÖOC-Präsident Leo Wallner, der mit Vranitzky und Zatopek die Ehrenpreise an den besten Vereinsfunktionär, den populärsten Kampfrichter, den besten Trainer und besten LA-Journalisten übergab.

Herma Bauma, Österreichs einzige Leichtathletik-Olympiasiegerin der Geschichte (London 1948), plauderte mit ihrer Nachfolgerin als ÖLV-Speerwurfrekordlerin Erika Strasser. Von den großen Südstadt-Damen der 70er Jahre spiegelten neben Prokop Ilona Gusenbauer und Eva Janko Glanz im Saal. Auch gesehen: Inge Aigner, Ernst Soudek, Ulrike Kleindl-Beierl mit Gatten Michael, Rudolf Klaban, Volker Tulzer.



GLEICHKLANG: Bundeskanzler Franz VRANITZKY, ÖLV-Präsident Helmut DONNER.

Für die aktive Athletengeneration war das Treffen mit den Oldies ebenso ein Ereignis. Sabine Kirchmaier und Werner Edler-Muhr, Sonja Spindelhofer und Teddy Steinmayr, Sigrid Kirchmann und Gregor Högler, Stephanie Graf und Max Wenisch, Carina Lilge-Leutner, Anna Haderer und Martin Löbel genossen einen Abend in Partyatmosphäre. Die positivste Meldung: Hindernisläufer Michael Buchleitner ist von langwieriger Krankheit genesen und steht wieder voll im Training. Das Talent des Jahres Günther Weidlinger bekommt seinen Chef zurück. Auf das erste Duell freuen sich der Junge und der Erfahrene.



GOLD DEN SIEGERN. Linkes Bild: Günther WEIDLINGER, Theresia KIESL. Rechts: Trainer Helmut STECHEMESSER, WEIDLINGER, Kampfrichter Bruno GRUBER, ZATOPEK, KIESL, Vereinsfunktionär Ernst GRÖSSINGER, Journalist Kurt BRUNBAUER, BAUMA (von links). Bilder: PLOHE

Österreich hat gewählt

Leichtathlet des Jahres:

1. Günther Weidlinger	ATSV Braumau-Spk.	127 Pkte
2. Christoph Pöstinger	ULC profi Weinland	93
3. Max Wenisch	HSV Melk	84

Leichtathletin des Jahres:

1. Theresia Kiesel	IGLA Harmonie	240 Pkte
2. Stephanie Graf	KLC	57
3. Olivia Wöckinger	ULC Linz-Obb.	45

Trainer des Jahres:

1. Helmut Stechemesser	Trainer von Kiesel, Graf	82 Pkte
2. Peter Bründl	Trainer von Wildner, Walkner	49
3. Heinrich Weidlinger	Trainer seines Sohnes Günther	44

Journalist des Jahres:

1. Kurt Brunbauer	LEICHTATHLETIK	121 Pkte
2. Hans Adrowitzer	Salzburger Nachrichten	52
3. Olaf Brockmann	Kronenzeitung	43

Vereinsfunktionär des Jahres:

1. Ernst Grössinger	U. Salzburg	73 Pkte
2. Horst Almesberger	ULC Linz-Obb.	62
3. Erich Straganz	SV Schwechat	44

Kampfrichter des Jahres:

1. Bruno Gruber	Oberösterreich	60 Pkte
2. Dietmar Kurz	Salzburg	57
3. Wilfried Hämmerle	Vorarlberg	50

VON DER VISITENKARTE ÜBER PROSPEKT, KATALOG, PLAKAT BIS HIN ZUR ZEITUNG: WIR SIND IHRE FÜNFARBEN- UND LACKDRUCKEREI SOWIE IHRE TEXT- UND BILDVERARBEITER!



SATZ & LITHO · DRUCK · WERBESERVICE
A-4810 GMUNDEN, DRUCKEREISTRASSE 4
TEL. 07612/4235-13, HR. MUHR · FAX 4235-91

Landesmeisterschaften der Bundesländer

Niederösterreich

21. Sep. NÖLV-Halbmarathonmeisterschaften, Wels

MÄNNER:

1. Max Wenisch (HSV Melk, 1. AK I) 1:04:09 (ÖLV-Bestleistung), 2. Milan Eror (U. Waidhofen/Y.) 1:07:05, 3. Christian Krenslehner (U. Ardagger) 1:07:11.

AK II:

Martin Köhler (ULC profi Weinland) 1:10:37.

MANNSCHAFT:

HSV Melk (Max Wenisch, Alois Redl, Wolfgang Strauss) 3:23:32.

FRAUEN:

1. Margarete Haider (U. Waidhofen/Y.) 1:19:22, 2. Helene Eidenberger (LCA umdasch Amstetten) 1:23:23, 3. Veronika Kienbichl (SVG Hohe Wand, 1. AK I) 1:23:23, 4. Edith Mayrhofer (LCA umdasch Amstetten, 1. AK II) 1:28:45.

MANNSCHAFT:

LCA umdasch Amstetten (Helene Eidenberger, Edith Mayrhofer, Elfriede Spiegl) 4:22:01.

NÖLV-Vereinscup 1996

1.	SV Schwechat	204.654
2.	ULC Mödling	95.494
3.	ULC profi Weinland	93.114
4.	USKO Melk	55.034
5.	U. St. Pölten	43.703
6.	ULV Krems	42.431
7.	LCA umdasch Amstetten	40.886
8.	ATSV OMV Auersthal	38.920
9.	ATUS Gmünd	33.656
10.	ATSV Ternitz	32.412
11.	ASKÖ Spk. Hainfeld	24.982
12.	U. Waidhofen/Y.	17.010
13.	U. Pottenstein	15.167
14.	ÖTB TV Jahn Baden	12.131
15.	HSV Melk	10.885
16.	ATUS Felixdorf	10.335
17.	LU Schaumann	8.374
18.	ULC Hirtenberg	7.688
19.	ÖTB TV Piesting	7.673
20.	U. Purgstall	6.572
21.	ULC Ardagger	5.261
22.	SVG Hohe Wand	5.192
23.	ULC Horn	2.594
24.	HSV Wr. Neustadt	1.894
25.	TVN St. Pölten	1.524
26.	ASKÖ Waidhofen/Y.	1.498
27.	ATV Wr. Neustadt	1.354
28.	ÖTB LA Baden	1.287
29.	ATV Trumau	1.174
30.	SVSG Lunz/See	912
31.	U. Zwettl	871

Oberösterreich

ÖÖLV-Vereinscup 1996

1.	ULC Linz-Obb.	922,5
2.	ÖTB OO	628
3.	LCAV doubrava	494
4.	ATSV Keli Linz	405
5.	IGLA Harmonie	390
6.	LAG Ried	225
7.	ALC Wels	210,5
8.	Zehnkampf-U.	135
9.	Amateure Steyr	119
10.	ATSV St. Martin/Traun	99,5
11.	TSV Ottensheim	95
12.	LG AU Pregarten	93
13.	U. Naturfabrik Ahorn	83
14.	ULV RAIKA Schlierbach	55,5
15.	U. Schärding	51
16.	Hi Sprint Linz	46,0
17.	U. Ebensee	40
18.	ATSV Braunau-Spk.	36
19.	USV RAIKA Zwettl	26
	USV BV quattro-team	26
21.	Polizei SV Linz	25
22.	U. Wels	21
23.	LG Kirchdorf	20
24.	SV Bad Ischl	19
25.	ASK Nettingsdorf Spk.	16
26.	U. Rohrbach/Berg	15
	U. Neuhofen	15
	VOEST	15
29.	LAC Nationalpark Molln	14
	ULG Waldhausen	14
31.	ALC Leonding	12
32.	TSU Unterweißenbach	7
	U. Eigenberg	7
34.	ASKO Luftenberg	6
35.	U. Gmunden	5
36.	U. LPC Griedkirchen	4
37.	U. Baumgartenberg	3
	U. Bruckmühl	3

Steiermark

28./29. Sep. StLV-Mehrkampfmeisterschaften, Kapfenberg

MÄNNER Zehnkampf:

1. Klaus Ambrosch (U. Spk. Graz) 7.320 (100 m: 11,28 - Weit: 6,75 - Kugel: 14,02 - Hoch: 1,90 - 400 m: 51,47 / 110 m Hürden: 15,64 - Diskus: 40,32 - Stab: 4,30 - Speer: 63,56 - 1.500 m: 4:47,26), 2. Horst Binna (SV Bad Aussee) 5.322 (11,64 - 5,98 - 10,52 - 1,65 - 53,12 / 16,25 - 28,52 - 3,50 - 47,72 - 6:33,73), 3. Helmut Kern (MLG-Spk.) 5.51,33 (12,06 - 6,35 - 10,97 - 1,60 - 59,03 / 19,63 - 24,26 - 2,90 - 39,30 - 5:51,33).

JUNIOREN Zehnkampf:

Michael Hinterleitner (MLG-Spk.) 5.302 (11,83 - 5,59 - 9,24 - Hoch: 1,65 - 400 m: 52,95 / 110 m Hürden: 16,19 - 21,86 - 2,90 - 45,64 - 4:50,83).

JUGEND Zehnkampf:

Peter Polz (SSV RAIKA Deutschfeistritz) 5.959 (100 m: 11,68 - Weit: 6,27 - Kugel: 12,09 - Hoch: 1,65 - 300 m: 37,59 / 110 m Hürden: 16,29 - Diskus: 35,20 - Stab: 2,90 - Speer: 51,18 - 1.000 m: 3:12,07).

MANNSCHAFT:

SV Bad Aussee 13.995 (Philipp Huber 5.451, Armin Binna 4.672, Rainer Zand 3.872).

SCHÜLER Siebenkampf:

Christian Pratter (SSV RAIKA Deutschfeistritz) 3.480 (100 m: 12,95 - Weit: 5,57 - Kugel: 11,05 - Hoch: 1,60 / 100 m Hürden: 15,40 - Speer: 0 - 1.000 m: 2:55,93).

FRAUEN Siebenkampf:

1. Karin Brandstätter (U. Spk. Leibnitz) 4.279 (100 m Hürden: 16,36 - Hoch: 1,59 - Kugel: 10,38 - 200 m: 29,12 / Weit: 4,98 - Speer: 40,48 - 800 m: 2:41,63), 2. Barbara Maurer (LC Barbaria) 3.155 (17,90 - 1,40 - 11,31 - 29,19 / 4,03 - 18,10 - 2:54,36).

JUNIOREN Siebenkampf:

Andrea Moku (ATG) 3.841 (16,92 - 1,65 - 9,68 - 29,17 / 4,71 - 29,96 - 2:53,48).

JUGEND Siebenkampf:

Roswitha Stermsek (U. Spk. Leibnitz) 2:39:43 (StLV-Jugendrekord) 4.707 (100 m Hürden: 15,17 - Hoch: 1,50 - Kugel: 13,21 - 100 m: 12,54 / Weit: 5,05 - Speer: 32,42 - 800 m: 2:39,43).

MANNSCHAFT:

U. Spk. Leibnitz 10.982 (Roswitha Stermsek 4.707, Brigitte Brodschneider 3.545, Ute Öhlschlager 2.730).

SCHÜLER Sechskampf:

Anita Pollross (MLG-Spk.) 3.560 (80 m Hürden: 12,35 - Hoch: 1,53 - Kugel: 10,40 - 100 m: 13,30 - Weit: 4,80 - 800 m: 2:41,72).

RAHMENBEWERBE:

MÄNNER:

1.000 / 5.000 m:

Thomas Reip (Kapfenberger SV) 2:44,24 / 16:33,03.

Speer:

Heiko Mandl (ATSE Graz) 63,78.

Tirol

28./29. Sep. TLV-U-23- und -Jugendmeisterschaften, Innsbruck

MÄNNL. U-23:

100 (+0,4) / 200 m (+0,4) / Weit: Hans-Peter Welz (TS Kufstein) 10,96 / 22,06 / 6,57, 400 m:

Christoph Klockner (IAC Orthosan) 49,83.

5.000 m:

Roman Weger (U. RAIKA Lienz) 15:53,95.

Hoch / Drei / Kugel:

Johannes Achleitner (ATSV Innsbruck) 1,80 / 13,48 / 11,93.

Diskus / Speer:

Stefan Wolf (IAC Orthosan) 37,92 / 47,88.

JUGEND:

100 m (-1,0):

Michael Schneeberger (U. RAIKA Lienz) 11,74.

300 / 1.000 m:

Johannes Breuß (TS Innsbruck-Spk.) 36,75 / 2:46,23.

3.000 m:

Christof Cepus (TS Innsbruck-Spk.) 9:55,34.

110 m Hürden (+0,3) / Hoch / Weit:

Isagani Psychär (ATSV Innsbruck) 15,66 / 1,70 / 6,39.

DIE ERSTE
Nehmen Sie uns beim Namen

300 m Hürden:

Bernhard Forcher (U. RAIKA Lienz) 44,92.

4 x 100 m:

TS Innsbruck-Spk. (K. Lorbeck, Isagani Psychär, Johannes Breuß, Martin Michlmayr) 46,05.

Drei:

Michael Gsenger (IAC Orthosan) 12,13.

Speer:

Michael Schneeberger (U. RAIKA Lienz) 49,04.

Kugel / Diskus:

Florian Weiler (U. RAIKA Lienz) 11,64 / 33,54.

WEIBL. U-23:

100 (+0,7) / 200 (-0,6) / 400 / 100 m Hürden (+0,4) / 400 m Hürden / Drei:

Monika Windischer (ATSV Innsbruck) 13,20 / 27,04 / 66,19 / 15,42 / 65,78 / 10,57.

4 x 100 m:

ATSV Innsbruck (Silke Vierthaler, Monika Windischer, A. Maurer, Petra Stolz) 54,39.

Hoch / Stab / Kugel / Diskus / Speer:

Claudia Stern (IAC Orthosan) 1,50 / 2,30 / 12,55 / 45,42 / 43,42.

Weit:

Ulrike Wochele (U. RAIKA Lienz) 5,18.

JUGEND:

100 m (-1,1) / Weit:

Manuela Witting (SV RAIKA Reutte) 12,90 / 5,47.

300 m:

Barbara Gander (U. RAIKA Lienz) 43,34.

1.000 m:

Claudia Klingler (LG Pletzer Hopfgarten) 3:12,94.

3.000 m:

Andrea Oberbichler (U. RAIKA Lienz) 11:27,71.

100 m Hürden (+0,2):

Tanja Fuchs (LG Pletzer Hopfgarten) 16,43.

300 m Hürden:

Martina Nagelschmied (LG Pletzer Hopfgarten) 48,56.

4 x 100 m:

LCT Innsbruck (S. Kirchler, Petra Berger, M. Riegler, Astrid Mayramhof) 52,43.

Hoch:

Sigrid Neuhauser (BSV Brixlegg) 1,57.

Drei:

Petra Berger (LTC Innsbruck) 10,35.

Kugel / Diskus / Speer:

Cornelia Klingler (LG Pletzer Hopfgarten) 12,11 / 40,58 / 35,19.

6. Okt. TLV-Halbmarathonmeisterschaften, Hall und 11. Int. RAIFFEISEN Inntalstraßenlauf

Ob Kufstein, Telfs, Itter, Innsbruck oder Kundl, die Liste der Ergebnisse, in denen der Name Thomas Fahringer dieses Jahr in der obersten Zeile stand, liest sich fast wie der Straßenlaufterminkalender des TLV. Am Ende einer solchen Saison, bis zu den Ohren gefüllt mit Selbstbewußtsein, begab sich Mister Unschlagbar zu den Tiroler Halbmarathonmeisterschaften, bereits traditionell durchgeführt im Rahmen des Inntalstraßenlaufes in Hall. Wie ein Wildgewordener bretterte Fahringer in die erste kleine Runde, als verfolgte ihn ein ausgehungertes Hai. Der Rest der Meute staunte ungläubig über einen 30-Sekunden Rückstand nach 2 Kilometern. Die böse Ahnung, es handle sich bei diesem Angriffstempo um keinen Publicitygag, wurde langsam Gewißheit. Während die Stoppuhr die Verfolger Peter Wundsam (SV Reutte RAIKA) und Josef Scharmer (TS Innsbruck-Sparkasse) mit 3:20er-Zeiten beschimpfte, rannte Fahringer völlig alleine seinen 3:10er-Schnitt, als ob es keinen Wind gäbe,

und erreichte nach 1 Stunde, 6 Minuten und 25 Sekunden das Ziel am Haller Fußballplatz. Womit er dem Schreiber (2.) die Tiroler Bestleistung klaute.

Mit Streckenrekord (1:19:45 Std.) und sechseinhalb Minuten Vorsprung auf die Zweite Johanna Tschapeller erklärte Elisabeth Singer (beide Union RAIKA Lienz), warum sie die haushohe Favoritin war.

PETER WUNDSAM

MÄNNER:

1. Thomas Fahringer (ASV Kössen, 1. AK 30) 1:06:25 (TLV-Bestleistung), 2. Peter Wundsam (SV Reutte RAIKA, 2. AK 30) 1:08:08, 3. Josef Scharmer (TS Innsbruck-Spk., 3. AK 30) 1:10:33.

AK 35:

Karl Rauter (U. RAIKA Gaimberg) 1:13:50.

AK 40:

Hans Zojer (LCT Innsbruck) 1:16:42.

AK 45:

Robert Posch (LCT Innsbruck) 1:12:29.

AK 55:

Josef Hendler (BLT RAIKA Volders) 1:25:37.

AK 60:

Franz Puckl (LSV Kitzbühel) 1:38:50.

AK 65:

Kurt Grimm (U. RAIKA Lienz) 2:02:29.

JUNIOREN:

Hans-Jürgen Langegger (LSV Kitzbühel) 1:14:58.

MANNSCHAFT:

TS Innsbruck-Spk. (Josef Scharmer, Albin Schwarz, Thomas Rangger) 3:34:59.

FRAUEN:

1. Elisabeth Singer (U. RAIKA Lienz, 1. AK 30) 1:19:45, 2. Johanna Tschapeller (U. RAIKA Lienz, 1. AK 35) 1:26:29, 3. Magdalena Schiffer (SV Elbigenalp, 2. AK 30) 1:29:01.

AK 40:

Rosi Holleis (Post SV Tirol) 1:52:37.



SCHUSS und weg war er. Thomas FAHRINGER's (Startnummer 7) Anfangstempo wird da noch belächelt.

Telegramm

4. Okt. ULC-Stabhochsprungmeeting, Linz

MÄNNER: Sascha Kratky (ULC Linz-Obb.) 4,05.
FRAUEN: Marion Obermayr (ULC Linz-Obb.) 2,75.

5. Okt. Abschluß-Werfermeeting, Gratkorn

8 Grad, Regen
MÄNNER: Kugel: Gerd Matuschek (LC Heraklith Villach) 14,36. Diskus: Christian Pink (Kapfenberger SV) 41,96. AK 50: Kugel / Diskus: Heinz Harre (U. Klagenfurt) 14,08 / 47,52. Hammer: Gerald Landzettler (ATUS Bruck) 44,20. AK 55: Kugel: Herbert Minar (Feuerwehr Wien) 10,94. Diskus / Hammer: Herbert Sechser (ATUS Gratkorn) 41,70 / 36,36. AK 65: Kugel / Diskus / Hammer: Franz Kreiner (ATUS Gratkorn) 9,00 / 33,10 / 31,44. SCHÜLER: Diskus / Hammer: Richard Hasenhüttl (ATUS Gratkorn) 26,80 / 20,68.
FRAUEN: Kugel / Diskus / Hammer: Ruth Preinesberger (U. Oberwart) 10,38 / 26,54 / 36,48. AK 55: Diskus / Hammer: Helgard Gratzl (Cricket) 19,80 / 27,36. AK 60: Eva Pötsch (ATUS Gratkorn) 31,04.

5. Okt. Saison-Abschlußmeeting, Baden

MÄNNER: 800 m: Robert Lenz (ÖTB Baden) 2:03:84. Hoch / Diskus / Speer: Dietbert Kowarik (ÖTB Wien) 1,75 / 34,02 / 39,30.
FRAUEN: Hoch / Speer: Michaela Mayer (ÖTB TV Piesting) 1,50 / 29,12. Diskus: Marietta Weeber (ÖTB TV Piesting) 23,28.

5./6. Okt. Heinz-Mayr-Zehnkampf, Steyr

Der Namensgeber dieses Zehnkampfes, der heute 57-jährige Rauchfangkehrermeister Heinz Mayr, erreichte bei seiner 34. Teilnahme die Schallmauer von 100.000 Punkten. Steyrer Stadtmeister wurde Wolfgang Foibner (Amateure Steyr) mit 5.557 Punkten (100 m: 12,14 - Weit: 6,20 - Kugel: 11,02 - Hoch: 1,83 - 400 m: 56,89 / 110 m Hürden: 16,40 - Diskus: 31,04 - Stab: 3,00 - Speer: 43,42 - 1.500 m: 5:00,72).

7./8. Okt. UKJ-Stabhoch-Vereinsmeisterschaften, Wien

MÄNNER: Robert Nachbargauer 3,00.
FRAUEN: Elisabeth Plazotta 2,40.

12. Okt. Bahnmeeting, Linz

MÄNNER: 5.000 m: Manfred Pröll (U. Naturfabrik Ahorn) 16:35,0. 10.000 m: Hermann Schatzeder (U. Naturfabrik Ahorn) 34:25,3.
FRAUEN: 5.000 m: Roswitha Pröll (U. Naturfabrik Ahorn) 20:18,4.

12. Okt. Stabhochsprungmeeting, Gmunden

16 Grad, sonnig
MÄNNER: Hubert Hagenhuber (ALC Wels) 3,61.

13. Okt. F.-L. Jahnlauf, Krems

MÄNNER (11 km): 1. Alois Redl (HSV Melk) 34:48, 2. Herbert Unger (I. AK II) 36:06, 3. Norbert König (I. JUNIOREN) 39:11. AK III: Eduard Mayer 40:34.
FRAUEN (11 km): 1. Eva Gattinger (I. AK I) 44:19, 2. Leopoldine Bernscherer (I. AK II) 55:19.

16. Okt. ASV-Abendmeeting, Salzburg

MÄNNER: 10.000 m: Rudolf Kranawitter (ASV Salzburg) 34:40,07.
FRAUEN: Margarete Kroiss (ASV Salzburg) 39:13,73.

20. Okt. Jauerling-Berglauf, Spitz

Zum traditionellen Osterlauf organisierte der HSV Melk erstmalig den Jauerling-Berglauf. Hans Plasch gewann dafür die Spitzer Geschäftswelt mit den Hauptsponsoren Volksbank und Skoda Birngruber. Gleich einem Turbogefährt, so als wollte er dem Laufverbot für Aktive des HSV Melk entfliehen, düste Alois Redl die 10,6 Kilometer mit 760 Metern Höhenunterschied hinauf. Wegen der eine Woche später stattfindenden Marathon-Staatsmeisterschaften betätigten sich Melker Läufer - mit Ausnahme des Redl-sführers - hinter den Kulissen. Monika Gasser (Tyrolia Wien) sicherte sich den Sieg bei den Damen. Redl und Gasser hatten rund zwei Minuten Vorsprung auf die Nächsten.
MÄNNER (10,6 km, HD 760 m): 1. Alois Redl (HSV Melk) 44:20, 2. Gerald Habison (LSV Kitzbühel, I. AK 30) 47:21, 3. Herbert Benedik (LG Attergau, 2. AK 30) 47:47. AK 40: Josef Hones (LG AU Pregarten) 48:54. AK 50: 1. Adolf Posautz (Tyrolia Wien) 51:57. AK 60: Norbert Machata (Tyrolia Wien) 59:21. AK 70: 1. Eugen Schabel (LG Ehrenbachhöhe) 1:09:28. JUNIOREN: Hans-Jürgen Langegger

(LSV Kitzbühel) 49:28.
FRAUEN (10,6 km, HD 760 m): 1. Monika Gasser (Tyrolia Wien, I. AK 30) 1:00:31, 2. Erika Tweraser (ALC Wels, I. AK 50) 1:03:10, 3. Eva Gattinger (HSV Melk, I. AK 30) 1:03:26. AK 40: Roswitha Trippacher (LG Ebensee) 1:03:59. AK 60: Renate Spaun (LG Attergau) 1:38:48.

26. Okt. 1. Int. RAIFFEISEN Karrenlauf, Dornbirn

MÄNNER: 1. Dieter Fischer (Hard) 27:02, 2. Michael Erlitz (SV Vogt) 27:24, 3. Martin Dobler (LG Monifort) 28:12. AK 40: Siegfried Hagen (Tri Team Lustenau) 30:31. AK 50: Alexander Platzek (LG Welfen) 32:07. AK 60: Josef Oberhofer (ULC arido Dornbirn) 40:19. JUNIOREN: Thomas Moosbrugger (TS Dornbirn) 32:16. SCHÜLER: Florian Heinzle (ULC arido Dornbirn) 27:20.
FRAUEN: 1. Silvia Nußbaumer (ULC arido Dornbirn) 33:27, 2. Elsbeth Heinzle (ULC arido Dornbirn, I. AK 40) 34:05, 3. Elisabeth Summer (Dornbirn) 35:30. AK 50: Heidrun Heim (ULC arido Dornbirn) 38:52. JUGEND: Cornelia Heinzle (ULC arido Dornbirn) 33:00. SCHÜLER: Susanne Kotz (TSG Ehingen) 37:52.

26. Okt. 16. Vösendorfer Fit-Lauf

MÄNNER (10 km): 1. Gerald Danner (Tyrolia Wien, I. AK 30) 33:22, 2. Andreas Dehlinch (LCC Wien) 33:55, 3. Gustav Undeutsch (ATV Vösendorf, I. AK 40) 34:29. AK 50: Josef Scharf (ATV Vösendorf) 39:06. AK 60: Fred Ankner 42:24. SCHÜLER: Niki Rab (ATV Vösendorf) 58:36.
FRAUEN (10 km): 1. Diana Mehnert (Cricket, I. AK 40) 38:59, 2. Irene Hanzlik (SVG Hohe Wand, I. AK 30) 43:52, 3. Petra Kölbl (ATV Vösendorf, I. AK 30) 46:27. AK 50: Rosa Kamaryt 53:07. JUGEND: Sabina Spitzer (ULC Mödling) 51:26.

27. Okt. Pustertaler Herbstlauf, Leisach

MÄNNER (5,8 km): 1. Sven Clemens (Osttiroler Getreidem.) 18:12, 2. Christian Hohenwarter (U. RAIKA Lienz, I. JUNIOREN) 18:14, 3. Hermann Gruber (ASKÖ Villach, I. AK 30) 18:24. AK 40: Emil Senfter (SV Niederdorf) 18:55. AK 50: Albin Schönegger (U. RAIKA Lienz) 21:58. AK 60 (2,9 km): Josef Gutternig (U. RAIKA Gaimberg) 11:27. JUGEND: Markus Hohenwarter (U. RAIKA Lienz) 9:40. SCHÜLER: Martin Niederseer (SV Zell/See) 10:00.

FRAUEN (2,9 km): 1. Andrea Oberbichler (U. RAIKA Lienz, I. JUGEND) 10:58, 2. Gertraud Walder (U. RAIKA Abfaltersbach, I. AK 30) 12:03, 3. Sonja Gietl (SSV Oberwielenbach, I. SCHÜLER) 12:11. AK 40: Muniva Schönegger (U. RAIKA Lienz) 12:19.

2. Nov. 11. Pesenbachtal-Lauf, Lacken

MÄNNER (14 km): 1. Egon Schmalzer (LG AU Pregarten, I. AK I) 47:48, 2. Max Springer (LG AU Pregarten, 2. AK I) 47:54, 3. Rudolf Reitberger (Polizei SV Linz) 48:47. AK II: Peter Woldan (U. LPC Grieskirchen) 51:01. AK III: Alois Gruber 58:17. AK IV: Johann Hofstätter (U. Gmunden) 1:05:49. JUNIOREN: Hannes Pichler (FC Miles) 56:04. SCHÜLER: Matthias Freimüller (LCAV doubrava) 1:00:29. FRAUEN (14 km): 1. Margit Egelseder (LG Kirchdorf) 58:48, 2. Gabriele Schuster (ULC Linz-Obb.) 1:00:50, 3. Tamara Protiwensky (SV Gallneukirchen) 1:03:33. AK I: Elfriede Mayrbäurl (Amateure Steyr) 1:04:04.

17. Nov. LCC-Praterlauf, Wien

MÄNNER (10 km): 1. Wilhelm Innerhofer (SV Marswiese) 30:51, 2. Helmut Schmuck (LCC Wien, I. AK 30) 30:54, 3. Sahel (LCC Wien) 31:36. AK 40: Gilbert Valeriano (Tyrolia Wien) 34:17. AK 50: Herbert Tragauer 35:56. AK 60: Gerhard Festa 40:47. JUNIOREN: Horst Kammerhofer 43:35. FRAUEN (10 km): 1. Viera Toporek (LCC Wien) 36:19, 2. Andrea Hollunder (Tyrolia Wien, I. AK 30) 38:19. AK 40: 1. Alida Stix 44:57. AK 50: Renate Schmitt 53:53. AK 60: Johanna Stangl (LCC Wien) 57:01.

17. Nov. 21. Mödlinger „Dreistundenweglauf“

MÄNNER (7.060 m): 1. Andreas Stitz (SV Marswiese) 22:21, 2. Alexander Haberl 22:25, 3. Gerald Danner (Tyrolia Wien) 22:42. AK: Erich Enzinger 23:35. JUNIOREN: Rene Bauer (ATSV Ternitz) 25:01. JUGEND (5.790 m): Radowan Mares (ULC Mödling) 19:36. SCHÜLER (2.410 m): Christian Breuer (ULC Mödling) 8:13. FRAUEN (3.800 m): 1. Ingrid Arocker (Tyrolia Wien) 15:13, 2. Christa Hof (Tyrolia Wien, I. AK) 15:28, 3. Bettina Winkelmüller 15:55. JUNIOREN: Sabine Brandstetter (U. Pottenstein) 16:13. JUGEND (2.410 m): Anna Wieselthaler (ULC Mödling) 9:22. SCHÜLER (1.800 m): Sabine Brandstetter (U. Pottenstein) 7:03.

Österreichischer Gehercup 1996

MÄNNER: 1. Johann Siegele (SVS, I. AK 40) 256,17, 2. Stephan Wägerbauer (ÖTB Wien) 200,00, 3. Wolfgang Burgstaller (Spittaler SV, 2. AK 40) 164,66. AK 50: Hermann Strieder (Spittaler SV) 188,23. JUGEND: Roland Böhm (ULC Mödling) 185,85. FRAUEN: 1. Elisabeth Siegele (SVS, I. AK 35) 144,17 Pkte, 2. Monika Schwantzer (ATUS Felixdorf, 2. AK 35) 127,56, 3. Viera Toporek (LCC Wien) 100,00. JUGEND: Andrea Fuchs (LG Pleitzer Hopfgarten) 177,00.



DIE ZWEIERPARTIE beim Jauerling-Berglauf zwischen Gerald HABISON (links) und Alois REDL reduzierte sich bald auf ein Redl-Solo.
Bild: Peter Heinz

Advent, Advent: ganz Mödling rennt

Der Advent wird für Läufer mit dem Mödliner Altstadt-Adventlauf eingeläutet. Diese inzwischen traditionelle Veranstaltung fand heuer bereits zum siebten Mal, und zwar exakt am 1. Dezember, statt. Eines haben dabei die Österreicher schon im Vorfeld gewußt: Vorweihnachtliche Geschenke, sprich einen Heimsieg, wird es wohl nicht geben.



UNGARN-Express: Imre BERKOVICS, vor Tamas KLISZEK und Zoltan KADLOT.
Bild: Herbert Katzianer

Der Lauf der Champions, seit dem Vorjahr als eigener Lauf mit Limitleistung (5.000 m unter 14:50 min bei den Herren bzw. 19:00 bei den Damen) getrennt vom Volkslauf ausgetragen, war auch heuer fest in der Hand von Athleten aus dem ehemaligen Ostblock. Zwei Österreicher stellten für sich besondere Rechnungen auf: Susanne Pumper von Cricket, errechnete sich einen Stockerlplatz und der Neuhofner Eugen Sorg kalkulierte nach Absenz des Lokalmatadors Bernhard Richter für sich die Ehre des besten Österreichers. Paradoxerweise war sich Sorg seiner Berechnungen zu einem Zeitpunkt sicher, als die vielen hundert Zuschauer sicher auf Olympiateilnehmer Thomas Ebner (IAC Orthosan) gesetzt hätten. Als der 1.500-Meter-Spezialist nämlich die ersten zwei der acht Runden über 850 Meter das extrem hohe Anfangstempo der Spitze mitging, wußte Sorg, daß Ebner dies nicht durchhalten könne. Und richtig, während Sorg, der sich am Anfang weit zurückgehalten hatte, kontinuierlich aufholte und letztendlich als bester Heimischer mit 20:06 Minuten auf Rang sechs landete, wurde Ebner "nach hinten durchgereicht" und fand sich, zu Ende eher locker joggend, nach Wilhelm Innerhofer, Markus Abuja und Andreas Tomaselli erst auf Rang 13. Mit der Entscheidung hatten sie alle nichts zu tun. Bereits in der dritten

Runde setzten sich die Ungarn Imre Berkovics und Tamas Kliszek deutlich ab, wobei sich dann im Zielsprint Kliszek durchsetzte. Die Plätze drei bis fünf gingen ebenfalls an Ungarn.

Nach Sturz noch Zweite

Die Champions-Damen liefen im gleichen Lauf, was einer, der Ungarin Aniko Javos, fast zum Verhängnis wurde: Im Gedränge des Startes stürzte sie und lief dem Feld zwanzig Meter hinterher. Dies schien sie zu beflügeln, denn nach der ersten Runde war sie bereits im Spitzenquintett. Erfreulicherweise waren dort auch zwei Österreicherinnen: Viera Toporek vom LCC Wien und eben Susanne Pumper. Während sich Toporek erwarteterweise bereits in der zweiten Runde nach hinten verabschiedete, hielt Pumper mit der Spitze mit. Erst als in der siebten Runde Javos und die zweifache Mödling-Siegerin Simona Staiacu aus Rumänien forcierten, riß sie etwas ab, konnte ihrerseits aber die Ungarin Eva Doczi abhängen. Staiacu feierte so ihren dritten Sieg in Folge, vor Sturzpilotin Javos und Pumper. Besondere Freude mit diesem Stockerlplatz hatten Pumpers neuer Trainer Martin Apulin und ihr Manager Florian Zeh. "Jetzt fehlt nur mehr ein Ausrüster, dann paßt die Vorbereitung auf die neue Saison", so der Tenor der beiden Laufinsider. Ziele dieser



TÖCHTERCHEN VICTORIA (nomen est omen?)
hält Susanne PUMPER auf Trab.
Bild: Herbert Katzianer

97er Saison: Österreichische Rekorde über 3.000 Meter (Halle) und 5.000 Meter, sowie das WM-Limit von 15:40 Minuten über 5.000 Meter für Athen. Toporek wurde Achte, knapp gefolgt von Marathonläuferin Ulli Puchner vom ULC Linz-Oberbank, der dieser Lauf sichtlich zu kurz und zu schnell war.

Auch im mit 500 Teilnehmern dicht besetzten Volkslauf über 6.835 Meter setzten sich Ausländer durch: Der Jugendklassenläufer Dusan Hlubocky aus der Slowakei siegte vor Viktor Bogdan vom SV Schwechat und Andreas Stitz (SV Marswiese). Beste Dame war ebenfalls eine Jugendliche: Andrea Balint aus Siofok in Ungarn siegte vor Monika Gasser von Tyrolia Wien.

CHRISTOPH MICHELIC

Altstadt-Adventlauf, 1. Dezember, Mödling / AUT Lauf der Champions:

MÄNNER (6,8 km):

1. Tamas Kliszek (HUN) 19:24, 2. Imre Berkovics (HUN) 19:35, 3. Sandor Serfözö (HUN) 19:50, 4. Ferenc Sagi (HUN) 19:54, 5. Zoltan Kadlot (HUN) 19:59, 6. Eugen Sorg (U. Neuhofen) 20:06, 7. Wilhelm Innerhofer (SV Marswiese) 20:08, 8. Markus Abuja (KLC) 20:09.

FRAUEN (6,8 km):

1. Simona Staiacu (ROM) 22:09, 2. Aniko Javos (HUN) 22:16, 3. Susanne Pumper (Cricket) 22:29, 4. Eva Doczi (HUN) 22:57, 5. Aniko Kalovics (HUN) 23:15, 6. Silva Vivod (SLO) 23:42, 7. Monika Toth (HUN) 23:47, 8. Viera Toporek (LCC Wien) 23:54, 9. Ulli Puchner (ULC Linz-Obb.) 24:04.

Volkslauf:

MÄNNER (6,8 km):

1. Dusan Hlubocky (SVK, 1. JUGEND) 21:12, 2. Victor Bogdan (SVS) 21:23, 3. Andreas Stitz (SV Marswiese) 21:25, 4. Jiri Schilcher (Post SV Graz, 1. JUNIOREN) 21:29.

AK I:

1. Michael Klapil (LCC Wien) 21:57.

AK II:

1. Martin Köhler (ULC profi Weinland) 21:55.

AK III:

1. Adolf Posautz (Tyrolia Wien) 23:58.

AK IV:

1. Fred Ankner 27:57.

FRAUEN (6,8 km):

1. Andrea Balint (HUN, 1. JUGEND) 27:23, 2. Monika Gasser (Tyrolia Wien) 27:35, 3. Silvia Meszavos (HUN, 2. JUGEND) 28:10, 4. Yvonne Lindner (LC Quicky, 3. JUGEND) 28:16.

AK I:

1. Andrea Kölbl (ATV Vösendorf) 31:57.

AK II:

1. Ursula Lang (ULC Mödling) 28:31.

AK III:

1. Christine Hochleitner (Tyrolia Wien) 29:10.

AK IV:

1. Johanna Stangl (LCC Wien) 38:33.

JUNIOREN:

1. Barbara Undeutsch (Cricket) 30:08.



UND WO BIST DU?
Leichtes Gedrängel als Warm-up vor dem Start

Ein Vierteljahrhundert Lauf „Rund um den Wolfgangsee“ 1.000 und eine Legende rund um den Klassiker

*Hoch soll er leben - hoch soll er leben - 3 mal hoch
Alt soll er werden - alt soll er werden - 4 mal so alt...*

ST. WOLFGANG. ...doch vorläufig reicht uns dieser Geburtstag, der schon rund genug ist, um die Sektorkorn ordentlich knallen zu lassen: 25 mal Lauf „Rund um den Wolfgangsee“ durfte gefeiert werden und das taten sowohl die Läufer mit Rekordbeteiligung und ausgezeichneten Leistungen als auch die Veranstalter mit Torte, Sekt und langen (bis längeren) Festreden nebst Huldigungen an den Gründer und Vater der Veranstaltung Franz Zimmermann.

Hoch leben soll... aber auch der Sieger: Seit 1988 erstmals wieder ein Österreicher: Helmut Schmuck stieg damit endgültig in die Hall of fame der großen österreichischen Langstreckler auf und bewies nach den mageren Halbmarathon-Meisterschaften den Nörglern, daß er noch länger nicht den Schuhlöffel abzugeben braucht.

Hoch leben soll außerdem... die Siegerin aus Slowenien: Helena Javornik, die auch schon im Vorjahr die Schnellste war.

Im vorhinein sah die Sache für den zweifachen Berglauf-Weltpokal-Sieger nicht gerade vielversprechend aus. Die Starterliste hatte irgendwie verdammt viel Ähnlichkeit mit einer Abschrift der Siegerliste der letzten Jahre. Heiko Schinkitz, Sieger der Jahre 1991, '92 und '93 stand da ganz oben, gefolgt von den tschechischen '94er und '95er-Siegern Jiri Hnilicka und Jan Blaha. Als Aufputz dienten Stanislav Fux, Pavel Novak, Milan Krajc (alle Tschechien), Abdellah Mokwili, Mohammed Sahel (beide Marokko), Thomas Meier (Schweiz) und noch 1.412 Läufer mehr.

Das Damenrennen versprach auch so einiges und der überlegene Sieg des Vorjahres sollte für die Wien-Marathon-Erste 1995 und -Zweite '96 so einfach diesmal nicht werden. 193 andere Damen inklusive Eva Patrik aus Ungarn und die deutsche Marathonmeisterin Romy Lindner wollten sie ins Schwitzen bringen. Aus der heimischen Elite wollte dabei die Vorarlberger Triathletin Silvia Nußbaumer nach Kräften mithelfen. Immerhin



AUF DEN SPUREN von Gerhard Hartmann und Helmut Stuhlpfarrer: Helmut SCHMUCK's erster Sieg am Wolfgangsee.

ist sie neuerdings auch Marathon-Siegerin, nämlich jene von Salzburg. Leider hatte sie, die sich so auf diesen 25. Seelauf gefreut und extra vorbereitet hatte, von Beginn an Probleme mit dem etwas zu kalten Wetter. Gleich nach der Falkensteinkapelle mußte sie mit wilden Krämpfen die erste Zwangspause einlegen. Nach ein bißchen Massage ackerte sie sich mit ihrem unglaublichen Kampfgeist, der sie schon über einige Mehrfachtriatlons getragen hatte, Meter um Meter, Platz um Platz weiter. Als sie am Eingang von St. Wolfgang von einem Krampf schachtmatt gesetzt wurde, war bei allem Willen kein einziger Schritt mehr möglich. Helena Javornik hatte unterdessen nur kurz wirklich zu kämpfen. Noch vor St. Gilgen (km 9) konnte sie die Ungarin Patrick abschütteln, was sie mit der Deutschen nicht brauchte, denn die war das hohe Anfangstempo gar nicht erst mitgelaufen. In dieser Reihenfolge verteilten sich die Stockerlplätze mit schließlich doch deutlichen zwei beziehungsweise sechs Minuten Vorsprung für die Slowenin. Nach der deutschen Triathletin Anneliese Weber ließ sich Andrea Zirknitzer (ASV Salzburg) als Fünfte im Ziel blicken und wurde damit nach 1981 und 1985 wieder einmal beste Österreicherin. In 1:58:54 Stunden lief sie knapp an ihre Bestzeit aus dem '85er Jahr heran (1:57:45).

Die männlichen Kollegen gingen die Sache dagegen fast gemächlich an. Als großteils erfahrene Seeläufer wußten sie, dieses Rennen nie vor oder über den legendären (...schon wieder) Falkenstein entscheiden, sehr wohl aber durch zu frisches Lauf- und auch Run-

terlaufen verlieren zu können. Gerade deshalb finden sich durchwegs ausgezeichnete Bergläufer in den oberen Zeilen der ewigen Wolfgangseebestenliste.

Erwartungsgemäß galt der Böller, der den ersten Läufer am Falkensteingipfel begrüßt, Helmut Schmuck, doch Schinkitz, Blaha und Sajler folgten mit wenigen Metern Abstand. Toll, wie im Lotto: Alles war möglich! Die Spannung wuchs langsam. Überraschenderweise mußten als erste die beiden mit den schnellsten Bestzeiten den Rest ziehen lassen: Vorjahressieger Blaha riß komplett der Faden. Er mußte Läufer um Läufer vorbeilassen und eierte schließlich als Zehnter ins Ziel „Kalt, viel kalt.“ Mehr war nicht von ihm zu erfahren, bevor er in die heiße Dusche flüchtete. Schinkitz, der neben Nivaldo Filho (BRA, 1990) und Helmut Stuhlpfarrer (1988) bisher als einziger unter eineinhalb Stunden den See umrundete, kämpfte verbissen. Lange lief er etwa 10 Sekunden hinter dem Spitzentrio her und versuchte verbissen, den Anschluß zu finden. Am Schluß hätte er um ein Härchen noch den Budweiser Hnilicka überspurtet, doch leider

waren da seine koordinativen Fähigkeiten schon etwas mitgenommen und diese nasse Kurve vor dem Zielkanal war eine nasse Kurve zuviel (siehe „10 und eine Geschichte“).

Helmut Schmuck (LCC Wien), dessen Sieg trotz nur 10sekündigen Vorsprungs eigentlich souverän war, wirkte im Ziel sichtlich zufrieden. Mit jedem Recht, schließlich gewinnt man nicht alle Tage einen Wolfgangseelauf. Für einen richtigen Österreichtag fehlte ein bißchen was. Es fanden sich nämlich nur noch zwei unter den ersten Zehn. Zwei, die sich solange gegenseitig zogen und schoben, weil sie nicht glauben wollten, daß der jeweils andere so flott laufen kann, bis sie plötzlich als Sechster und Siebenter, also gleich hinter der zerbröselten Spitzengruppe im Ziel standen. Ihre Zeiten waren eine persönliche Sensation: 1:34:52 Stunden für den Bergläufer Gerhard Wörndl (LCS E Tech) und 1:34:51 für mich (gestatten Wundsam, SV RAIKA Reutte). Mit einer Zeit unter den magischen 1:40 bewies auch noch der „Jesteiler-desto-besser-Rudi“ Reitberger vom ÖLV-Berglauf-Nationalteam als Zwölfter seine Allrounderqualitäten.

Nachdem ich fünf Jahre lang nur als Journalist die Atmosphäre dieser Veranstaltung mitmischte, wollte ich es heuer endlich selbst ausprobieren. Ich kannte traurige Geschichten, glückliche, spannende und witzige, schaute in hunderte Gesichter, die müde und abgekämpft aber irgendwie unverschämte glücklich wirkten. Ich war echt neugierig. Was bringt hunderte Läufer und Läuferinnen aus ganz Europa tatsächlich dazu, alljährlich für ein einziges Wochenende den weiten Weg zum Wolfgangsee auf sich zu nehmen? Dieses 25er-Jubiläum mußte ich endlich auch einmal aus der Sicht eines Läufers erleben.

Und tatsächlich ist Laufen noch einmal ganz etwas anderes als zuschauen. Objektiv hätte ich wieder etwas über Landschaft, Zuschauerbegeisterung, Falkenstein, freundliche Organisation, bildhübsches St. Wolfgang und und und schwafeln können. Das alles war es schon, doch wieder nicht nur. Da blieb ein Rest, der nicht wirklich erklärbar ist. Nennen wir es einfach Flair. Aber lauf einfach selbst und finde es raus!

PETER WUNDSAM

25. Int. Lauf „Rund um den Wolfgangsee“, 20. Oktober, St. Wolfgang / AUT

MÄNNER (27 km):

1. Helmut Schmuck (LCC Wien, 1. AK 30) 1:31:14, 2. Jiri Hnilicka (CZE) 1:31:24, 3. Heiko Schinkitz (GER, 1. AK 40) 1:31:29, 4. Miroslav Sajler (CZE) 1:32:44, 5. Pavel Novak (CZE) 1:33:54, 6. Peter Wundsam (SV RAIKA Reutte, 2. AK 30) 1:34:51, 7. Gerhard Wörndl (LCS E Tech, 3. AK 30) 1:34:52. AK 35:

1. Stanislav Fux (CZE) 1:36:01, 2. Franz Völkl (LCAV doubrava) 1:41:34.

AK 40:

1. Heiko Schinkitz (GER, 1. AK 40) 1:31:29, 2. Urban Kropfisch (ASKÖ Villach) 1:43:10.

AK 45:

Karlheinz Wiederrich (GER) 1:46:25, 2. Gerhard Hanisch (SVSG Lunz/See) 1:47:47.

AK 50:

1. Wolfgang Helm (LC Guggenbach) 1:48:17.

AK 55:

1. Cornelis Borst (NED) 1:47:18, 2. Johann Weber (LCAV doubrava) 1:58:14.

AK 60:

1. Alfons Dorner (GER) 1:56:36, 2. Rudolf Rohrauer (Linz) 1:58:44.

AK 65:

1. Norbert Kriebenernegg (Kapfenberger SV) 2:19:58.

JUNIOREN:

1. Manuel Desch (U. Salzburg) 1:43:05.

FRAUEN (27 km):

1. Helena Javornik (SLO, 1. AK 30) 1:46:37, 2. Eva Patrik (HUN, 2. AK 30) 1:49:05, 3. Romy Lindner (GER) 1:53:05, 4. Anneliese Weber (GER, 1. AK 35) 1:56:24, 5. Andrea Zirknitzer (ASV Salzburg, 2. AK 35) 1:58:24.

AK 40:

1. Petra Stephan (GER) 2:08:40.

AK 45:

1. Renate Sigl (TSV Ottensheim) 2:09:32.

AK 50:

1. Joana Kvedaraviciene (LIT) 2:25:40, 2. Krista Hofstätter (U. Gmunden) 2:30:09.

AK 55:

1. Erika Gamper (WSG Radentheim) 2:29:46.

AK 60:

1. Renate Böhm (GER) 2:44:50.

STATISTIK • STATISTIK • STATISTIK

Ewige Wolfgangsee-Bestenliste

MÄNNER:

1.	Nivaldo Filho	BRA	1:29:18	1990
2.	Helmut Stuhlpfarrer	AUT	1:29:42	1988
3.	Heiko Schinkitz	GER	1:29:48	1992
4.	Jan Blaha	CZE	1:30:04	1995
5.	Robert Zizka	CZE	1:30:05	1995
6.	Marko György	HUN	1:30:10	1990
7.	Terefe Mekonnen	ETH	1:30:16	1993
8.	Wieskaw Gors	POL	1:30:15	1991
9.	Gerhard Hartmann	AUT	1:30:29	1987
10.	Jakob Ledwaba	TAN	1:30:45	1989
14.	Helmut Schmuck	AUT	1:31:15	1996
26.	Hubert Haas	AUT	1:31:59	1986

FRAUEN:

1.	Helena Barocsi	HUN	1:40:38	1990
2.	Marcia Narock	BRA	1:40:46	1990
3.	Helena Javornik	SLO	1:46:11	1995
4.	Sabine Ladurner	ITA	1:46:37	1982
5.	Verena Lechner	AUT	1:46:40	1990
6.	Sabine Stelmüller	AUT	1:47:03	1992
7.	Charlotte Teske	GER	1:47:22	1981
8.	Galina Ikonnikova	URS	1:47:39	1989
9.	Bona Janko	HUN	1:47:48	1989
10.	Tanja Ivanova	URS	1:47:57	1991
19.	Silvia Nußbaumer	AUT	1:52:01	1992
20.	Elisabeth Hofer	AUT	1:52:21	1990

Zusammenstellung: PETER WUNDSAM

10 und eine kleine Geschichte aus der Lauflegende von St. Wolfgang (1000 und eine sind leider zuviel für eine Zeitung)

Legendär...

...ist die internationale Spitzenbeteiligung. Der Streckenrekord von 1:29:17 Stunden etwa stammt vom Brasilianer Nivaldo Filho, der bei Gott kein Unbekannter ist. Zwar lief sich Helmut Stuhlpfarrer 1988 mit 1:29:41 in einem sensationellen Solorennen auf den zweiten Rang, doch der Seriensieger Gerhard Hartmann findet sich beispielsweise erst an der 9. Stelle der ewigen Bestenliste.

...sind die dramatischen Positionskämpfe auf den letzten, leicht abwärts geneigten und damit sprintgünstigen 100 Metern vom Berghof zum Weißen Rößl. Dreifachsieger Heiko Schinkitz etwa, ehemaliger Deutscher Berg- und Crosslaufmeister, besiegte hier 1993 Terefe Mekonnen im Spurt. Er lag zwar schon knapp vorne, es kam ihm aber durchaus gelegen, daß der Äthiopier in ein Polizeimotorrad raste. Dem Prinzip der ausgleichenden Gerechtigkeit folgend stürzte er sich heuer im Spurt um den zweiten Platz gegen Jiri Hnilicka selbst in die Einlaufabspernung der Zielkurve.

...sind die Duelle des Bahn- und Marathonspezialisten Gerhard Hartmann in den 80ern mit dem damaligen österreichischen Berglaufkönig und ebenfalls Spitzenmarathonläufer Helmut Stuhlpfarrer auf dieser gemischten Strecke. Auch Helmut Schmuck war schon mit von der Laufparty, 1987, beim 15. Jubiläum. Diesen Lauf einmal zu gewinnen, galt als Muß, um in die Hall of fame der heimischen Langstreckler aufgenommen zu werden. Die Lauflegende Josef Steiner tat es 1980. Helmut Stuhlpfarrer 1985 erstmals und 1988 wieder, und das als erster unter eineinhalb Stunden mit der bis heute besten Österreicherzeit. Gerhard Hartmann tat es gleich fünfmal (1982-'84, '86 und '87). Verena Lechner tat es 1987 einmal und hält außerdem seit 1990 den Österreicherinnen-Rekord (1:36:40).

...ist die Geschichte des deutschen Crossmeisters Anton Gorbunow, der 1978 neue Maßstäbe setzte, noch vor den Streckenposten in Abersee war und nicht eingewiesen wurde. Er mußte sich seinen Weg nach Strobl selbst suchen.

...ist die Pionierarbeit, einen solchen Lauf zu einer Zeit zu etablieren, als Langstreckenläufer in Österreich noch weniger als bewunderte Sportler denn vielmehr als „Depperte mit zweng Hackn“ verachtet wurden.

...sind die beiden unverwüstlichen Dauerstarter am Wolfgangsee: Herwig Reischauer, der überhaupt nur den allerersten Wolfgangseelauf ausgelassen hat, und das nur, weil er nix von dem 11-(in Worten: Elf-)Teilnehmerspektakel gewußt hat. Der 71jährige Ex-Postler Matthias Strobl aus Innerschwand kam heuer auf seine 23. Teilnahme und ist eigentlich selbst eine Legende.

...ist der Deutsche Franz Fritz, der das Kunststück geschafft hat, bei all seinen Teilnahmen bestenfalls Drittplatzter zu werden und dreimal überhaupt die Wurst zu gewinnen.

...ist der Grazer Lax Friedwald, der zwischen 1990 und 1994 fünf Mal um den See lief, zuletzt im Alter von 84 (in Worten: Vierundachtzig) Jahren.

...ist die verlorene Wette jenes Läufers, der eine Abkürzung per Autostopp unternehmen wollte und dabei blöderweise in Bad Ischl landete, während sein Wettpartner unangefochten und ehrlich in St. Wolfgang durchs Ziel lief.

...ist, daß der Wolfgangseelauf als erster Langstreckenlauf Österreichs Frauen teilnehmen und damit ihre „Verunweiblichung“ zuließ, zu einer Zeit, als der Anblick schwitzender oder gar keuchender Damen noch offiziell als anstößig galt und vom (selbstverständlich von Männern geführten) Verband verboten war.

...sind die zwei Läufe der Senioren-Weltmeisterin Ida Hellwagner aus Braunau (1989 und 1991) in denen sie als über 50jährige unter zwei Stunden ins Ziel lief.

...war, um echter sportlicher Fairneß gerecht zu werden, 1989 wieder einmal gegen die Weisungen des ÖLV aber auch des Außenministeriums, als man fünf schwarze Südafrikaner starten ließ. Zu einer Zeit, in der es in Südafrika noch die Apartheid gab und die internationale Politik als Antwort darauf jene bestrafte, die eigentlich die Betroffenen waren ... Verdammt, wenn ich nur aufhören könnte! Das war jetzt schon die 10 und zweite Geschichte.

PETER WUNDSAM

GEKRÖNTE HÄUPTER in St. Wolfgang.



Rückblick, Weitblick, Durchblick ...

LEICHTATHLETIK

Die Zeitschrift für Läufer und Leichtathleten





von **ERIKA STRASSER**

Mitglied des Leichtathletik-Welt- und Europaverbandes

Jetzt ist es soweit: Als Pilotprojekt werden bei den Europa-Cups 1997 vier Versuche statt wie bisher sechs durchgeführt - bei den horizontalen Sprüngen und bei allen Wurfbewerben. Es ist durch IAAF-Regeln gedeckt. Dagegen bedürfte es beim nächsten IAAF-Kongreß 1997 in Athen einer Regeländerung, um auch Hochsprung und Stabhochsprung in kürzerer Zeit abwickeln zu können. Es ist verständlich, daß Weitspringer, Dreispringer und Werfer aufbegehren. Der Versuch ist eine halbe Sache.

Während etablierte Sportarten wie Fußball, Schi alpin oder Schispringen Neuerungen durchziehen, um ihren Sport besser präsen-

tieren zu können, bleiben wir in der Leichtathletik auf halbem Weg stehen. Dabei wollen die Zuschauer heutzutage in möglichst kurzer Zeit „Action“, und danach richten sich auch die Medien. Wir berufen uns in der Leichtathletik darauf, alle vier Jahre bei Olympischen Spielen die Stadien zu füllen. Also soll alles so bleiben wie es ist. Alles schön und gut, aber dann müßten wir konsequenterweise in allen Dingen konservativ sein. Auch in Geldsachen. Die Wirklichkeit schaut allerdings anders aus. Um keine Mißverständnisse aufkommen zu lassen, möchte ich betonen, daß die Aktiven ebenso wie Künstler ihre Leistungen honoriert bekommen sollen. Das Geld des Sports soll nicht in

dunkle Kanäle verschwinden. Moralische Verpflichtungen dürfen dennoch nicht vergessen werden. Wir sind jetzt verpflichtet, der Leichtathletik neue Impulse für die zukünftige Wettkampfgestaltung zu geben. Die technischen Bewerbe aus den Stadien zu verbannen, ein unübersehbarer Trend, muß Einhalt geboten werden! Gäbe es nicht Pflichtbewerbe für die großen internationalen Meetings, wären sie fast schon verschwunden.

Wir dürfen unseren Sport nicht zerstückeln. Warum ist es schlecht, wenn es während eines Wettkampfes einen technischen Block gibt? Die Zuschauer werden dabei genauso begeistert mitgehen, die Reporter genauso begeistert die technischen Bewerbe übertragen. Sie müssen nur richtig aufbereitet werden. Dazu ist das Einverständnis und ein Umdenken aller Beteiligten notwendig. Ziel muß sein, die technischen Bewerbe so ins Bild zu bringen, wie die Laufbewerbe. Darum sollen sie umgestaltet werden.

Leider gibt es bisher nur wenige Länder, die selbst Pilotprojekte machen. Gerade für sie ist es sehr notwendig, daß der Leichtathletik-Alltag lebendiger wird. Wir sind es unserer Sportart schuldig.

Die Athletinnen und Athleten werden es verstehen. Seien wir progressiv. Es wird sich lohnen.

Pumper erste, ausgepumfter Motorradler

LINZ. Sprintentscheidung beim 11. Linzer SPARKASSEN Citylauf: Der Slowake Jaroslav Jakubasek stürmte in 32:05 Minuten eine Sekunde vor Radomir Soukup und eine weitere Sekunde vor Jan Blaha (beide Tschechien) über die Ziellinie. Die Geschlagenen hatten in Linz in den Jahren zuvor gewonnen.

Eine Sechs-Mann-Spitze hatte sich bald auf der über zehn Kilometer langen Strecke davon gemacht. Die Führung wechselte laufend, ehe Jakubasek im Ziel die Siegerpose einnehmen durfte. Bester Österreicher war auf Rang sechs Hindernis-Staatsmeister Eugen Sorg (Union Neuhofen).

Die Entscheidung bei den Damen war schon lange vor dem Zieleinlauf gefallen. 5.000-Meter-Staatsmeisterin Susanna Pumper (Cricket / 35:58 min) enteilte den Verfolgerinnen Johanna Magauer (Union Rohrbach/Berg) und der Tschechin Renata Schlesingerova aus den Augen, aus dem Sinn.

Unter allen 562 Aktiven kam ein Flug zum New York City Marathon zur Verlosung. Die glückliche Gewinnerin war die Laufzweite Johanna Magauer. „Super, klar starte ich“, zeigte sich die Mühlviertlerin begeistert. Drei

Tage später hob sie mit dem Flieger nach Amerika ab.

Ihren zweiten Platz beim Jugendlauf hinter einer Tschechin bezweifelte Michaela Anzinger (ATSV Keli Linz). Sie meinte, Dritte geworden zu sein. Doch „die große Blonde mit dem Zopf“ entpuppte sich bei näherer Betrachtung als schlaksiger Waldhausener.

Dem motorisierten Zweiradpiloten, der als Schlußfahrer im Einsatz war, ging der Saft aus, weshalb er Muskelkraft aufwenden mußte, um zur nächsten Tankstelle zu gelangen. Seiner Funktion als Schlußlicht wurde er deshalb mehr als gerecht.

MANFRED BERGER

11. Linzer SPARKASSEN Citylauf,

26. Okt. Linz / AUT

MÄNNER (10.550 m):

1. Jaroslav Jakubasek (SVK) 32:05, 2. Radomir Soukup (CZE) 32:06, 3. Jan Blaha (CZE) 32:07, 6. Eugen Sorg (U. Neuhofen, 1. AK I) 32:12.

AK II:

1. Milan Soucek (CZE) 35:08, 2. Johann Danner (USV RAIKA Zwetl) 37:45.

AK III:

1. Frantisek Marek (HUN) 37:04, 3. Franz Lampmayr (LT Grieskirchen) 41:45.

AK IV:

1. Horst Holland (SVSG Linz/See) 40:31.

JUGEND (2.850 m):

1. Clemens Weixelbaumer (USV RAIKA Zwetl) 8:53.

SCHÜLER:

1. Lorenz Erik (CZE) 9:24, 2. Hannes Steinkellner (ULG Waldhausen) 9:29.

FRAUEN (10.550 m):

1. Susanne Pumper (Cricket) 35:58, 2. Johanna Magauer (U. Rohrbach/Berg) 38:35, 3. Renata Schlesingerova (CZE) 39:47.

AK I:

1. Leopoldine Rammerstorfer 43:00.

AK II:

1. Elfriede Mayrbäurl (Amateure Steyr) 42:14.

AK III:

1. Krista Hofstätter (U. Gmunden) 47:29.

JUGEND (2.850 m):

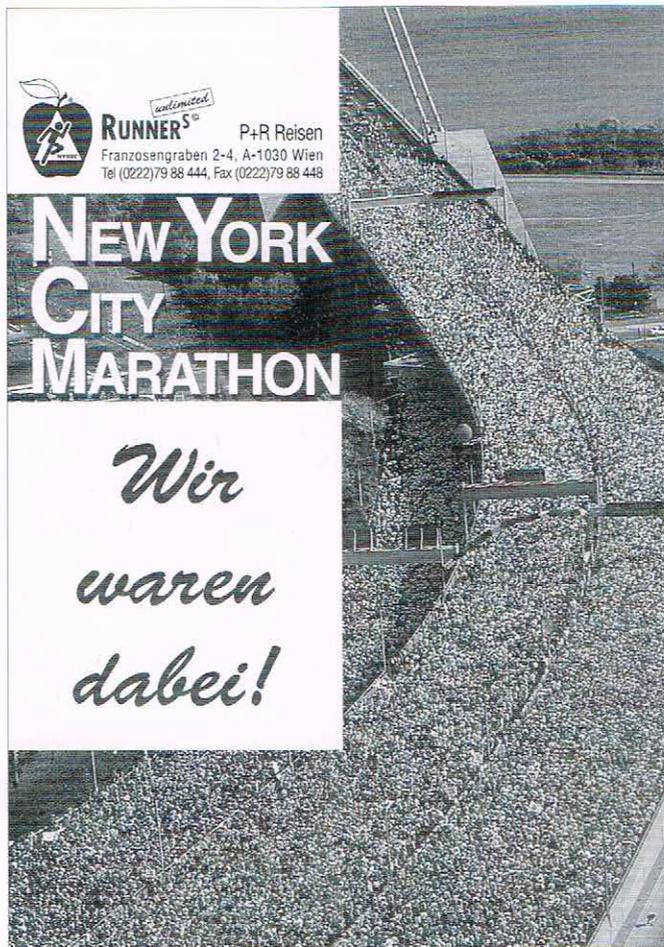
1. Jana Neubauerova (CZE) 11:10, 2. Michaela Anzinger (ATSV Keli Linz) 11:21.

SCHÜLER:

1. Nina Grafinger (TVN Laakirchen) 11:18.

Unterstütze
den Sport,
spiele **TOTO**

80.000 wollten, 30.000 durften




RUNNER⁵⁰
 P+R Reisen
 Franzosengraben 2-4, A-1030 Wien
 Tel (0222)79 88 444, Fax (0222)79 88 448

NEW YORK CITY MARATHON

Wir
waren
dabei!

NEW YORK. Der 27. New York City Marathon endete mit einer Überraschung: Der Italiener Giacomo Leone siegte in 2:09:54 Stunden vor dem Äthiopier Turbo Tumo und dem Kenyaner Joseph Kamau.

„Ich muß träumen“, sagte der 25jährige Bahnspezialist über sein Marathondebut, „es schien so leicht. Das ist der schönste Tag meines Lebens.“ Leone erhielt 50.000 Dollar und einen Mercedes für den Lauf seines Lebens. Drei Kilometer vor dem Ziel war es ihm gelungen, die langen Schatten seiner Konkurrenten loszuwerden.

Auch bei den Frauen siegte eine Außenseiterin: Die Rumänin Anuta Catuna, bisher eine erfolgreiche Mannschaftsläuferin, gewann in 2:28:18 Stunden. Top-Favoritin Tecla Loroupe (Kenya) fiel schon zur Hälfte des Rennens zurück und bot ein tragisches Bild.

Eine österreichische Hundertschaft beteiligte sich am New Yorker Megaspektakel. Veronika Kienbichl machte dabei beste Figur. Die Läuferin vom SVG Hohe Wand belegte in 2:55:54 Stunden Rang 27 der Damenwertung.

New York City Marathon, 3. November, New York / USA

10 Grad, sonnig

MÄNNER:

1. Giacomo Leone (ITA) 2:09:54, 2. Turbo Tumo (ETH) 2:10:09, 3. Joseph Kamau (KEN) 2:10:40, 4. John Kagwe (KEN) 2:10:59, 5. Andres Espinosa (MEX) 2:11:39, 6. Cosmas Ndeti (KEN) 2:11:53, 7. Martin Fiz (ESP) 2:12:31, 237. Josef Schöber (Seitenstetten) 2:47:36.

FRAUEN:

1. Anuta Catuna (ROM) 2:28:18, 2. Franca Facconi (ITA) 2:28:42, 3. Joyce Chepchumba (KEN) 2:29:38, 4. Kim Jones (USA) 2:34:46, 5. Christine Mallo (FRA) 2:35:51, 6. Zhaia Dhamani (FRA) 2:35:31, 7. Tecla Loroupe (KEN) 2:37:19, 27. Veronika Kienbichl (SVG Hohe Wand) 2:55:54.

Krampusse und Krampussinnen

PURGSTALL. Er hat schon Tradition, der Krampuslauf. Zum elften Mal ausgetragen, kamen 210 Teilnehmer trotz Regens nach Purgstall ins Erlaufstal und testeten auf der romantischen Pratersteg-Runde Ausdauer und Wettkampfstärke.

Die Tagessiege gingen an den Ungarn Adam Temesi und Ulli Puchner (ULC Linz-Oberbank). Während die Linzerin auf 4.690 Metern Laufstrecke neun Sekunden Vorsprung auf die zweitplatzierte Ungarin Hortobagyi herausgeholt hatte, langte Temesi nach 8.880 Metern das Minimum einer Sekunde, um vor Puchner-Freund Niklas Kröhn zu gewinnen.

11. Krampuslauf, 30. November, Purgstall / AUT

3 Grad, Regen, windstill

MÄNNER (8.880 m):

1. Adam Temesi (HUN) 28:50, 2. Niklas Kröhn (LCAV doubrava) 28:51, 3. Alois Redl (HSV Melk) 29:04.

AK 30:

1. Leopold Haider (U. Waidhofen/Y.) 30:27.

AK 35:

1. Hubert Rinner (U. VB Purgstall) 30:36.

AK 40:

1. Felizian Lippard (ULC Road Runners) 30:50.

AK 45:

1. Erwin Lindenthal (TVN St. Pölten) 31:13.

AK 50:

1. Klaus Kröhn (U. Naturfabrik Ahorn) 33:12.

AK 60:

1. Rudolf Zelenka (TVN St. Pölten) 42:27.

JUNIOREN (4.690 m):

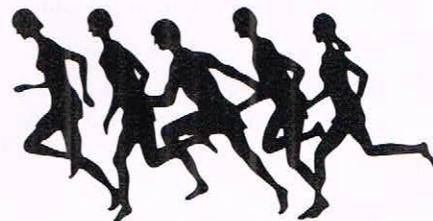
1. Markus Janovsky (U. Waidhofen/Y.) 16:42.

JUGEND:

1. Markus Müller (USKO Melk) 16:18.

FRAUEN (4.690 m):

1. Ulli Puchner (ULC Linz-Obb.) 17:15, 2. Eszter Hortobagyi (HUN) 17:24, 3. Alexandra Kumpf (ULC Linz-Obb., 1. SCHÜLER) 18:19.



AK 30:

1. Franziska Gruber (ULG Waldhausen) 18:49.

AK 40:

1. Elfriede Mayrbäurl (Amateure Steyr) 19:43.

AK 50:

1. Helga Kaider (Tyrulia Wien) 24:17.

JUGEND:

1. Eva Maresova (ULC Mödling) 19:30.

DIE ERSTE

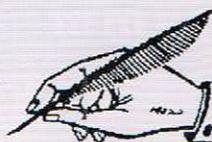
Nehmen Sie uns beim Namen

Die Wagnerianer

SCHARNSTEIN. 32 Athleten hat der oberösterreichische Manager Robert Wagner derzeit unter Vertrag. Neu in seiner Gruppe von Olympiasiegern und Weltmeistern (Heike Drechsler, Ilke Wyludda, Sally Gunnell, Silke Renk) sind neben anderen Weitsprung-Olympiasiegerin Chioma Ajunwa (Nigeria) und Junioren-Weltmeister Tony Wheeler (USA / 200 m). Theresia Kiesel und Gregor Högler sind die österreichischen Wagnerianer. Ausgemustert: Sigrid Kirchmann, Mark McKoy.

In einer Wertung aller von der IAAF anerkannten Leichtathletikmanager liegt Wagner hinter Kim Mc Donald und Jos Hermens wie im Vorjahr auf Platz drei. Österreichs zweiter Manager Harald Edletzberger verbesserte sich im weltweiten Ranking von 57 auf 44.

Viele Grüße
aus...



... DEM STUBAITAL / TIROL

von einem Schilanglauf-Trainingslager
Berglauf World Trophy Siegerin Gudrun Pflüger

... NEW YORK / USA

vom New York City Marathon
ASK Nettingsdorf und Langsam-Lauf-Treff Enns

BUCHTIP

VERLETZT, ...WAS TUN?

Hilfe zur Selbsthilfe bei Sportverletzungen

Müller-Wohlfahrt, H.J. Montag, 164 Seiten, Werra-Press Verlag, Pfaffenweiler 1996, S 182.-

Gesundheit ist nicht käuflich, Gesundheit ist das höchste Gut des Menschen - und das wichtigste Kapital des Sportlers. Auch bei größter Sorgfalt: Kaum ein Sportler kommt im Laufe seiner Karriere ohne Verletzungen, und seien es kleinere Blessuren, davon. Der von seiner Tätigkeit bei Bayern München bekannte Sportarzt Dr. Müller-Wohlfahrt gibt in diesem Buch zusammen mit dem Sport-Physiotherapeuten Hans-Jürgen Montag Tips zur richtigen Erstversorgung, aber auch zur Verletzungsprophylaxe. Geschulte Fachleute erfahren in diesem Buch wenig Neues, können aber ebenso wie Trainer und Sportler von den vielen praktischen Tips profitieren. Angefangen mit der richtigen Vorbeugung werden über Erstversorgung und Nachbehandlung Verletzungen von Fuß bis Kopf behandelt. Die Kapitel über praktische Hinweise - Kleidung, Ernährung, Regeneration und Aufwärmen, sowie Taping haben inhaltlich nur Informationscharakter und können als thematische Abrundung eines gelungenen Gesamtwerkes gesehen werden. Die Dauer einer Verletzung hängt wesentlich von der richtigen Erstversorgung ab. Schon allein aus diesem Grund muß die Thematik jedem Sportler und verantwortungsbewußtem Trainer ein Anliegen sein. Ein Buch, das in jedes Erste-Hilfe-Set ebenso gehört wie in jede Sporttasche.

Das ganze Leben ist SYMMETRIC

Josef Wiesauer, Edition Herant, 1996, S 248.-

Während Hochleistungstraining oft über die Grenzen der physiologischen und anatomischen Leistungsfähigkeit des menschlichen Organismus hinausführt, trifft dies für allgemeines Fitneßtraining nicht zu. Das allgemeine Bewegungstraining hat das Erreichen von ganzheitlichem körperlichem und geistigem Wohlbefinden zum Ziel.

Symmetric versucht, die gängigen Freizeitsportarten wie Jogging, Sportspiele, Rollerskating, Krafttraining, Radfahren, Gymnastik und Stretching stufenförmig in ein ganzheitliches Konzept zu integrieren. Symmetric soll helfen, die Sinnfrage von Sport jenseits von Metern und Sekunden neu zu beantworten. Die Lust am Tun steht vor der Freude über einen Sieg.



Sigrid Kirchmann im Hochsprung-Finale der Olympischen Spiele in Barcelona 1992

**Damit österreichische
Sportler Höchstleistungen
erreichen können...**

Als Partner der Jugend engagiert sich die Erste seit Jahren für den Sportnachwuchs - z.B. in der Schülerliga. Aber auch der Breitensport erhält durch die Unterstützung zahlreicher Veranstaltungen immer wieder neue Impulse. Und die Spitzenleistungen österreichischer Sportler und Sportlerinnen beruhen nicht selten auf den Spitzenförderungen der Ersten. In der Leichtathletik genauso wie im Reitsport und beim Segeln.

DIE ERSTE
Nehmen Sie uns beim Namen

Telegramm



WIEDER FIT: Nach einem Bänderriß bei den ÖLV-Seniorenmeisterschaften im Sommer feierte die frühere ÖLV-Fünfkampf- und Hochsprung-Staatsmeisterin Helga PARGFRIEDER bei einem Senioren-Vergleichskampf in Linz ein „Comeback“.
Bild: PLOHE

5. Okt. Senioren-Vergleichskampf 1. FC Passau (GER) - ATSV Keli Linz - ULC Linz-Obb., Linz / AUT

MÄNNER AK 30: 100 m (0,0): 1. Rainer Schrammel (ATSV Keli Linz) 11,24. 1.000 m: 1. Peter Schlechta (ATSV Keli Linz) 2:50,61. 4 x 100 m: 1. ATSV Keli Linz (Rainer Schrammel, Christopher Schiefermayer, Andreas Lagler, Peter Schlechta) 46,19. Hoch: 1. Christopher Schiefermayer (ATSV Keli Linz) 1,50. Weit: 1. Andreas Lagler (ATSV Keli Linz) 5,80. Kugel: 1. Christian Nebl (ATSV Keli Linz) 17,86. GESAMT: 1. ATSV Keli Linz 6.561 Pkte, 2. FC Passau (GER) 4.705, 3. ULC Linz-Obb. 1.852. AK 40: 100 m (0,0) / Weit: 1. Herbert Kreiner (ATSV Keli Linz) 12,07 / 5,68. 1.000 m: 1. Manfred Gartner (ATSV Keli Linz) 3:18,42. 4 x 100 m: 1. ATSV Keli Linz (Wolfgang Hell, Manfred Gartner, Herbert Kreiner, Johann Povysil) 50,86. Kugel: 1. Leopold Kratky (ULC Linz-Obb.) 10,50. GESAMT: 1. ATSV Keli Linz 4.586 Pkte, 2. ULC Linz-Obb. 2.092. AK 50: 100 m (0,0): 1. Peter Scholz (GER) 12,77, 3. Walter Auer (ATSV Keli Linz) 18,58. 1.000 m: 1. Peter Scholz (GER) 3:17,74. 4 x 100 m: 1. FC Passau (GER) 50,90. Weit: 1. Peter Scholz (GER) 5,13, 2. Walter Auer (ATSV Keli Linz) 3,88. Kugel: 1. Günter Pilz (ULC Linz-Obb.) 12,75. GESAMT: 1. FC Passau (GER) 4.321 Pkte, 2. ATSV Keli Linz 888, 3. ULC Linz-Obb. 651. ALLE ALTERSKLASSEN: 1. ATSV Keli Linz 12.035 Pkte, 2. FC Passau (GER) 9.026, 3. ULC Linz-Obb. 4.595.

FRAUEN AK 30: 100 m (-0,1): 1. Ingeborg Brunner (ATSV Keli Linz) 14,18. 800 m: 1. Eva Obermayr (ULC Linz-Obb.) 2:38,81. 4 x 100 m: ULC Linz-Obb. (Christine Kratky, Sabine Sams, Maria Irrgeher, Eva Obermayr) 61,86. Hoch: 1. Christl Leidl (GER) 1,51. Weit: 1. Sabine Sams (ULC Linz-Obb.) 3,92. Kugel: 1. Helga Pargfrieder (ATSV Keli Linz) 10,03. GESAMT: 1. FC Passau (GER) 5.232 Pkte, 2. ULC Linz-Obb. 3.896, 3. ATSV Keli Linz 1.854.

5. Okt. Straßenlauf, Schönkirchen-Reyersdorf / AUT

MÄNNER (14,6 km): 1. Dusan Stefik (SVK) 49:07, 2. Michael Klupil (LCC Wien, 1. AK 30) 49:31, 3. Ali Ben Sahili (Cafe Haferl, 1. AK 40) 50:03. AK 50: 1. Hana Kvetoslav (CZE) 57:16, 3. Friedrich Langer 1:09:57. AK 60: 1. Leopold Schick (SKV Feuerwehr) 1:05:48. JUGEND: 1. Stefan Grasser (Cafe Haferl) 1:05:03. SCHÜLER (4,2 km): Yusuf Celik 16:12.

FRAUEN (14,6 km):

1. Michaela Fromhold (ATSV OMV Auersthal) 1:04:20, 2. Wilma Schram (Tyrolia Wien, 1. AK 40) 1:06:14, 3. Elisabeth Fally (ULC profi Weinland, 1. JUNIOREN) 1:13:13. AK 30: 1. Gerlinde Schneider (Cafe Haferl) 1:13:55. AK 50: 1. Dana Ellingerova (CZE) 1:13:34. AK 60: 1. Marie Hanakova (SVK) 1:32:26. SCHÜLER (4,2 km): 1. Sarah Niederle 17:43.

6. Okt. 3. Int. SPORTHAUS STÜCKLER Lauf, Hitzendorf / AUT

MÄNNER (7,6 km): 1. Terefe Mekonnen (Ponigl Road Runners, 1. AK 30) 22:08, 2. Igor Salamun (SLO, 2. AK 30) 22:15, 3. Christian Schmalegger (Polizei SV Leoben) 22:16. AK 40: 1. Johann Sommerhuber (Tyrolia Jaritzberg) 24:15. AK 50: 1. Willy Bauer (Tyrolia Wien) 26:51. AK 60: 1. Josef Fladerer (Ponigl Road Runners) 28:45. AK 70: 1. Siegfried Brunner (Tyrolia Jaritzberg) 41:13. JUNIOREN: 1. Alexander Unterberger (Polizei SV Leoben) 25:58. JUGEND (2 km): 1. Martin Bertolin (ATUS Gratkorn) 6:25. SCHÜLER: 1. Thomas Schwaiger (Tyrolia Wien) 6:48.

FRAUEN (7,6 km): 1. Christine Zückert (Tyrolia Jaritzberg, 1. AK 30) 25:42, 2. Sl. Bosnic (SLO, 2. AK 30) 27:51, 3. Silvia Mitterbacher (ASKÖ Tri Judenburg) 27:54. AK 40: 1. Ludmilla Gül (FC Donald) 29:52. AK 50: 1. Lojzka Felician (SLO) 35:30. AK 60: 1. Kazimira Luznik (SLO) 34:18. JUNIOREN: 1. Karin Erlacher (Tyrolia Jaritzberg) 31:37. JUGEND (2 km): 1. Birgit Scharatitsch (Tyrolia Jaritzberg) 8:48. SCHÜLER: 1. Jadranka Kaiser (SLO) 7:31, 2. Karin Erlacher (Tyrolia Jaritzberg) 7:36.

13. Okt. City Marathon, Graz / AUT

Terefe Mekonnen (Ponigl Road Runners), ursprünglich nur als Tempomacher engagiert, gewann den Grazer City Marathon. Der in der Steiermark lebende Äthiopier, zugleich Österreichs Staatsmeister im 10.000-Meter-Lauf, siegte in 2:22:15 Stunden. Jürgen Plechinger (LCC Wien) folgte als nächstbesten Heimischer in 2:25:14 Stunden als Vierter. Bei den Frauen siegte Ulrike Puchner (ULC Linz-Obb.) in 2:46:53 Stunden. 1.400 Läuferinnen und Läufer nahmen in Graz teil.

19. Okt. 13. Geländelauf, Öpping / AUT

MÄNNER (8 km): 1. Egon Schmalzer (LG AU Pregarten, 1. AK 30) 27:08, 2. Max Springer (LG AU Pregarten, 2. AK 30) 27:28, 3. Peter Woldan (U. LPC Grieskirchen, 1. AK 40) 29:11. AK 50: 1. Frantisek Marek (CZE) 30:53. JUNIOREN (4 km): 1. Markus Pflügl (LCVAV doubrava) 15:18. SCHÜLER (3 km): 1. Thomas Kraml (Peilstein) 10:02. FRAUEN (8 km): 1. Johanna Magauer (U. Rohrbach/Berg) 32:35, 2. Gabriele Schuster (ULC Linz-Obb.) 34:17, 3. Jiitka Valkova (CZE, 1. AK 30) 35:10. JUNIOREN (4 km): 1. Judith Deschka 19:54. SCHÜLER: 1. Bernadette Schuster (U. Rohrbach/Berg) 11:17.

19. Okt. Werfermeeting, Bruck/Mur / AUT

Eva Pötsch ist 63 Jahre. Die Frau des früheren Kugelstoß- und Hammerwurf-Staatsmeisters und Senioren-Weltmeisters Hans Pötsch stellte bei einem Wer-

fermeeting in Bruck/Mur mit 28,22 Metern einen steirischen Landesrekord im Hammerwerfen (4 kg) auf. Den 3-Kilo-Hammer ihrer Altersklasse beförderte die wendige Seniorin auf 30,28 Meter.

MÄNNER: Kugel: 1. Günter Pilz (ULC Linz-Obb.) 12,41. Diskus: 1. Gerald Jalitsch (Kapfenberger SV) 38,86. Hammer: 1. Gerald Landzettel (ATUS Bruck-Spk.) 40,22. AK 50: Kugel / Diskus: 1. Heinz Hare (U. Klagenfurt) 14,68 / 46,38. Hammer: 1. Gerald Landzettel (ATUS Bruck-Spk.) 45,12. AK 55: Kugel / Diskus / Hammer: 1. Alfred Copi (ATUS Bruck-Spk.) 8,97 / 22,96 / 20,28. AK 60: Kugel / Diskus: 1. Angelo Giumanini (ITA) 9,27 / 30,76. Hammer: 1. Hans Pötsch (U. Spk. Graz) 44,38. FRAUEN: Hammer: 1. Eva Gacs (ITA) 38,00, 2. Eva Pötsch (ATUS Gratkorn) 28,22 (StLV-Rekord). AK 45: Kugel: 1. Ursula Landzettel (ATUS Bruck-Spk.) 8,74. Hammer: 1. Eva Gacs (ITA) 38,76. AK 55: Kugel / Diskus / Hammer: 1. Helgard Gratzl (Cricket) 6,04 / 19,84 / 27,82. AK 60: Kugel / Diskus / Hammer: 1. Eva Pötsch (ATUS Gratkorn) 7,71 / 20,56 / 30,28.

19. Okt. Schöllanger Herbstgeländelauf, Oberdorf / GER

MÄNNER (ca 10 km): 1. Jürgen Zischg (ULC arido Dornbirn) 36:39, 2. Matthias Filser (GER) 37:24, 3. Hubert Herz (SUI) 37:41.

26. Okt. Jedermannlauf, Salzburg / AUT

120 Inlineskater rollten erstmals dem 1.400-Läufer starken Feld beim Salzburger Jedermannlauf voraus. Der schnellste Läufer war auf den sechs Kilometern nur eine Minute langsamer: Bernd Schiermayer (LCVAV doubrava) traf nach 18:30 Minuten vor dem Deutschen Rold Kvikivik und Gerhard Wörndl aus Thalgau ein. Die Siegerin bei den Damen kam aus Salzburg: Karin Walkner (Union) siegte in 21:09 Minuten vor Brigitte Mühlbacher (LCVAV doubrava) und Ellen Förster (ULC Linz-Obb.). Förster nahm schon zum dreizehnten Mal beim Jedermannlauf teil und war damit seit 1984 jedesmal dabei.

26. Okt. 7. Halbmarathon, Asten / AUT

MÄNNER: 1. Frantisek Lastovka (CZE, 1. AK 30) 1:11:11, 2. Markus Hametner (LG AU Pregarten) 1:12:42, 3. Jan Vopat (CZE, 1. AK 40) 1:12:49, 4. Othmar Wregg (Linz, 2. AK 30) 1:13:20. AK 50: 1. Josef Herzog (Amateure Steyr) 1:20:41. AK 60: 1. Rudolf Oppel (ASKÖ Marchtrenk) 1:34:19. JUNIOREN: 1. Lukas Sonnberger (U. Bad Leonfelden) 1:21:08.

FRAUEN: 1. Frieda Lackner (Asten, 1. AK 30) 1:31:51, 2. Angelika Moser (Enns, 2. AK 30) 1:39:34, 3. Helene Leiss (U. Vorchdorf, 1. AK 40) 1:39:54. AK 50: 1. Margarethe Knollmayer (LT Linz) 2:04:33.

27. Okt. 14. Int. Astberglauf, Going / AUT

Der Astberglauf in Tirol ist traditionell die Jahres-Abschlussveranstaltung des „Österreichischen Berglaufcups“. Nach einem geschlossenen Lauf durch den Ortskern von Going, setzten sich bei Kilometer zwei, beim Marcherhof, dort wo der 6-Kilometer-Berglauf mit 568 Höhenmetern so richtig interessant wird, die Favoriten ab. Helmut Schmuck (LCC Wien) legte einen Zwischenspur ein, dem niemand gewachsen war. Das Ziel am Goinger Astberg erreichte er nach 27:15 Minuten mit neuem Streckenrekord, vor dem Deutschen Philipp Kehl und dem Tiroler Aufsteiger der Saison, Rainer Steinberger (LT Breitenbach). Damensiegerin wurde, das bereits zum dritten Mal, Elsbeth Heinze (ULC arido Dornbirn). Die „Tirol Berg & Cross Trophy“, eine Fünferkombination aus den Veranstaltungen des LSV Kitzbühel (Pfungslauf und Astberglauf in Going, Berglauf in Oberndorf, See-

grubenlauf in Innsbruck, Hornlauf in Kitzbühel) sicherte sich Rainer Steinberger.

MÄNNER (6 km, HD 568 m): 1. Helmut Schmuck (LCC Wien, 1. AK 30) 27:15 (Streckenrekord), 2. Philipp Kehl (GER, 2. AK 30) 27:36, 3. Rainer Steinberger (LT Breitenbach, 3. AK 30) 27:50. AK 50: 1. Peter Flunger (SK RAIKA Zirl) 29:55. AK 50: 1. Herbert Griesebner (Rauris) 34:06. AK 60: 1. Ambros Unterkircher (U. RAIKA Lienz) 38:14. AK 70: 1. Eugen Schabel (GER) 57:37. JUNIOREN: 1. Florian Heinzle (ULC arido Dornbirn) 30:23. JUGEND (2,9 km): 1. Immo Wahl (GER) 16:03, 2. Mario Egger (BLT RAIKA Volders, 1. SCHÜLER) 16:30.

FRAUEN: (6 km, HD 568 m): 1. Elsbeth Heinzle (ULC arido Dornbirn, 1. AK 40) 37:23, 2. Maria Emberger (LG Pletzer Hopfgarten, 2. AK 40) 38:10, 3. Barbara Exenberger (LG Pletzer Hopfgarten) 38:59. AK 50: 1. Erika Tweraser (ALC Wels) 41:14. AK 60: 1. Renate Spaun (LG Attergau) 1:00:06. SCHÜLER (2,9 km): 1. Kathrin Geiger (BLT RAIKA Volders) 21:18.

Tirol Berg & Cross Trophy 1996:

MÄNNER: 1. Rainer Steinberger (LT Breitenbach, 1. AK 30) 3:35:53, 2. Alexander Rieder (LSV Kitzbühel) 3:36:48, 3. Peter Flunger (SK RAIKA Zirl, 1. AK 40) 3:51:54. JUGEND: 1. Immo Wahl (GER) 1:00:17. SCHÜLER: 1. Mario Egger (BLT RAIKA Volders) 59:27.

WEIBL. SCHÜLER: 1. Susanne Kotz (GER) 1:15:35, 2. Katharina Schwaninger (BLT RAIKA Volders) 1:27:35.

Weinviertler Laufcup 1996 / AUT

644 Herren, 115 Damen und 410 Kinder beteiligten sich an den zehn Bewerben zum Weinviertler Laufcup in Zistersdorf, Matzen, Falkenstein, Deutsch-Wagram, Aversihal, Spannberg, Großkrut, Mistelbach, Schönkirchen-Reyersdorf und Poysdorf. Deutsch-Wagram war ein Halbmarathon, alle übrigen Läufe lagen im Bereich von 7 und 14,6 Kilometern. Für den Cup wurden die sieben besten Resultate addiert. Bei den Damen gewann Silvia Ullmann vor Wilma Schram und Herta Koch, bei den Herren ging der Gesamtsieg an den Slowaken Dusan Stefik vor Ali Ben Sahili und Michael Klapil. Bei einer Nudelparty nach der letzten Veranstaltung in Poysdorf wurde ein Ausblick auf 1997 gehalten, wo zu den zehn bisherigen Austragungsorten noch Hohenau und Vnorovy in Tschechien dazukommen.

ENDSTAND:

MÄNNER: 1. Dusan Stefik (SVK) 697 Pkte, 2. Ali Ben Sahili (Cafe Haferl, 1. AK 40) 690, 3. Michael Klapil (LCC Wien, 1. AK 30) 687. AK 50: 1. Hana Kvetoslav (CZE) 565, 2. Helmut Gube 526. AK 60: 1. Leopold Schick (SKV Feuerwehr) 211. JUGEND: Kurt Wultsch 371.

FRAUEN: 1. Silvia Ullmann (1. AK 30) 620 Pkte, 2. Wilma Schram (Tyrolia Wien, 1. AK 40) 592, 3. Herta Koch (2. AK 40) 529. AK 50: 1. Dana Ellingerova (CZE) 313. AK 60: 1. Marie Hanakova (SVK) 82. JUGEND: Elisabeth Fally (ULC profi Weinland) 226.

Österreichischer Volkslaufcup 1996 / AUT

MÄNNER: 1. Terefe Mekonnen (Panigl Road Runners) 600 Pkte, 2. Anton Bernhard (SV RAIKA Greifenburg) 594, 3. Hermann Gruber (ASKÖ Villach) 585. AK 30: 1. Franz Sulzer (U. St. Veit/Gölsen) 790. AK 35: 1. Bernhard Santner (ASKÖ Villach) 795. AK 40: 1. Werner Planer (ASKÖ Spk. Hainfeld) 799. AK 45: 1. Hermann Foidl (LG Pletzer Hopfgarten) 800. AK 50: 1. Heinz Steiner (TS Innsbruck-Spk.) 800. AK 55: 1. Ernst Schoderböck (U. Traismauer) 787. AK 60: 1. Horst Holland (SVSG Lunz/See) 800. AK 65: 1. Rudolf Oppel (ASKÖ Marchtrenk) 800. AK 70: 1. Eugen Schabel (GER)



GRÖSSEN der österreichischen und deutschen Berglaufszene bei der Siegerehrung des Astberglaufes: Hubert RESCH, Gerhard Wörndl, Philipp KEHL, Helmut SCHMUCK, Rainer STEINBERGER, Hermann KLINGENSCHMID (von links). Bild: Franz Puckl

800, 2. Matthias Strobl (TSV Innerschwand) 788. JUNIOREN: 1. Miklos Zatyko (HUN) 800, 2. Marco Neuner (TS Innsbruck-Spk.) 766. JUGEND: 1. Zsolt Szabo (HUN) 794, 3. Martin Resel (SVSG Lunz/See) 781. SCHÜLER: 1. Jakub Sumera (CZE) 799, 2. Michael Halwachs (HSV Pinkafeld) 797. FRAUEN: 1. Anna Haderer (IGLA Harmonie) 600 Pkte, 2. Karoline Dohr (TUS Kainach) 584, 3. Aniko Erdösi (HUN) 569. AK 30: 1. Margarete Kroiss (GER) 799, 3. Gabriele Steindl (TVN Ybbs) 744. AK 35: 1. Gertrud Harant (GER) 797, 2. Brigitte Kögler (ATSV Ternitz) 741. AK 40: 1. Caroline Neumann (ASV Salzburg) 800. AK 45: 1. Monika Staggl (ASV Salzburg) 800. AK 50: 1. Christine Sturm (ASV Salzburg) 800. AK 55: 1. Gerlinde Kraml (ATV Vösendorf) 700. AK 60: 1. Kazimira Luznik (SLO) 800, 2. Johanna Stangl (ATUS Neunkirchen) 719. AK 65: 1. Renate Spaun (LG Attergau) 787. JUNIOREN: 1. Manuela Harant (GER) 665. JUGEND: 1. Kerstin Wurzer (ATUS RAIKA Judenburg) 771. SCHÜLER: 1. Martina Untermoser (LC Oberpinzgau) 800.



DIE TEILNAHME am großen Volkslaufcup schließt das Mitmachen an Staatsmeisterschaften ein: So praktiziert von Monika STAGGL (Bild), der besten AK-45-Cupläuferin, so praktiziert aber auch von Anna Haderer oder Terefe Mekonnen, da wie dort Champions mit und ohne Chip. Bild: Kurt Brunbauer

Leute von Welt

Viktor Koslow, Cheftrainer der russischen Nationalmannschaft, ist im Zentrum Moskaus in seinem Auto tot aufgefunden worden. Unbekannte hatten den 48jährigen mit mehreren Stichen ins Genick getötet.

Siegfried Stark, Ex-Zehnkampfverantwortlicher des ÖLV und Salzburger Landestrainer, ist jetzt Vereinstrainer in Ratzeburg (Deutschland). Die Kontakte zu Österreich will er aufrecht halten, die Szene weiter beobachten. „Spätestens in Götzis sehen wir uns wieder“, schrieb er und läßt Grüße an alle Freunde über die LEICHTATHLETIK ausrichten. Seine Adresse: Schweriner Straße 40, D-19205 Gadebusch.

FLORA LONDON MARATHON 13. April 1997

Wir haben relativ wenige
Startkarten.
Darum: First come, first run.

unlimited
RUNNER^S

P+R Reisen
Franzosengraben 2-4
A-1030 Wien

Tel: 0222 / 7988444, Fax: 0222 / 7988448



Bild: Kurt Brunbauer

Step by Step

Erfolgreiches Grundlagentraining

von Mag. HEINZ BÉDÉ-KRAUT

Sie haben nach der erholsamen Übergangsperiode Ihren Trainingsrhythmus wieder langsam aufgenommen und durch vielseitiges Ausdauer- und Koordinationstraining, sowie durch allgemeine Kräftigungsübungen grundlegende Leistungsvoraussetzungen für den weiteren Trainingsaufbau geschaffen. Ihr Körper ist jetzt bereit für neue Anforderungen und schon viel belastbarer als bei Trainingsbeginn.

Die Vorbereitungsperiode II (VP II - Jänner/Februar) steht für Läufer ganz im Zeichen eines verstärkten laufspezifischen Grundlagentrainings, das heißt im speziellen, die Belastungsumfänge werden merklich erhöht. Im Mittelpunkt stehen dabei folgende Trainingsmethoden:

- **langer, ruhiger Dauerlauf:** Dauer: abhängig von Zielsetzung für Marathonläufer bis zu 3:30 Stunden, für 5.000- und 10.000-m-Läufer bis zu 2:30 Stunden, Intensität: 70 - 75 % der individuellen Herzfrequenz maximal (Hfmax.), unter der aeroben Schwelle, wenn möglich flache Strecke;
- **leichter Dauerlauf:** Dauer 0:50 bis 1:30 Stunden, etwas schneller als langer, ruhiger Dauerlauf, etwa 75-85 % der individuellen Hfmax., flache oder leicht profilierte Strecken;

Die oben dargestellten Trainingsmethoden dienen vornehmlich der Ausdauer-schulung. Die erste Zielsetzung besteht darin, mehr Kilometer zu schaffen, bevor Ermüdung einsetzt. Und dies ist nicht nur für Marathonläufer von Bedeutung, sondern auch der 5.000-m- oder 10.000-m-Spezialist profitiert von den Wirkungen des ruhigen, gleichmäßigen Laufens.

Laufspezifisches Grundlagenausdauertraining:

Was bringt es, worin liegen die Anpassungen?

1. Ökonomisierung der Herz-Kreislauf-Arbeit (Absinken der Ruhe- und Belastungsherzfrequenz, verbesserte Erholungsfähigkeit)
2. Verbesserung der peripheren Durchblutung (Kapillarisation): Arbeitsmuskulatur wird besser mit Sauerstoff und Energie versorgt, rascher Abtransport von Stoffwechselschlacken)
3. Erweiterung des aeroben Stoffwechsels mit Verbesserung der Fettverbrennung (Fettstoffwechseltraining: Zunahme der intrazellulären Fettspeicher, mehr freie Fettsäuren können bei höherer Intensität noch freigesetzt, transportiert und vom Gewebe verbrannt werden)
4. Ausbildung eines stabilen Bewegungstereotyps (Laufökonomie)
5. Anpassung der Gewebsstrukturen an längere Belastungsdauer (Stärkung der Bänder, Sehnen)

Das Grundlagentraining ist also die entscheidende Basisarbeit für den nächsten Trainingsabschnitt, in dem dann immer intensivere Belastungen absolviert werden können.

In der Trainingspraxis hat sich bewährt, die aeroben Dauerläufe in einen Belastungsblock zusammenzufassen, das heißt zum Beispiel am Samstag einen leichten Dauerlauf und am Sonntag den langen, ruhigen Dauerlauf zu absolvieren. Wichtig ist auch, daß Sie die Dauer der langen Läufe um nicht mehr als 15 min pro Woche steigern, um sich vor Verletzungen zu schützen und einer muskulären Übermüdung vorzubeugen.

Viele Läufer beherzigen zwar das ruhige, umfangreiche Dauerlaufen, bedenken aber zu selten zwei ganz entscheidende Aspekte: Erstens kann nur in einem zyklischen Wechsel von Belastung und Erholung der Organismus die im Training gesetzten Reize verarbeiten und zweitens vollziehen sich die wesentlichen Anpassungsprozesse vor allem in den Entlastungsphasen.

Diesen allgemeinen Trainingsprinzipien folgend, sollten Sie immer nach zwei bis drei Wochen mit ansteigenden Belastungen eine Woche zur Regeneration einlegen (z.B. 50 - 60 - 70 km, Entlastung mit nur 40 km, dabei auch den langen, ruhigen Lauf verkürzen!)

Natürlich können in der VP II je nach individueller Zielsetzung schon etwas intensivere Trainingsmethoden zur Anwendung kommen. Hier drei Vorschläge:

- **mittlerer Dauerlauf:** Dauer: 0:30 bis 1:15 Stunden, etwa 85 - 90 % der individuellen Hfmax.,
- **Fahrtspiel leicht oder Fahrtspiel mittel:** leichter bis etwas intensiver Tempowechsel nach Lust, Laune und Geländebeschaffenheit, Dauer: 30 - 60 min, etwa von 70 - 85 % oder von 70 - 90 % der Hfmax., gut ein- und auslaufen!
- **Tempowechsel nach Zeit:** z.B. 3 x 10 min mit etwa 90 % der Hfmax. dazwischen 10 min leichter Dauerlauf.

Sie sollten immer im Auge behalten, daß gut $\frac{3}{4}$ der wöchentlichen Trainingszeit mit den ruhigen und leichten Läufen abgedeckt werden, um den entscheidenden Leistungsschub im Grundlagenbereich zu erzielen. Ein gut geführtes Trainingstagebuch ist hier von entscheidender Bedeutung!

Abschließend nun eine typische Trainingswoche der VP II eines Läufers mit der Zielsetzung Vienna City Marathon 1997:

Montag: Ruhetag, 20 min Stretching

Dienstag: 2-3 km Dauerlauf leicht, 6-8 x 30 m Läufer-ABC, 5-7 km Fahrtspiel leicht, flache Strecke, 2 km regenerativer Dauerlauf, 20 min Stretching und Kräftigungsübungen

Mittwoch: 2-3 km Dauerlauf leicht, Tempowechseltraining nach Zeit: 3 x 8-10 min mit etwa 90 % von Hfmax., dazwischen 8-10 min Dauerlauf leicht, 2 km regenerativer Dauerlauf, 10 min Stretching

Donnerstag: Ruhetag oder 30 min regenerativer Dauerlauf

Freitag: 75-90 min Fitness-Studio: 10 min Dauerlauf leicht am Laufband danach 10 min mittlere Belastung am Ergometer, dann Kraftausdauertraining mit Zusatzlast in Zirkelform: Bankdrücken, Latziehen, Rumpfbeugen (Hyperextensions), einbeinige Kniebeugen oder Beinpresse, Beincurls, vielseitiges Bauchmuskeltraining, rudern sitzend, 6-8 Stationen, 3-4 Durchgänge, 15-20 Wiederholungen, 40-50 % der Maximalkraft, 10 min sehr locker ausradeln

Samstag: 14 - 16 km Dauerlauf ruhig im leicht hügeligen Gelände, 10 min Stretching

Sonntag: 20 - 24 km ruhiger Dauerlauf, alle 15 min Steigerungslauf über 80-120 m, 10 min Stretching, Vollbad, Sauna.

In der nächsten Ausgabe gebe ich Ihnen Tips und Anregungen rund ums intensivere, wettkampfspezifischere Ausdauertraining.

Informationen zu einer individuellen Trainingssteuerung erhalten Sie bei TSM in 1030 Wien, Gärtnergasse 3/6, Tel.: 713 69 79 (-4 Fax).

SERVICE

Briefe an die Redaktion: LEICHTATHLETIK
Eichendorffstraße 16, 4020 Linz

AUTOGRAMMADRESSEN

Astrid Kumbernuss (Deutschland), Olympiasiegerin '96, Weltmeisterin '95, Europameisterin '90, Hallen-Europameisterin '96 im Kugelstoß. Anschrift: Fischerbänk 3, D-17033 Neubrandenburg.
Thomas Ebner (IAC Orthosan), Hallen-EM-7. '96, Olympia-Teilnehmer '96, Österreichischer Staatsmeister über 1.500 m. Anschrift: Fischnallerstraße 26, 6020 Innsbruck.

ZEITSCHRIFTEN

Athletics Press-Magazine of Athletics Commission, Format A-4, 80 Seiten, SW, englisch. Komplette Leistungsentwicklung (alle Rennen) von Michael Johnson; Portraits (ohne Fotos) von Jonathan Edwards, Grit Breuer, Alina Astafei, Uta Pippig u.a. Alle Olympia-Ergebnisse 1896 - 1992 (ersten Sechs bis Acht), alle Weltrekorde bei Olympischen Spielen, die meisten Medaillen je Sportler und einiges mehr. Komplette Ergebnisse WM 1995 Göteborg, Cross-WM Kapstadt 1996, Road Relay WM 1996 Kopenhagen, Hallen-EM 1996 Stockholm, weitere Ergebnisse von Mai bis Juli 1996 (Grand-Prix u.a.), US-Olympia-Ausscheidung 1996. S 80.- zzgl. Versand- und Portospesen. Zu bestellen bei: Helmut Mitterlehner, Brückengasse 10/15, 3340 Waidhofen/Ybbs, Tel. 07442/56346.

1996 Annual Combined Events, englisch, Statistikbuch für Zehn-/Siebenkampf, ca. 240 Seiten. Weltbestenlisten, Ergebnisse der großen Mehrkampfmeetings, ewige Bestenlisten (Zehnkampf > 8.000, Siebenkampf > 6.000 Pkte), Rekorde, Hallenmehrkampfstatistiken, ausführliche Biographien zu den 50 besten Zehnkämpfern bzw. Siebenkämpferinnen. Erscheinungstermin Ende Februar, S 320.- in bar oder NLG 50 (Eurocheque oder int. money order). Zu bestellen bei: Hans van Kuijen, de Bergen 66, 5706 RZ Helmond, Netherlands.

FANARTIKEL

Erinnerungsmedaille inkl. Etui von der Junioren-EM San Sebastian 1993. S 60.- zzgl. Versand- und Portospesen. Zu bestellen bei: Helmut Mitterlehner, Brückengasse 10/15, 3340 Waidhofen/Ybbs, Tel. 07442/56346.

Autogrammkarte des österreichischen Olympiateams aus Atlanta mit Fotos aller ÖLV-Athleten. S 50.- inkl. Versand und Portospesen. Zu bestellen bei Christoph Michellic, Rosenthalgasse 3, 1140 Wien, Tel./Fax 0222/9119876.

VEREINE

Neue Anschriften:

ÖTB TV Jahn Baden, Ing. Franz Aigner, Waldgasse 19, 2500 Baden.

Union Eidenberg, Monika Wakolm, 4201 Eidenberg 66, Tel. 07239/5078, 0732/77364273.

LTC Seewinkel, Raimund Sack, Obere Hauptstraße 43, 7162 Tadtendorf, Tel. 0664/3800036, 02168/63130-313.

KURSE

Lehrwarteausbildung der Bundesanstalt für Leibeserziehung (BAFL) Linz. Kurstermine: 1. Teil: 7.-10.5.1997, Linz; 2. Teil: 12.-18.10., Obertraun; 3. Teil: 27.-30.11., Linz; 4. Teil: 26.4.-2.5.1998 Salzburg/Rif; 5. Teil: 1.-5.7.1998, Linz. Anmeldeschluß: 26.3.1997. Infos: BAFL Linz, Auf der Gugl 30, 4020 Linz, Tel. 0732/652322, Fax 0732/600920.

PERSONELLES

GEBURTSTAGE

Seinen 60. Geburtstag feierte ADOLF HUBER mit alten KLC-Freunden am 31. Oktober beim Schloßwirt in Ossiach. Karoline Käfer hatte „Dolfin“ einst an die Weltspitze der 400-Meter-Läuferinnen trainiert, mit Elisabeth Petutschnig und Angelika Schrott zwei nationale Spitzenläuferinnen hervorgebracht. Heute genießt der Lehrer und Trainer a. D. segelnd und malend die Pension.

War das ein Ereignis, als MARIA SYKORA 1970 bei den 1. Hallen-Europameisterschaften in Wien die Goldmedaille im 800-Meter-Lauf gewann. Die in Tulln als sechstes von sieben Kindern geborene Maria, wurde am 10. November Fünfzig. Läuferin blieb sie, wenngleich sich die Runden auf den Kreis am Handballfeld reduzierten. Bei HYPO-Niederösterreich zog die ehemalige Südstadt-Leichtathletin im Europacup als Aktive die Register einer Kämpferin, heute ist sie Nachwuchs-Sportwartin im ÖHB und rechte Hand von Manager Gunnar Prokop.

TODESFALL

KURT GRASL, oberösterreichischer Kugelstoß-Landesmeister 1956/58 und später Obmann-Stellvertreter beim ATSV Linz, erlag am 13. November 61-jährig einer Herzattacke.

HOCHZEIT

„Die Hochzeitsreise haben wir schon hinter uns. Wir waren zu Allerheiligen ein paar Tage in Barcelona.“ Am 12. Dezember holte ÖLV-Wettkampfsportwart HERWIG GRÜNSTEIDL am Standesamt Wien-Brigittenau die Hochzeit mit Monika Sichelstiel nach.

Die Tochter des Salzburger Landesverbandspräsidenten Peter BRÜNDL, PETRA, 1986 ÖLV-Schülermeisterin im Crosslauf und spätere Salzburger Landesmeisterin über 1.500 Meter, heiratete am 10. August in Salzburg den Amerikaner Mat Pancics. Seit Oktober lebt das Paar in Detroit. Petra studiert dort an einem College English und Germanistik.

PROMOTION / SPONSION

Der frühere ÖLV-Cheftrainer ILIA POPOV promovierte am 5. November an der Universität Wien zum Doktor der Philosophie. Die Doktorarbeit des Bulgaren in österreichischen Diensten: „Erfahrungen mit dem Höhentraining bei Laufdisziplinen“. Darüber hatte er auch eine Serie für die LEICHTATHLETIK verfaßt. Popov, Ausbildungsleiter für Leichtathletik im Leistungsmodell Südstadt: „Ich habe drei Jahre wie ein Löwe gelernt, um dieses große, sportliche Ziel zu erreichen.“ Die Arbeit des 63-jährigen wurde mit „Ausgezeichnet“ beurteilt.



Die letzte Hürde ist genommen... Kärnten-Korrespondentin TANJA GRANIG (Bild) gab ihre Sponson zum Magister der Philosophie bekannt. Die akademische Feier fand am 25. November an der Universität Wien statt.

MEINUNGEN

Leserzuschriften müssen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion widerspiegeln

Zwanzig dividiert durch vier ist zwei

Es gibt in unserem Land vier relevante Langstreckenveranstaltungen. Drei davon sind Marathons und die 27 Kilometer rund um den Wolfgangsee, inklusive der Berglaufouvertüre über den unvermeidlichen Falkenstein, gelten von der Belastung als gleichwertig. Theoretisch kann es kein Problem sein, diese vier Läufe auf die 20 klimatisch interessanten Wochenenden des Jahres aufzuteilen. Praktisch schaut's in Österreich ein bißl anders aus.

Der Wolfgangseelauf findet seit jeher am 3. Oktoberwochenende statt. Dieser Termin ist bei hunderterten Wolfgangseelauffreunden weit über den österreichischen Horizont hinaus bekannt und in der Jahresplanung berücksichtigt. Den Frühlingmarathon gibt es schon eine ganze Weile in Wien, weshalb sich die Staatsmeisterschaften mit wechselnden Örtlichkeiten immer öfter neben dem Wolfgangseelauf in den Herbst gesellt haben, immer mit dem Problem, genügend Distanz zu den Halbmarathonmeisterschaften einhalten zu müssen. Daß sich desweiteren der Neue, der Graz-Marathon dorthin verirrt hat, wo so nebenbei auch der immerhin um ein Jahr ältere Salzburg-Marathon stattfindet, hat etwas Schildbürgerisches. Es mag ja die unverwüstlichen Laufknie geben, die jedes Wochenende ihren Marathon brauchen, unbestritten ist aber, daß man seriös höchstens vier Langstrecken im Jahr mit einer Minimalpause von 5 Wochen laufen kann. Tatsächlich konzentrierten sich heuer drei Veranstaltungen auf zwei Wochen. Wenn die Graz-Organisation schon glaubt, unbedingt im Herbst laufen zu müssen (wobei hier die Terminmöglichkeiten durch Messe etc. eingeschränkt sind), hätte man doch von ÖLV-Seite mit den Meisterschaften ins Frühjahr übersiedeln (passiert 1997) oder zumindest der älteren und größeren Veranstaltung den Vorrang geben können. Ein Kurzvergleich der beiden Veranstaltungen: Graz organisierte seinen Marathon zum 3. Mal, den Wolfgangseelauf gab's zum 25. Mal. In Graz liefen zwar fast 1.400 Läufer, doch wird dieser Boom bei den ernüchternden Zeiten dieses Jahres auf der endlich offiziell vermessenen Strecke wohl eher ein „Boomerang“ werden. Da die heimischen Spitzenläufer zum Teil verpflichtet waren, an den Staatsmeisterschaften am Folgewochenende in Klagenfurt teilzunehmen, kommt dieses Vorgehen fast einem Boykott gleich. So oder so ähnlich abstrus geht das nun schon seit ein paar Jahren. Ein Effekt ist unter anderem, daß am Wolfgangsee seit 1988 bei den Männern kein Österreicher mehr an der Spitze zu finden war. Da gab es sogar Jahre wie 1992, an denen der Flotteste der Unsrigen als 16. einlief. Zweifelloserzielte Walter Lehki mit 1:34:51 Stunden damals eine beachtenswerte Zeit, doch bei der Dichte des internationalen Feldes reichte das nicht, um ernsthaft vorne mitreden zu können. Daß das Wolfgangseejubiläum am 20. Oktober wider Erwarten doch einen Österreicherertrag erlebte, war eine echte Geburtstagsüberraschung. Zum Glück hat der österreichische Läufer mehr Respekt vor einer Veranstaltung, die das ehrwürdige Alter eines Vierteljahrhunderts erreicht, als die Terminplaner in Österreich. Er besuchte den Jubiläumslauf in großer Zahl und verhalf dem Veranstalter unter kräftiger Mithilfe von Kollegen aus 19 anderen Nationen zum neuen Teilnehmerrekord von 1.615 Läufern.

PETER WUNDSAM, Reutte

Ein Bauer als Froschkönig

OBERÖSTERREICH. Von Erika Strasser, Volker Tulzer bis zu Andreas Berger und Theresia Kiesl: Der Oberösterreichische Leichtathletik-Verband feierte im IBIS-Hotel in Linz den 50. Jahrestag der Neugründung nach dem Krieg. Alle OÖLV-Olympiateilnehmer der Geschichte und die Verbandsfunktionäre mit Begleitung waren dazu eingeladen. Ebenso die Ehrenpräsidenten Erwin Kaufmann, Max Lakitsch und Johann Tertschek. Kassier Reinhard Hinterreiter brachte die Geburtstagsstorte.

Die Schläfen der 68er-Zehnkämpfer Gert Herunter und Walter Dießl sind etwas grau, an Stattlichkeit ging ihrer Erscheinung nichts verloren. „Der Schönste bin immer noch ich!“ tönte Volker Tulzer, der nach ein paar Achterl Roten gestand, seinen Mühlviertler Dialekt „offiziell“ zurückgelegt zu haben. Er ist jetzt Wiener, dort zeigt er Touristen die Sehenswürdigkeiten. Als er den Trainingsplan von Olympiamedaillengewinnerin Theresia Kiesl in der Zeitung sah, behauptete „der Luigi“: „Hätt ich das damals trainiert, ich wär mit dreifacher Schallgeschwindigkeit um die Bahn geflogen.“ Wie sie aus dem Mühlviertel, war auch Tulzer auf der 1.500-Meter-Strecke daheim.

Zu den Glanzlichtern der oberösterreichischen Leichtathletik-Geschichte gehört der Gewinn der WM-Bronzemedaille von Hochspringerin Sigrid Kirchmann 1993. Nicht alle Heldentaten wurden mit Medaillen belohnt. Zehnkämpfer Georg Werthner hätte sich als vierfacher Olympiateilnehmer (4. in Moskau 1980) sicherlich eine verdient.

Drei Sprinter der ehemaligen Vöcklabrunner Quattro-Staffel, sind heute Mitbewerber am Sportartikelmarkt. Franz Ratzenberger als Repräsentant bei Adidas, Ex-Hallen-Europameister Andreas Berger für Asics, Gernot Kellermayr bei Puma.

Manche Anekdote „aus der guten alten Zeit“ wurde beim Wiedersehen lebendig. Wie jene, als Stabhochsprung-Staatsmeister Karl Bauer bei einem Trainingslager in Schielleiten 20 fette Kröten in den Mädchenbetten versteckte und Ulla Flegel und Erika Strasser den Schock des Lebens versetzte. Oder die des ersten 800-Meter-Landesmeisters nach dem Krieg, Kurt Feichtenberger aus Steyr, der auf der Ladefläche eines Lastwagens nach Wien zu einem Wettkampf fuhr, ein Stanitzl Haferflocken und etwas Zucker als Marschverpflegung im Rucksack.



RUNDE FÜNFZIG. OÖLV-Funktionäre vor einem alten Steyrer-Bus und den Toren der VÖEST, die man besichtigte. Präsident Herwig Schneider: „In vielem vergleichbar mit der Leichtathletik - vom staubigen Hüttenwerk zum High-Tech-Unternehmen. Leadership made in Austria.“
Bild: PLOHE

Im Chaos das Gute finden

KÄRNTEN. Die Finalteilnahme an einer Hallen-Europameisterschaft eröffnet einer jungen Sportlerin neue Perspektiven und Aussichten. Doch Stephanie Graf, 23, aus Völkermarkt, Fünfte im 800-Meter-Lauf von Stockholm dieses Jahres, strampelte den halben Sommer vergeblich nach schnellen Zeiten. Bis ihr am 25. August in Aachen „aus heiterem Himmel“ tolle 2:01,54 Minuten gelangen. „In Aachen herrschte Gegenwind, es war kühl und im Prinzip ein chaotischer Lauf. Rundherum hat überhaupt nichts gepasst.“ Sieht so die Analyse eines Trauflaues aus? Für die sensible „Gräfin“ liegt in diesem Rennen der Schlüssel zu einer noch besseren Zeit. Einzelne Phasen arbeitet sie geistig heraus, sucht die sonnigen Momente, baut sich daran auf und bringt sich so weiter. Autogenes Training mit dem Sportpsychologen Thomas Brandauer hilft der Studentin für Mathematik und Italienisch, die sich weitere große Finals ausrechnet. Sydney, Olympia 2000? „Ich will es, ich kann es!“ Va bene.



DER KONKURRENZ VORAUSLAUFEN will Stephanie GRAF. „Mit sauberen Mitteln!“ Autogene Übungen ergänzen den Trainingsplan von Helmut Stechemesser.
Bild: Harald Arnold

IMPRESSUM

CHEFREDAKTEUR: Kurt Brunbauer, Eichendorffstraße 16, 4020 Linz, Telefon/Fax: 0732/330302.

HERAUSGEBER: Dr. Christoph Michelic, Rosenthalgasse 3, 1140 Wien, Telefon/Fax: 0222/9119876.

MITARBEITER: Wolfgang Adler.

FOTOS: Helmut Ploberger.

MEDIENINHABER: ÖÖ. Leichtathletikverband, Ziegeleistraße/Stadion, 4020 Linz, Telefon: 0732/664207.

VERANTWORTLICH FÜR INHALT UND GESTALTUNG: Kurt Brunbauer.

ERSCHEINUNGSWEISE, ABOS:

LEICHTATHLETIK erscheint achtmal jährlich.

Abopreis Inland S 360,-, Ausland S 460,-. Das Abonnement verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, falls nicht 2 Monate vor Ablauf storniert wird.

VERTRIEB: Dr. Christoph Michelic, Rosenthalgasse 3, 1140 Wien, Telefon/Fax: 0222/9119876.

EIGENTUMSVERHÄLTNISSE:

ÖÖ. Leichtathletikverband, Ziegeleistraße/Stadion, 4020 Linz, zu 100 Prozent.

BLATTLINIE: Die **LEICHTATHLETIK** dient den Interessen der gesamten Leichtathletik Österreichs.

LAYOUT: Satz & Grafik Oberngruber KEG, Hausleitnerweg 91, 4020 Linz, Tel. 0732/330266.

DRUCK: Salzkammergut-Druckerei, Druckereistraße 4, 4810 Gmunden, Tel. 07612 / 4235.

Schneller als die Polizei erlaubt

SALZBURG. Die Städtepartnerschaft zwischen Salzburg und Meran war der Anlaß eines Staffellaufes, den Reinertrag in der Höhe von 13.000.- dieser Aktion den Special Olympics zu spenden, die Motivation. 18 Salzburger Läuferinnen und Läufer (16 vom ASV, 2 von der Union) bezwangen die Ultradistanz von 315 Kilometern in 22 Stunden, 1 Minute und 45 Sekunden. Das flotte Tempo überraschte die Stadtpolizei Meran, die das Eintreffen erst viel später erwartet hatte und den Zieleinlauf versäumte. Die Durchschnittsgeschwindigkeit betrug 15 km/h. Dabei hatten Klaus Wagner, Mario Klinkov, Monika Staggel & Co immerhin den Brenner zu überwinden. Der Laufkonvoi bekam ab Bozen Geleit vom italienischen TV-Sender RAI. Hunderte Zuschauer bildeten das Empfangskomitee für die Salzburger Staffelläufer. Das Ziel vor dem Meraner Kurhaus war mit einem roten Teppich ausgelegt.



ABENTEUER GEMEINSCHAFTSSTAFFEL. Schneemassen am Brenner, umgestürzte Bäume hinderten Salzburger Langstreckler nicht am Erreichen des Ziels in Meran.

Wer sich 24 Stunden am Tag sportlich verhält, einige Jahre Geduld hat und nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen trainiert, kann über einen längeren Zeitraum mit legalen Mitteln in der Weltspitze mithalten.

Dieter Hogen

Trainer und Lebensgefährtin der deutschen Marathonläuferin Uta Pippig

Immer schon ein Reizthema: Die Medien

Man wolle nicht gegen die manchmal weit gespannte Freiheit der Presse und vor allem nicht gegen begründete Kritik polemisieren, sondern lediglich feststellen, daß sachkundige Berichterstatter am Werk wären. Sie zielten darauf ab, die Leichtathletik in Österreich abzutöten. ÖLV-Präsident Erich Pultar wandte sich „In eigener Sache“ via Verbandsmitteilungsblatt nach einem „Verriß“ über das Abschneiden der Heimischen bei der Europameisterschaft 1966 an die Vereine.

„Was soll man dazu sagen, wenn den österreichischen Leichtathleten vorgehalten wird, daß sie in einer panischen Angst vor den großen Könnern des Auslandes leben und natürlich kein Funktionär vorhanden sei, der sie von dieser Angst befreien könne?“ Rund-

funk, Fernsehen und Tageszeitungen übten auch Kritik am ÖLV, weil eine Athletin in Budapest nicht starten durfte, die das Weitsprunglimit von 6 Metern nur um einen Zentimeter verfehlte. In Wahrheit betrug die IAAF-Norm 6,10 Meter, es fehlten also 11 Zentimeter. „Die Behauptung mit dem 6-m-Limit wurde von der Presse aufrecht erhalten, um den Verband zu diskriminieren“, schrieb sich Pultar den Ärger darüber von der Seele.

Weil dem ÖLV auch vorgeworfen wurde, sich nicht selbst um eine Europameisterschaft zu bewerben schlug Pultar vor, daß ihm der Kritiker jederzeit die Verantwortung abnehmen könne, indem er sich an die Spitze eines Organisationskomitees stellen solle, wobei er sich um Wettkampf- und Trainings-

TEILNEHMERREKORD!

Inserat zum halben Tarif!

Veranstalter bestätigen uns immer wieder: Ein Inserat in der **LEICHTATHLETIK** bescherte ihrer Konkurrenz ein sattes Teilnehmerplus. Wir unterstützen Ihre Werbeaktivitäten und gewähren 50 % Ermäßigung für die Ankündigung Ihrer Veranstaltung.

Unsere ermäßigten
Inseratpreise
für Veranstalter:
(im Informationsteil, einfarbig)

1/8 Seite	\$ 1.200.-
1/4 Seite	\$ 2.250.-
1/3 Seite	\$ 2.500.-
1/2 Seite	\$ 3.500.-
1/1 Seite	\$ 5.500.-

Abo-Service, Inserate

Tel./Fax 0222/9119876

Dr. Christoph Michelic
Rosenthalgasse 3
1140 Wien

Bei uns vor

30

Jahren

anlagen, Unterkünfte für rund 1.000 Aktive und die Ausfallhaftung für ein zu erwartendes Millionendefizit zu kümmern habe.

Die letzten Knaller im 96er Jahr

31. Dezember: Int. Silvesterlauf, Natternbach



PUBLIKUMSLIEBLING
in Natternbach:
Sally BARSOSIO (Kenya).
Bild: PLOHE

Egal ob Weltklasse- oder heimischer Spitzenläufer, Hobbyjogger oder Zuschauer - der 16. Natternbacher Silvesterlauf läßt das oberösterreichische Dorf wieder zum Treffpunkt der Laufszene werden. Die Veranstalter ließen sich dieses Mal einen Erdteil-Vergleichskampf Afrika gegen Europa einfallen. Kenyaner, acht an der Zahl, darunter der Olympia-Zweite im 5.000-Meter-Lauf Paul Bitok, treten gegen die „Wikinger“ Claes Nyberg (Schweden) und Mogens Guldborg (Dänemark), Österreichs Elk-Mann Max Wenisch, den dreifachen Natternbach-Sieger Carsten Eich (Deutschland) und Spaniens Straßenlaufchampion Antonio Penea an.

Nicht weniger attraktiv verspricht der Elitelauflauf der Damen zu werden. Kenyas Junioren-Weltmeisterin Sally Barsosio will zum dritten Mal gewinnen. Der Weg zum Sieg wird über die vielfache Deutsche

Meisterin Kathrin Wessel führen. Als Lokalmatadorin möchte Anna Haderer die Spannung für das Heimpublikum aufrechterhalten.

Der Natternbacher Silvesterlauf ist Auftakt zum österreichischen Volkslaufcup 1997 und damit der erste Pflichttermin für Laufamateure. Wertvolle Warenpreise, die ausschließlich unter den Volksläufern zur Verlosung kommen, die Weltklasse aus nächster Nähe zu beobachten, sowie die familiäre Atmosphäre, sind gute Gründe, den sportlichen Jahresausklang in Natternbach zu begehen. Los geht's um 12 Uhr mit Nachwuchsbewerben, attraktives Rahmenprogramm sorgt für Stimmung zwischen den Läufen.

Leserfoto

WIR PRÄMIEREN originelle Leichtathletikfotos. ALLE ambitionierten „Sportfotografen“ haben die Chance, bei unserem Leserfoto-Wettbewerb zu gewinnen. Schickt Eure Bilder (Farbfotos oder Dias) an: **LEICHTATHLETIK**, Helmut Ploberger, Kennwort: „Leserfoto“, Glimpfingerstraße 62, 4020 Linz (wenn Rücksendung erwünscht, frankiertes Kuvert beilegen). In jeder Ausgabe veröffentlichen wir ein Foto, **adidas** spendiert dem Gewinner ein Paar Laufschuhe.

Aus allen „Bildern des Monats“ wählen wir im Dezember das Foto des Jahres und dotieren es mit einem Überraschungs-Sonderpreis.



31. Dezember: Int. Wiener Silvesterlauf

Leichtathletik wird an 365 Tagen im Jahr ziemlich ernst genommen. Am 366. Tag heben sich Vorschriften und Bestimmungen von selbst auf. Das einzige was noch gilt: Wer der erste im Ziel ist, wird der Sieger sein. Ansonsten gibt es beim Wiener Silvesterlauf weder eine Bekleidungs- noch andere Vorschriften. Daß Frau / Mann sich ab 27. Dezember (10 - 18 Uhr) im Marriott-Hotel in der Ringstraße anmeldet und beim Lauf eine Startnummer umhängt, wollen wir als Selbstverständlichkeit annehmen. Was die genommenen Zeiten in den letzten Jahren nicht immer waren. Dieses Manko behebt heuer **PENTEK timing** mittels Chip-Zeitnehmung. Dem ungetrübten Laufvergnügen (Start: 15 Uhr) mit einer Runde um den Ring (5,2 km - Start & Ziel vor dem Marriott) sollte wirklich nichts im Wege stehen. 60 Mann Polizei, 11 Einsatzfahrzeuge und 40 Streckenposten sind für die Nachmittagsveranstaltung aufgeboten. Die Veranstaltertrioika ORF Radio Wien, LCC Wien und Wiener Leichtathletikverband hofft auf bis zu 2.000 Teilnehmer. Es warten Warenpreise im Wert von mehr als 200.000 Schilling auf das Fußvolk.

Sie möchten abends gerne gepflegt Silvester feiern? Sie gehen vom Ziel direkt ins Hotel Marriott. Der Sekt ist eingekühlt, Lachs und Kaviar krönen ein Traumbuffet. Prosit Neujahr!



MIT SCHLIPS und Zipfelmütze ins neue Jahr.
Bild: Harald Arnold

WICHTIG!

Bei den Silvesterläufen in Natternbach und Wien gibt es heuer erstmals Chip-Zeitnehmung. Nicht vergessen: S 300.- für die „Chipmiete“ mitnehmen. Der Betrag wird bei Nichtankauf des Chip nach dem Lauf retourniert.

Redaktionsschluß: 30. Jänner
Das nächste Heft erscheint Ende Februar

Siegerbild: Klaus Höfler, Graz, mit einer Impression vom Florenz-Marathon.
„Hier liege ich. Ich kann nicht anders. Gott helfe mir! Amen.“ (Nach Martin Luther)