

Ilona Gusenbauer – Über die Weisheit des Rückblicks. Mehr dazu ab Seite 14.



Foto: Lina Dželec

FROHE WEIHNACHTEN



Der Österreichische Leichtathletik-Verband wünscht allen Athlet/inn/en, Trainer/inn/en, Funktionär/inn/en und Leichtathletik-Fans ein besinnliches Weihnachtsfest. (Bild: SHW)

Inhalt

Cross-EM	2
Interview Frithjof Grünberg	3
Zahlen Zürich	6
IAAF Council	7
Der Kampfrichter meint ...	8
Wahl	10
Ilona Gusenbauer	14
BSO Cristall Gala	15
Meetings im Vergleich	16
Kurzmeldungen	17
Athletes Corner	20
Statistik	26

Story

Frithjof Grünberg: Der Vater und Trainer von EM Finalistin Kira Grünberg spricht im Interview über das „Trainerdasein“, die Wichtigkeit von internationalen Vernetzungen und vererbte Wettkampfstärke.



EDITORIAL

Dr. Ralph Vallon
 ÖLV-Präsident



Wo bleibt die Chancengleichheit?

Angesichts der Doping-Enthüllungen der letzten Tage, muss ich feststellen, dass der internationale Hochleistungssport in einer Krise steckt. Manipulation, Korruption und Kriminalität nehmen den Sport in Geiselhaft. Systematisches Doping ist, wenn die deutschen TV-Berichte sich bestätigen, auch heute noch in einigen Ländern Gang und Gebe. Alle globalen Player des Welt-sports sind aufgefordert, unverzüglich gegen diese Machenschaften vorzugehen. Das sind sie allen fairen Sportlerinnen und Sportlern sowie den unzähligen Kindern, Jugendlichen und Fans, die zu manch unsauberen Stars aufschauen, schuldig. Insbesondere ergibt sich dadurch eine Leistungsverzerrung, wenn wieder gedopt wird. Der ÖLV wird sich international in diesem Zusammenhang aktiv einbringen. Die bevorstehenden Wahlen in beiden Verbänden sind ev. der Zeitpunkt für Veränderungen. Die kürzlich veröffentlichten hohen IAAF-WM-Limits rauben mir aber ein wenig die Illusion. Nichtsdestotrotz, die Leichtathletik muss sich diesem Problem stellen!

Herzlich
 Ralph Vallon

Jennifer Wenth bravourös unter schwierigen Bedingungen



Wie schon bei der EM in Zürich lieferte **Jennifer Wenth** bei der Cross EM in Samokov/ Bulgarien das beste Ergebnis des gesamten ÖLV Teams. Mit Platz 18 konnte sie auf der schlammigen, teils vereisten Strecke bei mehr als schwierigen Bedingungen einen guten Auftritt zeigen. Die 23jährige Niederösterreicherin zeigte sich mit dem Ergebnis mehr als zufrieden: „Ich habe bis zum Schluss auf der anspruchsvollen Strecke gefightet und freue mich über den 18. Platz“. Mit dieser Platzierung schaffte die 11. der EM in Zürich auch die beste jemals erzielte Platzierung bei einer Cross EM in der allgemeinen Klasse der Frauen.

in die Hand und lief so weiter. Mit Socken war es allerdings alles andere als einfach die ohnehin schwierige Strecke zu bewältigen.

Weitere ÖLV Athleten im Mittelfeld

Der Rest des ÖLV Teams rund um EM Teilnehmer Christian Steinhammer konnte sich in der jeweiligen Altersklasse im Mittelfeld platzieren.

Die gesamten Ergebnisse aller Österreicher:

Frauen (7913 m)

- | | | |
|-----|----------------------|-------|
| 1. | Gemma Steel (GBR) | 28:27 |
| 2. | Kate Avery (GBR) | 28:27 |
| 3. | Meraf Bahta (SWE) | 28:52 |
| 18. | Jennifer Wenth (AUT) | 29:52 |
- (62 gestartet)

Männer (9978 m)

- | | | |
|-----|------------------------|-------|
| 1. | P. Kemboi Arikan (TUR) | 32:19 |
| 2. | Ali Kaya (TUR) | 32:19 |
| 3. | A. Bezabeh (ESP) | 32:30 |
| 37. | C. Steinhammer (AUT) | 34:16 |
| 46. | Andreas Vojta (AUT) | 34:42 |
| 61. | Christoph Sander (AUT) | 35:51 |
- (75 gestartet)

U20-Junioren (6223 m)

- | | | |
|-----|------------------------|-------|
| 1. | Y. Crippa (ITA) | 20:07 |
| 2. | Carlos Mayo (ESP) | 20:22 |
| 3. | Said Ettaqy (ITA) | 20:28 |
| 48. | H.-P. Innerhofer (AUT) | 21:27 |
| 58. | Luca Sinn (AUT) | 21:42 |
- DNF N. Franzmair (AUT)
(102 gestartet)

In der U23 Klasse und der weiblichen U20 Klasse waren keinen ÖLV Athleten am Start.

Licht und Schatten

ÖLV Sportdirektor Hannes Gruber beurteilt die Vorstellung von EM Finalistin Jennifer Wenth sehr positiv. Enttäuscht zeigt er sich von der Auswahl des Austragungsortes der Cross Europameisterschaft. „Jennifer Wenth hat positiv überrascht. Platz 18 in diesem Elitefeld ist mit ihrem 11. Platz im 5000m-Finale bei der EM in Zürich gleichzusetzen. Bei der Cross-EM laufen ja bis zu 6 Athlet/innen pro Nation. Auch Christian Steinhammer und Hans-Peter Innerhofer zeigten gute Leistungen in der ersten Hälfte der Teilnehmer. Leider hat Niki Franzmair auf dem extrem schwierigen Kurs aufgegeben. Nach Platz 17 im Vorjahr hat er sich heuer in seinem letzten U20-Rennen mehr vorgenommen. Warum eine Cross-EM im Dezember in einem Schigebiet stattfindet und der nächste 10.000m Europacup im Juni 2015 an Chia in Südsardinien vergeben wurde, bleibt für mich ein Rätsel. Die Vergaberichtlinien von European Athletics sind zu hinterfragen.“



Malheur zu Beginn

Andrea Vojta hatte mit andern Problemen als den widrigen Bedingungen zu kämpfen. Gleich nach dem Start des knapp 10km langen Rennens stieg ihm ein Konkurrent auf den Schuh, den er daraufhin verlor. Da die Zeitnehmung mittels Chips aber darin integriert war, nahm der 1500m Spezialist den Schuh



Mit Konsequenz und Offenheit an die Spitze

Früher sprang er selbst bei 4,70m über die Stabhochsprunglatte. Seine Tochter Kira ist mit ihrem österreichischen Rekord nur noch 25cm von seiner Bestmarke entfernt und sein Schützling Lukas Wirth lässt die Latte mittlerweile längst bei Sprüngen über 5 Meter noch liegen. Die Rede ist von Frithjof Grünberg, der in den letzten Jahren als Stabhochsprungtrainer die Latte seiner Athleten beim ATSV Innsbruck immer höher legen konnte. Im Interview erzählt er uns wie diese Leistungen möglich sind und welchen Aufwand man dafür bringen muss.



ÖLV-Nachrichten: Du warst früher selbst Stabhochspringer. Wie waren die Trainingslehre und die Voraussetzungen zu deiner Zeit im Vergleich zu heute?

Frithjof Grünberg: Ich habe immer als Talent in diesem Bereich gegolten, hatte aber nie die entsprechenden Trainer. Damals war die Trainingslehre auch noch bei weitem nicht so weit, wie sie heute ist. Als Kira sich für das Stabhochspringen entschieden hat, wusste sie nichts von meiner sportlichen Geschichte. Mich hat es sehr gefreut, dass sie „meine Disziplin“ erlernen wollte und ich tat alles, um ihr auf jeden Fall die bestmögliche Voraussetzungen dafür zu bieten. Somit war klar, dass die Infrastruktur und ein Trainer von Beginn an nötig waren. Ich wollte nicht, dass Fehler passieren, die vermeidbar sind. Ich hatte früher das Know-How nicht,

aber mittlerweile ist alles was man wissen muss im Internet und über Bücher verfügbar bzw. sind auch die Spezialisten sehr offen. Wenn man in der heutigen Zeit im Training keine Fehler macht, ist es nicht so schwer, Athleten in den internationalen Bereich zu bringen. Der Funke im Athleten muss dafür nur entzündet werden.

Mangelt es in Österreich dann manchmal vielleicht am Talent?

Wir brauchen uns mit unseren Athleten nicht verstecken. Unsere Athleten sind sicher nicht untalenter als sonst wo, zumindest nicht in den Disziplinen in denen die Mitteleuropäer weltweit stark sein können. Wir müssen nur das was wir können, sukzessive verbessern. Dazu brauchen wir natürlich die Infrastruktur und gute Trainer. Mir hat zum Beispiel sehr gut gefallen, dass mich Bundestrainer Gregor Högler in Zürich gefragt hat, was wir brauchen um besser zu werden. Kira hat sofort geantwortet: „Meine Mitstreiterinnen trainieren rundum von den besten Trainern betreut in entsprechenden Trainingszentren.“ Gregor ist auch ein Trainer, der sehr viel selbst entwickelt um das Training für seine Athleten zu verbessern. Genau solche engagierten Tüftler brauchen wir als Trainer.

Wie sieht deine persönliche Saisonbilanz aus, wo sich deine Tochter Kira den österreichischen Stabhochsprungrekord in der Allgemeinen Klasse geholt hat und deine Nachwuchsathleten Riccardo Klotz und Emanuel Hübner ihre Bestleis-

tungen um 75 bzw. 45cm verbessert haben?

Da unser Training qualitativ hochwertig ist, waren die Verbesserungen natürlich nicht unerwartet. Wichtig ist, dass die Qualität im Training nicht absinkt. Für mich heißt das, dass ich nicht mehr als 3-4 Athleten in einer Trainingsgruppe habe, dafür jedoch gezielt mit ihnen arbeiten kann. Durch meinen Beruf ist es mir nicht möglich immer selbst bei den Trainings dabei zu sein. Einerseits ist das gut für die Entwicklung der Selbständigkeit der Athleten, andererseits allerdings auch eine Fehlerquelle. Die vermehrte Zusammenarbeit mit dem ehemaligen deutschen Cheftrainer Herbert Czingon hat uns bislang schon viel geholfen und wird uns auch in Zukunft noch weiter bringen.



Was zeichnet für dich die Arbeit von Herbert Czingon und anderen internationalen Trainern aus?

Ich habe mir immer gedacht, wir sind schon pingelig in der Analyse. Aber Herbert ist da noch viel genauer. Da wird jedes Training von Anfang bis zum Ende gefilmt und analysiert. Auch auf die Basics legen wir nun wieder viel

mehr Wert, denn das bringt den Athleten auf jeden Fall noch mehr Sicherheit. Selbst hatte ich immer etwas Angst vielleicht irgendein Detail im Training zu vergessen bzw. nicht zu beachten. International herrscht mittlerweile ein reger Austausch unter allen Trainern, egal ob sie Parnov, Ryzih oder Petrov heißen. Alle haben Respekt untereinander und das sieht man auch am Umgang der Athleten. Ich gehe davon aus, dass in der heutigen Zeit jeder Trainer alles wissen kann, aber das Wichtigste ist, es auch auf seine Athleten zu übertragen. Nur um eine frühere Athletin von ihm besser verstehen zu können, hat Herbert mehrere Bücher über Psychologie gelesen. Da sieht man, wie sehr er sich um seine Athleten bemüht und sich die entsprechende Zeit nimmt.

Wer unterstützt euch neben Herbert Czingon noch?

Mit Rainer Schopf haben wir einen sehr engagierten und wertvollen Trainer für den Sprintbereich und Carson Patterson unterstützt uns im Kraftbereich optimal. Die Diskussionen zwischen Carson und Herbert finden auf sehr hohem Niveau statt und beide können davon profitieren. Besonders die Weiterentwicklung der Technik ist ein heikler Prozess und geht mit der Hilfe und Erfahrung aller sicher schneller als wir das selbst geschafft hätten.

Du warst heuer neben zahlreichen nationalen Wettkämpfen auch bei der U20-WM in Eugene mit Lukas Wirth und danach mit deiner Tochter Kira bei der EM in Zürich vor Ort. Auch zur Team-EM nach Riga bist du angereist. Wie schwierig ist es für dich, die nötige Zeit für die wichtigen Ereignisse deiner Athleten zu finden, da du deine Trainertätigkeit ja als Hobby ausübst?

Für mich ist das insofern schwieriger geworden, weil ich früher selbständig war. Nun bin ich aber wieder Angestellter. In meiner Branche sind 60 Stunden/Woche normal, da ist es schwierig sich den nötigen Freiraum für den Sport

zu schaffen. Teilweise gab es in der Firma auch schon Schwierigkeiten deswegen. Vielleicht kann ich mich selbst durch die Rio2016 Förderung wieder etwas mehr frei spielen, aber momentan sieht es so aus, als ob wir das Geld komplett für die anderen Trainer benötigen. Natürlich ist das auch ein finanzielles Thema, denn ich muss meine Familie ernähren. Im Verein gibt es mit Thomas Neuhauser einen Trainer, der soeben die Trainerausbildung absolviert und mich tatkräftig unterstützt und ersetzen kann. Auch könnte er eine weitere Trainingsgruppe betreuen, sobald neue Stabhochspringer zu uns stoßen.



Zur Team-EM nach Riga hast du die Stäbe gemeinsam mit Hubert Hagenhuber per Auto nachgeliefert. Wie schwierig gestaltet sich das Transportthema der Stäbe allgemein? Ist das jedes Mal aufs Neue eine Herausforderung oder bekommt man da eine gewisse Routine? Schließlich ist das ja bei jedem Trainingslager und Wettkampf nötig.

Für uns Stabhochspringer ist das normal. Das Versenden der Stäbe mit dem Flugzeug wird durch die Container und automatischen Beladungssysteme immer schwieriger und ist vor allem auch

kostspielig. Innerhalb von Europa ist es normal, die Stäbe mit dem Auto an den Wettkampfort zu bringen. Da ich beruflich sehr viel Auto fahre, macht mir das Fahren wenig aus und zu zweit ist das gar nicht so tragisch und meist auch billiger. Der DLV hatte früher spezielle Transportverträge mit der Lufthansa und trotzdem hat nicht alles klaglos funktioniert. Auch Herbert Czingon transferiert die Stäbe seiner Athleten mit dem Bus, während diese oftmals fliegen.

Deine Schützlinge traten in den letzten Saisonen nicht nur im Stabhochsprung, sondern treten auch immer wieder in anderen Disziplinen an. Wie wichtig ist für dich eine umfassende leichtathletische Grundausbildung und welche Rolle spielt bei euch das turnerische Training?

Das Turnen hat im Stabhochsprung einen sehr hohen Stellenwert (Kira trainiert zur Zeit mit Turnweltmeister Fabian Hambüchen). Die Athleten wollen natürlich auch selbst sehen, was sie in anderen Disziplinen drauf haben und für jede Disziplin braucht man natürlich die entsprechenden Zubringerleistungen, welche sie durch das umfassende Training schon haben. In vielen Ländern trainieren die guten Zehnkämpfer im Grunde wie Stabhochspringer. Prinzipiell machen wir zuerst eine allgemeine Ausbildung und gehen im Alter von 13 bis 14 Jahren in die Spezialisierung. Um den technisch komplexen Stabhochsprung zu meistern, sollte man sich früher als in anderen Disziplinen spezialisieren. Man braucht normalerweise mindestens 12 Jahre um die entsprechende Technik des Stabhochsprungs zu beherrschen. Es gibt im Stabhochsprung fast keine Top-Athleten, die nicht schon im Nachwuchsbereich entsprechend aufgezeigt haben. Aus meiner Sicht bildet sich aus dem Spitzensport der Breitensport und nicht umgekehrt. Die Jungen brauchen Vorbilder an denen sie sich orientieren können.



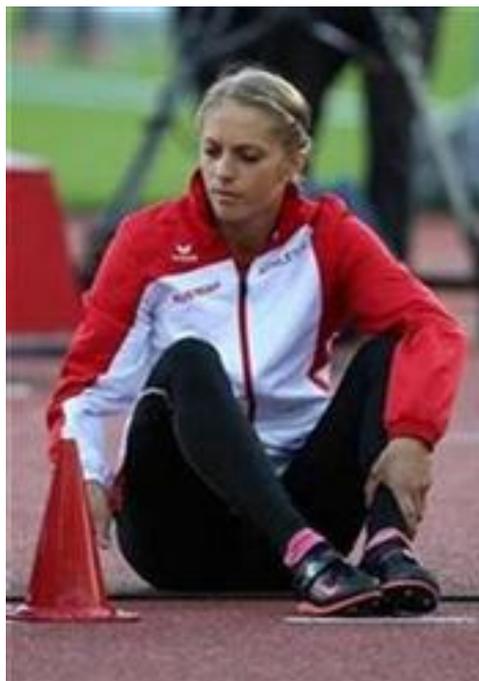
Wie gut sind die Trainingsbedingungen bei euch beim ATSV Innsbruck? Habt ihr eine Halle, wo ihr uneingeschränkt im Winter Stabhochsprung und auch allgemein trainieren könnt?

Wir haben seit dem letzten Jahr mit Reinhard Kessler einen neuen Landesverbandspräsidenten, der sich wesentlich mehr engagiert als allgemein üblich. Er handelt logisch im Sinne der Athleten. Auch durch ihn haben wir eine Halle, die wir rund um die Uhr das ganze Jahr nutzen können. Vielleicht ist noch nicht alles so ganz ideal, aber die ständige Benutzbarkeit macht sie für mich viel wertvoller als eine Dusikhalle oder Tips-Arena. Am Wochenende haben wir zudem zusätzliche Möglichkeiten für das turnerische Training. Leider sind viele Dinge mehr oder weniger nur halb offiziell, sprich man musste jemanden kennen. Glücklicherweise haben wir jetzt die nötigen Kontakte herstellen können. Den Einstichkasten haben wir uns selbst gebaut, die Matte bekamen wir vom LAZ Zweibrücken geschenkt. Diese Matte ist zwar alt und verschlissen, aber sie ist genau das, was wir fürs Training benötigen, in Härte, Größe, Sicherheit usw.

Kira wurde kürzlich aufgrund ihres Finaleinzugs bei der EM in Zürich in den Hope Kader für Rio2016 aufgenommen. Wie wichtig ist diese Unterstützung für euch im Hinblick auf eine gute Vorbereitung für die nächsten Jahre?

In einem persönlichen Gespräch ha-

ben wir unsere Wünsche deponiert. Die Wünsche waren wesentlich höher als wir sie vermutlich erfüllt bekommen können. Am 15. Dezember wird der Betrag bekannt gegeben. Die erste Priorität ist Herbert Czingon mit allem was wir bieten können, zu halten bzw. die Arbeit mit ihm intensivieren zu können. Prinzipiell hoffe ich, dass in Zukunft auch andere Athleten und Trainer von diesem Projekt profitieren können.



Besonders Kira hat schon öfters ihre Nervenstärke unter Beweis gestellt. Trainierst du mit deinen Athleten auch im mentalen Bereich bzw. schickst du sie zu einem Mentaltrainer?

Ich weiß nicht ob das angeboren ist, aber ich selbst war auch immer ein Typ mit Wettkampfstärke. Das war auch in der Schule so, dass ich meine Leistung immer abrufen konnte. Das hat die Kira auch. Sie packt das einfach so. Dennoch haben wir in Tirol mit Christopher Willis einen echten Profi an der Hand, der Kira immer wieder konkrete Tipps gibt, wenn sie Fragen hat. Durch seinen Ratschlag ist sie zum Beispiel zum Yoga gekommen, was ihr auch geholfen hat.



Anfang Dezember gab es durch die Veröffentlichung der Dokumentation „Geheimsache Doping – Wie Russland seine Sieger macht“ einen richtigen Schock für die Leichtathletikszenen. Ist das ein Thema, worüber du auch mit deinen Athleten diskutierst oder nimmst man das einfach so hin und arbeitest einfach konsequent weiter?

Wir reden auf jeden Fall darüber. Ich denke es handelt sich vorwiegend um ein Problem im Ausdauer- und intensiven Kraftsportbereich. Wir Stabhochspringer sind sozusagen in der glücklichen Lage, dass die Technik viel wichtiger ist, als alles andere. Doping war und ist für uns generell kein Trainingsmittel. Im Jugendalter sollte man sowieso nicht drüber nachdenken und als AthletIn in der Allgemeinen Klasse so intelligent und erfahren sein, die Finger davon zu lassen. Ich habe die Gewissheit, dass man es ohne Doping bis an die Spitze schaffen kann. Ehrlich gesagt stören mich die Anti-Doping-Kurse bei den Kaderkursen schon langsam. Der Athlet braucht klare Perspektiven wie er auch ohne Doping an die Spitze kommt und ein Umfeld, das ihm dies glaubwürdig vorlebt und möglich macht, nicht jemanden der ständig etwas über Doping zu erklären hat.

Herzlichen Dank für das Interview!

Hannes Riedenbauer

Millionenpublikum verfolgte Zürich2014 vorm TV

Beeindruckende 358 Millionen TV-Zuschauer und ein Rekord bei den Übernachtungszahlen in Zürich im Monat August unterstreichen die große Reichweite und die wirtschaftliche Bedeutung der Leichtathletik-Europameisterschaften, die zwischen dem 12. und 17. August 2014 in Zürich stattgefunden haben.

Noch sind nicht alle Kennzahlen ausgewertet und trotzdem zeigt sich bereits, dass die Leichtathletik EM eine beeindruckende internationale Reichweite erzielt und auch maßgeblich zur wirtschaftlichen Wertschöpfung beigetragen hat.

1677 Übertragungsstunden aus Zürich: 358 Millionen TV-Zuschauer

Die kumulierten TV-Zuschauerzahlen, welche European Athletics basierend auf den Erhebungen der European Broadcasting Union (EBU) und Republicom veröffentlicht hat, verdeutlichen die große Popularität der Titelkämpfe in ganz Europa. 33 Broadcaster sendeten insgesamt 1677 Stunden aus Zürich (live, zeitversetzt, in Zusammenfassungen und in Sport-Magazinen). Die Wettkämpfe im Stadion Letzigrund und in der Zürcher Innenstadt wurden von kumulierten 358 Millionen TV-Zuschauern verfolgt. Nicht eingerechnet in dieser Zahl sind die Reichweiten von Newssendungen, in welchen ebenfalls über die Leichtathletik-EM berichtet wurde.



Hansjörg Wirz, Präsident von European Athletics, freut sich über die enorme TV-Resonanz, welche großartige Kommunikation für Zürich darstellt und

die Veranstalter für ihre Mühen belohnt: „Die EM hat für Zürich einen unglaublich hohen Werbewert im Bereich von zig Millionen Schweizer Franken generiert. Zürich wurde im besten Licht dargestellt, wozu insbesondere auch die tollen Bilder von der Marathonstrecke beigetragen haben.“



Für die Produktion des internationalen TV-Signals war in Zürich der Host-Broadcaster SRG zuständig. Für die SRG bedeutete die Leichtathletik-EM das bisher größte Host-Broadcaster-Engagement in ihrer Geschichte. „Zürich 2014 war für unser ganzes Team eine große Herausforderung. Wir haben bereits während der EM viel positives Feedback von Fernsehsendern aus ganz Europa erhalten. Die Zuschauerzahlen sind nun die Bestätigung dafür, dass wir zusammen mit European Athletics, der EBU und dem lokalen Veranstalter ein tolles TV-Erlebnis produzieren und nach ganz Europa hinaustragen konnten“, sagt Urs Leutert, Leiter Business Unit Sport SRG.

EM bescherte Zürich Rekord bei den Hotelübernachtungen

Dass die TV-Bilder aus Zürich in Europa ein Millionenpublikum erreichten, ist nur einer der positiven Effekte, welche

Martin Sturzenegger, Direktor von Zürich Tourismus, hervorhebt. „Dank der Leichtathletik-EM 2014 konnte diesen August ein neuer Rekord an Übernachtungszahlen aufgestellt werden. Der Anlass begeisterte nicht nur Touristen, sondern auch die lokale Bevölkerung. Zürich Tourismus arbeitete eng mit den Organisatoren zusammen und bewarb die Europameisterschaft im In- und Ausland. Zudem profitierten verschiedenste Branchen in Zürich von diesem Sportereignis, was sich positiv auf die Wertschöpfung der Stadt und Region Zürich auswirkt“, erklärt Martin Sturzenegger.



Die vom Bundesamt für Statistik veröffentlichten Zahlen zeigen, dass im Monat August in der Stadt Zürich mit 316 881 Übernachtungen erstmals die 300 000er-Marke geknackt wurde. In der Region Zürich wurden im August sogar 601 266 Übernachtungen registriert. Damit sind im Monat August sowohl in der Stadt als auch in der Region Zürich die Übernachtungszahlen im

Vergleich zu den Vormonaten überproportional angestiegen.



Finanzierungslücke kleiner als zunächst angenommen

Besser als nach der Sportveranstaltung angenommen wird die Schlussrechnung der Leichtathletik EM 2014 AG ausfallen. Unmittelbar nach dem Ereignis waren die Veranstalter von einer Finanzierungslücke von rund zwei Millionen Schweizer Franken ausgegangen. Kurz vor und während den

Meisterschaften eingeleitete Maßnahmen führten zu größeren Kostenreduktionen sowie höheren Beiträgen aus privater Hand als zunächst erwartet. Die Finanzierungslücke (nach Verbrauch des privaten Eigenkapitals) beläuft sich daher noch auf rund 1,1 Millionen Schweizer Franken, die je zur Hälfte von der öffentlichen Hand und von Privaten gedeckt wird.

Roland Hirsbrunner (Zürich 2014)

Wozu braucht man 1,2 Milliarden Schilling?

Derzeit tut sich viel auf dem internationalen Parkett, wir blicken ein wenig genauer hin: Afrika im Vormarsch, IAAF-Wahlen als Spannungsfaktor 2015 und die Mitglieds-Arithmetik auf Weltniveau.

Doha offerierte der IAAF 15 Minuten vor der geheimen Wahl ein 30 Millionen Dollar schweres Sponsoringpaket, wie die Süddeutsche Zeitung¹ vor wenigen Tagen berichtete. „Das hatte enorme Wirkung, so kurz vor der Abstimmung“, wie Helmut Digel, Deutschlands IAAF Council Mitglied dort zitiert wird. Die katarische Metropole ließ so Eugene und Barcelona in der Abstimmung um die WM 2019 hinter sich. Dieser Event wird eine Hitzeschlacht, das steht bereits jetzt fest. Der WM-Marathon bei 40 Grad wird sicher ein „Hochgenuss“, aber wer weiß, vielleicht kühlen die Scheichs die Marathonstrecke auf wohlige Temperaturen herab. Mit den Fußball-Stadien haben sie bei der FIFA-WM 2022 ja ähnliches vor.

Weltmeisterschaften in Afrika

Mit der Cross-WM 2017 in **Kampala (Uganda)** und der U18-WM 2017 in **Nairobi (Kenya)** wurden auch zwei Meisterschaften an den afrikanischen Kontinent vergeben. Daher rühren auch die 1,2 Milliarden Schilling aus der Überschrift dieses Beitrags, wohl gemerkt kenyanische Schilling (rund 10,6 Mio. EUR), die Kenyas Verbands-

Chef Isaiah Kiplagat² von Regierung und Sponsoren kürzlich via Medien einforderte, damit dieser Event erfolgreich umgesetzt werden kann.



IAAF Wahlen werfen ihren Schatten voraus

Nach einer 15-jährigen Amtszeit wird im kommenden August der Senegalese **Lamine Diack**, mittlerweile 81 Jahre alt, als IAAF-Präsident in den Ruhestand treten. Lord **Sebastian Coe** hat vor wenigen Tagen seine Kandidatur als Präsident bekanntgegeben und sein Manifest „Growing Athletics in a New Age“³ für die Zukunft der Leichtathletik publiziert. Der größte Herausforderer des britischen Doppelolympiasiegers im 1.500m-Lauf (1980 und 1984) wird dabei vermutlich

Stabhochsprung-Ikone Sergey Bubka sein. Doch wer weiß, ob die beiden europäischen Weltstars sich nicht gegenseitig die Stimmen wegnehmen und als lachende Dritte die erste afrikanische bzw. muslimische Olympiasiegerin der Geschichte, **Nawal El-Moutawakel** aus Marokko, auf den IAAF-Thron steigt. Die 1,62m große Powerfrau, Goldmedaillengewinnerin in Los Angeles 1984 im 400m Hürdenlauf, ist seit 1995 Mitglied im IAAF-Council und seit 1998 IOC-Mitglied – also ebenfalls bestens vernetzt in der großen Welt des Sports. Bewerbungsfrist für alle IAAF-Funktionen ist im Mai, also Zeit genug, für weitere Kontrahenten in den Ring zu steigen.

„One country, one vote“

Jedes Land hat bei IAAF-Kongressen eine Stimme, was die Sache aus europäischer Sicht ziemlich schwierig macht. Europa hat 50 Stimmen, Afrika 53, Asien 45, Ozeanien 20, Nordamerika und Karibik 31, Südamerika 13 – insgesamt gibt es also 212 Mitgliedsländer. Das sind deutlich mehr als die Vereinten Nationen aufzuweisen haben (derzeit 193). Auch das

IOC, das diese Woche den Kosovo als 205. ordentliches Mitglied in seinen Reihen aufnahm – übrigens im Gegensatz zur UNO und der IAAF – hat weniger Mitgliedsverbände als der Welt-Leichtathletikverband.

erstmals zu Team-EM-Ehren, ohne European Athletics Mitglied zu sein. Andersrum geht's aber ebenfalls. Gibraltars Leichtathleten werden erstmals an einem olympischen Bewerb teilnehmen, ohne dass sie über ein anerkanntes Nationales Olympisches Comité verfügen. Die European Athletics-Mitgliedschaft macht's möglich.

Sport+ wird's wohl gelingen müssen, denn dort werden im kommenden Juni täglich die Highlights dieses neuen Multisport-Events 30 Minuten lang zu sehen sein.

Übrigens im Kampf um die meisten Mitgliedsverbände weltweit liefern sich Volleyball (FIVB) und Tischtennis (ITTF) seit Jahren ein heißes Duell, das derzeit bei **220:220** hält. Vor allem die Aufspaltung der Briten – in der Leichtathletik als „Great Britain & Northern Ireland“ zusammengefasst – in die üblichen Verdächtigen wie England, Schottland, Wales und Nordirland aber auch in Isle of Man, Guernsey und Jersey mit eigenständigen Mitgliedsverbänden macht den Unterschied zur IAAF. Disneyland wäre auch noch frei – sorry, aber mehr fällt mir am Ende dieses Beitrags aus der internationalen Sportwelt nicht mehr ein.



Details am Rande

Kosovo plant jetzt ein Team zu den European Games 2015 nach Baku zu schicken, wo sie dann im Leichtathletik-Teambewerb auf Österreich treffen werden. So kommen die Kosovaren

Die Flagge Gibraltars wird in Baku aber nicht zu sehen sein, das verbietet das olympische Zeremoniell – die olympische Flagge dient als Ersatz. Da soll einer noch den Überblick behalten. **ORF**

Helmut Baudis

¹ <http://www.sueddeutsche.de/sport/helmut-digel-im-interview-europa-darf-nicht-alleine-die-massstaebe-vorgeben-1.2250034>
² <http://www.standardmedia.co.ke/sports/article/2000144234/kenya-needs-sh1-2-billion-for-iaaf-world-youth-athletics>
³ <http://www.sebcoe2015.org/>

Der Kampfrichter meint ... zum Thema Wiederholung eines Laufes

Im Gespräch mit dem Schiedsrichter Lauf (nicht als Einspruch!) beklagt sich eine Trainerin: Der Startschuss sei bereits erfolgt, ehe eine von ihr betreute 400m-Läuferin die Startposition eingenommen hat. Wie wäre im Falle eines Einspruches vorzugehen gewesen? Zunächst gilt auch hier, dass dieser innerhalb von 30 Minuten nach offizieller Bekanntgabe des Wettkampfergebnisses eingelegt werden muss (Regel 146.2). Ist die Situation

nachweisbar (Im konkreten Fall war es so.), so hat der Schiedsrichter das Recht, den Lauf für ungültig zu erklären und wiederholen zu lassen (Regel 146.4 und 163.2 zweiter Absatz). In Analogie zur Vorgangsweise bei Behinderung (Regel 163.2 erster Absatz) muss die Läuferin, zu deren Gunsten der Einspruch erfolgte, den Lauf in ehrlichem Bemühen beendet haben.

Adolf Rieck



YOUR RUN ONLY SMARTER



SMART COACHING

since 1977

Erreiche mit dem Polar **RCX3**, **RC3 GPS** oder **RCX5** neue Dimensionen im Lauftraining. Mit den einzigartigen Smart Coaching Funktionen leiten sie dich durch das Training.



Ausdauerprogramme

Erreiche deine Ziele mit den persönlichen Trainingsprogrammen fürs Laufen oder Radfahren



Fitness Test

Zeigt dir, wie sich deine Fitness positiv verändert



Running Index

Illustriert, wie sich deine Laufökonomie verbessert

Startschuss zur Wahl zum Leichtathleten des Jahres

**ATHLETEN
WAHL 14**

Auch dieses Jahr werden aus Publikums- und Expertenvotings die Leichtathleten des Jahres ermittelt. Wer tritt in die Fußstapfen von Andreas Vojta und Beate Schrott? Werden sich die Routinierten abermals durchsetzen oder wird es neue Sieger geben? Neben der Nachwuchskategorie wird heuer zum ersten Mal der Masters-Athlet des Jahres gewählt. Folgende Athleten/Athletinnen stehen zur Auswahl.

Athletinnen (in alphabetischer Reihenfolge)

Anita Baierl	10.000m	21.EC 10.000m
Elisabeth Eberl	Speerwurf	17.EM, 11.EC Winterwurf, 60.WRL
Kira Grünberg	Stabhochsprung	12.EM, 2xÖR, 6xÖR (U23), 4.ERL (U23)
Susanne Mair	Halbmarathon	ÖR (U23)
Andrea Mayr	Berglauf	1.EM, 1.WM, 1.WC
Sabine Reiner	Berglauf	3.EM
Beate Schrott	Hürdensprint	26.HWM, 27.EM
Jennifer Wenth	5000m	11.EM, 31.ERL

Athleten (in alphabetischer Reihenfolge)

Dominik Distelberger	Mehrkampf	12.EM, 14.ERL, 21.WRL, 7.Götzis
Thomas Kain	400m Hürden	28.EM, 18.ERL (U23)
Gerhard Mayer	Diskus	15.EM, 10.EC Winterwurf
Christian Pflügl	Marathon	45.EM, 11.VCM
Andreas Rapatz	800m	21.EM
Brenton Rowe	5000m	13.EM, 37.ERL
Christian Steinhammer	3000m Hindernis	25.EM
Andreas Vojta	1500m	14.HWM, Teilnahme EM, 10.ERL (i), ÖR (1000m)
Lukas Weißhaidinger	Diskus	10.EC Winterwurf (U23), 2xÖR (U23), 6.ERL (U23)

Nachwuchsathletinnen (in alphabetischer Reihenfolge)

Ina Huemer	Sprint	7.YOG
Sarah Lager	Mehrkampf	2xÖR (U16)
Nina Luyer	Hochsprung	19.EYOT
Savannah Mapalagama	Sprint	38.U20WM
Julia Millonig	3000m Hindernis	31.U20WM, 28.ERL (U20), 2xÖR (U20)
Verena Preiner	Mehrkampf	9.U20WM, 9.ERL (U20)
Birgit Schönfelder	Mehrkampf	18.U20WM, 16.ERL (U20), ÖR 4x400m (U20)
Karin Strametz	100m Hürden	19.EYOT, ÖR (U18)
Alexandra Toth	Sprint	48.U20WM
Lena Ungerböck	Gehen	2xÖR (U18)
Susanne Walli	400m	8.U20WM, 14.ERL (U20), ÖR 4x100m, 4x400m (U20)
Bettina Weber	Hammerwurf	ÖR (U20)

Nachwuchsathleten (in alphabetischer Reihenfolge)

Nikolaus Franzmair	800m	25.EM, 9.U20WM, 2xÖR (U20), 2.ERL / 9.WRL (U20)
Matthias Freinberger	Stabhochsprung	27.U20WM, 21.ERL (U20)
Dominik Hufnagl	400m Hürden	7.YOG, 2.EYOF, 2xÖR (U18), 2.ERL / 8.WRL (U18)
Hans-Peter Innerhofer	Berglauf	15.EM (U20), 30.WM (U20)
Manuel Innerhofer	Berglauf	4.EM (U20)
Philipp Kronsteiner	Dreisprung	10.YOG, 10.EYOT, ÖR (U18), 13.ERL (U18)
Hannes Meissel	Berglauf	9.WM (U20), 28.EM (U20)
Moritz Reiser	Gehen	ÖR (U16)
Stefan Schmid	3000m	ÖR (U16)
Gordon Skalvy	110m Hürden	16.EYOT
Dominik Stadlmann	800m	22.U20WM, 13.ERL (U20)
Eric Thallinger	Gehen	ÖR (U18)
Lukas Wirth	Stabhochsprung	Teilnahme U20WM, ÖR Halle (U20), 30.ERL (U20)

Mastersathletinnen (in alphabetischer Reihenfolge)

Anita Bachl-Pichler	Halbmarathon	1.WM (W50)
Karloline Dohr	Berglauf	1.WM (W55)
Irmgard Kubicka	Berglauf	1.EM / 1.WM (W50)
Marianne Maier	Sprint, Sprung, Wurf, Mehrkampf	1.EM (5x) (W70)
Helga Pongratz	Berglauf	1.WM (W70)
Renate Schaden	Hürdensprint	1.EM (W75)

Mastersathleten (in alphabetischer Reihenfolge)

Milan Eror	Halbmarathon	1.WM (M50)
Gottfried Gassenbauer	Gewichtswurf	1.WM (M55)
Wolfgang Göschl	400m	1.EM (M50)
Herbert Hartl	Ultralauf (100km)	1.WM (M55)
Helmut Hübl	Stabhochsprung	1.WM (M65)
Helmut Lang	Diskuswurf	1.WM (M70)
Johann Lindner	Gewichtswurf	1.EM (M55)
Johann Miekautsch	Hochsprung	1.EM (M75)
Christopher Schiefermayer	Mehrkampf	1.EM / 1.WM (M45)
Robert Stark	Berglauf	1.WM (M45)
Dietmar Steiner	Hürdensprint	1.EM (M70)
Alfred Stummer	Dreisprung	1.EM (M50)
Heimo Viertbauer	Hammerwurf, Gewichtswurf	1.EM (2x) / 1.WM (2x) (M70)

Nominierungskriterien

1. Allgemeine Klasse

- ◇ alle Teilnehmer/innen HWM / EM / EC
- ◇ erfolgreiche Teilnehmer/innen EM / WM Berglauf, Ultralauf
- ◇ alle Athlet/innen mit ÖR (Allg. Klasse, U23)

2. Nachwuchs

- ◇ alle Teilnehmer/innen U20WM / EYOT / YOG
- ◇ erfolgreiche Teilnehmer/innen bei EM / WM Berglauf
- ◇ alle Athlet/innen mit ÖR (U20/U18/U16)

3. Masters

- ◇ alle Welt- und Europameister/innen (Einzel) der Altersklassen M/W 40 und älter

Unter <http://www.oelv.at> geht's direkt zur Abstimmung.



LEICHTATHLETIK

Laufen | Springen | Werfen & Stoßen | Starten & Messen | Kinderleichtathletik

Partner des

AUSTRIAN ATHLETICS



ERHARD[®] SPORT



ATHLETIK

Weitere Informationen und Katalog anfordern unter **07752 71783**,
office@erhard-sport.at oder im Internet unter www.erhard-sport.at

Ilona Gusenbauer – über die Weisheit des Rückblicks

Nein, das ist keine weitere Hommage über Ilona Gusenbauer. In welche Höhen die ehemalige Spitzenathletin in ihrer Karriere geflogen ist, ist zigmal beschrieben worden. Den meisten Österreichern aus der Generation 50 plus ist Ilona ein Begriff. Gusenbauer gehört zu den Fixverdrahtungen im Langzeitgedächtnis, wenn man in Österreich über Sportgeschichte spricht. Ihre Karriereleiter als Hochspringerin hatte viele Sprossen: Vier Weltrekorde – drei in der Halle, einen im Freien, Europameisterin in der Halle und im Freien, Sportlerin des Jahres, Bronzemedaille bei Olympischen Spielen.

Wenn Ilona aus ihrem Leben als Spitzensportlerin erzählt, darf man kein flächiger Zuhörer sein. Die Geschichten sind immer mehrdimensional und brauchen Raum. Schon allein das Training und die Technik im Hochsprung waren zu Gusenbauers Zeit stark im Wandel. Leichtathleten waren Amateure, und die Trainingslehre war weitestgehend handgestrickt. Techniktraining stand im Vordergrund. „Krafttraining war für mich lange ein Fremdwort; es war damals für Frauen ein No-go in Kraftkammern zu trainieren“, erinnert sich Ilona.

Erst nach der Geburt ihrer Tochter Ulla wurde auch die Kraftkammer zum Refugium und zur Quelle des Muskelaufbaus. Ilona startete das Training mit den Eisenhanteln von null auf sechs Mal in der Woche. Der Leistungsschub war auch dementsprechend. Innerhalb eines Jahrs wurde die Hochsprunglatte von 1,74 m auf 1,80 m gelegt. Und auch überquert. Ab jetzt wurde die Arbeit in der Kraftkammer ein fixer Bestandteil des Trainings. Ist diese Anforderung an den Körper rückstandsfrei geblieben?

„Ja. Ich habe heute weder muskulär noch mit den Sehnen Probleme. Der Leistungssport hat mir nicht geschadet, er hat mich in meinem Leben körperlich robuster gemacht“, sinniert die

dreifache Mutter. Eine chemische Unterstützung des Körpers war für sie ohnedies tabu. „Ich nahm nicht einmal Vitaminkapseln, Eiweißbomben schon gar nicht“, gesteht Gusenbauer und fügt gleich darauf an: „Über Doping braucht man mit mir gar nicht reden, solche Manipulationen lehne ich strikt ab“.

Der entscheidende Umbruch im Hochsprung war der Technikwandel vom Straddle zum Flop. 1968 erstmals von Dick Fosbury in Mexiko praktiziert, eroberte der neue Sprungstil die Hochsprungwelt. Damit ging auch ein Wandel im Körperbau der Springerinnen einher. Lange und leichtgewichtige Körper waren für den neuen Sprungstil gefragt. Ilona blieb der Straddelechnik treu und war nicht nur damit eine ästhetische Augenweide.

„Das Größte war für mich die Wettkampfatmosphäre“, schwärmt Gusenbauer noch heute, „damit speiste ich schon als Jugendliche mein Selbstwertpotential.“

Egal, in welchem Stadion oder welcher Halle sie antrat, das Gefühl, das ein erfolgreicher Wettkampf vermittelt, bleibt für sie unbeschreiblich.

„Wettkämpfe entfachten in mir ein Feuer, das ich immer wieder anzünden wollte“, beschreibt Ilona ihre Gefühlswelt. Als Höhepunkt sprang sie 1971 im ausverkauften Stadion mit 1,92 m Weltrekord. Ein unglaubliches Gefühl, wenn man der Mittelpunkt aller anwesenden Pupillen ist. Standing Ovations der Fußballfans. Gänsehautfeeling sowieso. Wie endete dieses wunderbare Curriculum Vitae. War es eine Verletzung? War das Motivationsreindl ausgeschmiert?

Ja, es hatte auch mit einer Verletzung zu tun. Das Knie des Sprungbeins machte Mucken und verhinderte die Qualifikation für die Olympischen Spiele in Montreal. Einerseits. Andererseits hat Ilona den Augenblick, als ihr

die Leidenschaft abhanden kam, noch gut in Erinnerung.



„Es war bei einem Wettkampf, als ich Christian, meinen kleinen Sohn, beim Herumkrabbeln neben dem Hochsprungareal beobachtete. Da wurde mir klar, dass es in meinem Leben nicht mehr um Höhe, sondern mehr um Breite und Tiefe gehen sollte. Meine Motivation für den Leistungssport erlosch und damit verschwand auch die Konzentration.“

1976 verließ Gusenbauer das Wettkampfgeschehen. Dem Sport blieb sie treu. Mit dem damaligen Basketballverein Union Firestone wurde sie sechs Mal österreichische Meisterin. Den Flow, den der Flug über die Latte vermittelt, fand sie auch beim Tiefschneefahren und beim Windsurfen. Dass sie im Leben auch einige körperliche Disbalancen zu bewältigen hatte, verheimlicht sie nicht. Sie haben mit ihrer Sportlaufbahn nichts zu tun. Ein Unfall in einem Schwimmbad in Innsbruck, bei dem sie unverschuldet zum Handkuss kam, bescherte ihr über Jahre einen physischen und psychischen Belastungstest. Der Sonnenschein im Gemüt ist ihr dadurch aber nicht verloren gegangen. Das Loslassen musste sie ja mehrmals im Leben lernen.

Heute lebt Ilona Gusenbauer zwar zurückgezogen, aber in unveränderter Wachheit. Breitenfurt ist ihr näher als das Großstadtgetriebe. Malen ist ihr

wichtiger als das Tralala eines Promi-Lebens. Auf der Bühne spielen ihre Kinder und ihre Enkelkinder die Hauptrolle. Die Sporterinnerungen stehen gut verwahrt im Kulissenraum.



Österreichs letzte Weltrekordlerin ist unter den Wolken geblieben, obgleich sie als Sportlerin lange Jahre über den Wolken gelebt hat.

Herbert Winkler

BSO Cristall-Gala – Leichtathleten räumen ab!



Starkes Quartett

Die Mädchen der Zehnkampf Union konnten in der heurigen Saison lang bestehende Staffelrekorde auslöschen und zudem sorgte unter anderem Susanne Walli mit ihrem fulminanten 8. Platz bei der U20-WM in Eugene für Furore. „Die Auszeichnung bedeutet uns Mädls sehr viel. Wir absolvieren viele Trainings gemeinsam und es war toll, nicht alleine sondern mit meiner starken Mannschaft auf der Bühne zu stehen. Besonders stolz war ich dass die Leichtathletik an diesem Abend ganz schön abgeräumt hat“, meint Susanne Walli.

kabteilung der Sportunion St.Pölten, veranstaltet er seit Jahren erfolgreich das Liese-Prokop-Memorial und ist zudem ÖLV-Vizepräsident. „Ich freue mich über die Auszeichnung und sehe sie als Bestätigung der Bemühungen meines gesamten Teams in der Union St.Pölten, aber auch im ÖLV - Veranstaltungsteam. Durch den schönen Erfolg der Zehnkampf-Union Damen hoffe ich in Summe auf weiteren Rückenwind für die Leichtathletik“ so Lammerhuber.

Im Rahmen der Cristall Gala werden jährlich erfolgreiche Vereine, Funktionäre, Trainer und Projekte durch die Bundessport-Organisation geehrt. Heuer konnte sich die Leichtathletik gleich über zwei Gewinner freuen. Das Mädchenteam der Zehnkampf Union gewann die Kategorie „Frauen Power“ und Gottfried Lammerhuber wurde als „Top-Sportfunktionär“ ausgezeichnet.

Für langjähriges Ehrenamt geehrt

Gottfried Lammerhuber wurde für seine ehrenamtlichen Tätigkeiten in der Leichtathletik ausgezeichnet. Neben der Sektionsleitung der Leichtathleti-



Meetings und City-Marathons im internationalen Vergleich

Die Ranglisten von Meetings und City-Marathons wurden auch dieses Jahr wieder durchforstet und erfreulicherweise konnte festgestellt werden, dass österreichische Events im internationalen Vergleich teilweise sehr gut mithalten konnten. Aber sehen Sie selbst:

Ein-Tages-Meetings	City-Marathons
<ol style="list-style-type: none"> 1. Monaco Hercules (MON) 2. Bruxelles Memorial Van Damme (BEL) 3. Eugene Prefontaine Classic (USA) 34. Gugl Games, Linz 140. Salzburger Leichtathletik-Gala 268. Liese Prokop Memorial, St.Pölten (862 gelistete Veranstaltungen)	<ol style="list-style-type: none"> 1. London Marathon (GBR) 2. Berlin Marathon (GER) 3. Chicago Marathon (USA) 17. Vienna City Marathon 42. Linz Marathon 114. Bregenz Marathon (156 gelistete Veranstaltungen)
Mehrkampf-Meetings	Hallen-Meetings
<ol style="list-style-type: none"> 1. Hallen Weltmeisterschaft, Sopot (POL) 2. Götzis Hypo Meeting 3. Europameisterschaft, Zürich (SUI) (309 gelistete Veranstaltungen)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hallen Weltmeisterschaft, Sopot (POL) 2. British Athletic Grand Prix, Birmingham (GBR) 3. XL Galan, Stockholm (SWE) 51. Indoor Classic, Wien 56. Gugl Indoor Meeting, Linz 59. ASVÖ Indoor Gala, Wien (882 gelistete Veranstaltungen)

Die gesamten Ranglisten sind unter www.all-athletics.com verfügbar.



Eine Ausnahmeathletin wurde 60 Jahre alt

Karoline Käfer feierte am 31. Oktober ihren 60er und wurde vom KLC geehrt sowie als Ehrenmitglied in den Vorstand aufgenommen. Als Sprinterin war Karoline von 1972 bis 1989 die erfolgreichste österreichische Sprinterin mit 49 Staatsmeistertitel. Bei den Hallen Europameisterschaften gewann sie 4 Medaillen (2x Silber, 2x Bronze). Sie war 2x bei olympischen Spielen, 6x bei Hallen- und 2x bei Freiluft Europameisterschaften am Start. Später widmete sie sich erfolgreich dem Berglauf: 1997 und 1999 war sie

Staatsmeisterin, und brachte es bis 2002 zu 7 internationalen Einsätzen bei Berglauf Welt- und Europameisterschaften. Als Sprinterin stellte sie österreichische Rekorde über 60, 100, 200 und 400 Meter auf. Jener über 400 Meter mit 50,62s von 1977 aus dem Wörtherseestadion steht noch heute. In den österreichischen All-Time Listen findet man sie über alle Sprint- und Laufdistanzen vorne dabei – von den 60 Meter (7,37s) bis zum Marathon (2:55:13 Std.)



Karoline Käfer bei der Ehrung vom KLC
(Foto: KLC)

Niedereder und Konczer laufen eigene Wege

Elisabeth Niedereder und Annabelle Konczer haben ihren bisherigen Verein team2012.at verlassen und machen sich selbständig. Vor wenigen Tagen wurde ihr neuer Verein namens „Tristyle Runners Laufteam“ gegründet, dem Elisabeth als Obfrau und Annabelle als Obfrau-Stellvertreterin vorstehen. Elisabeth führt schon seit längerer Zeit das Unternehmen Tristyle e.U., bei dem sie vor allem Ausdauersportler vom Anfänger bis zum Profi trainiert. Ihre Hauptaufgaben liegen in der Leistungsdiagnostik und der Trainingsplanerstellung. Als Österreichs schnellste Marathonläuferin Cornelia Köpper

im Herbst 2014 ins Lager von Tristyle wechselte, kam Elisabeth der Gedanke der Vereinsgründung: „Da wir alle aus verschiedenen Vereinen waren, kamen wir auf die Idee mit unserem eigenen Verein alle unter einen Hut zu bekommen. Bei 'Tristyle Runners Laufteam' geht es darum, LäuferInnen jeder Leistungsklasse zusammenzuführen, die Spaß am Laufen haben und ihre individuellen Ziele erreichen wollen. Wir bieten ihnen neben Vereinstraining, Wettkampffahrten auch professionelle Beratung und Betreuung durch das Unternehmen Tristyle e.U.“



Crowdfunding im österreichischen Sport

Im November ging die, vom ÖOC gemeinsam mit der Sporthilfe gestartete, Crowdfunding-Initiative „I believe in you“ online. Das Konzept wird schon seit London 2012 in der Schweiz erfolgreich umgesetzt. „I believe in you“ ist die erste Crowdfunding-Plattform, welche sich ganz auf die Finanzierung von österreichischen Sportprojekten spezialisiert.

Premiere für die Leichtathletik

Das erste Leichtathletik Projekt kommt von der Union Salzburg mit der Salzburger Leichtathletikgala, welche am 27. Mai 2015 als erster Wettkampf der Austrian Top Meeting Serie stattfinden wird. Durch den finanziellen Beitrag vieler verschiedener Unterstützter soll der derzeitige Hauptsponsor, die USLA finanziell entlastet werden. Topathleten wie Günther Matzinger unterstützen das Projekt: „2013 war ich bei der ersten Salzburger Leichtathletikgala über 800m am Start und konnte die geniale Stimmung vor heimischer Kulisse für eine neue Bestzeit nutzen. Salzburg braucht so ein Event, damit die vielen Nachwuchsathleten sportliche Perspektiven live erleben können.“

Link zur Plattform

www.ibelieveinyou.at/ibiy/src/#!/projectdetail/2073/spitzenleichtathletik-in-salzburg-and-kids-in-action

Unterstützung wird belohnt

Als Gegenleistung werden je nach Höhe des Beitrages tolle Leistungen geboten, die im Falle des erfolgreichen Abschlusses des Projekts eingelöst werden. Wer also beispielsweise eine Trainingseinheit mit einem Topathleten im Vorfeld der Gala absolvieren und VIP Eintritt zur Gala erhalten möchte, kann die entsprechende Unterstützung über die Plattform tätigen. Auch für kleinere Beträge wird man belohnt. Für 25 Euro erhält man kostenlosen Eintritt zur Salzburger Leichtathletik-Gala sowie ein Tombolalos.

Platz 140 im weltweiten Meetingvergleich

Durch Ihre Unterstützung kann sich die Salzburger Leichtathletik-Gala weiter im weltweiten Meeting- Zirkus etablieren. 2014 hat sich die Gala im internationalen Vergleich der Eintages- Leichtathletikmeetings gegenüber 2013 um mehr als 80 Plätze auf Platz 140 verbessert. Noch bis 26. Jänner bleibt Zeit um das Projekt zu unterstützen und einen positiven Abschluss zu ermöglichen.





GEMEINSAM GEWINNEN

Offizieller Ausstatter der Österreichischen
Leichtathletik Nationalteams
www.erima.at



erima®

SPORTSWEAR SINCE 1900

Athletes Corner

ÖLV Kaderathleten/innen 2015

Der Countdown läuft: Die Olympischen Spiele in Rio de Janeiro/Brasilien 2016 sind noch 600 Tage entfernt! Dies haben wir uns zum Anlass genommen und haben unsere A und B Kader Athleten für 2015 gebeten, folgenden Satz zu vervollständigen:

Die Olympischen Spiele in Rio...

A-Kader



Gerhard Mayer
Diskus, SVS-Leichtathletik

...sind in 9875km Entfernung. Wenn ich für jeden Kilometer einen Wurf absolviere, bin ich bereit für Rio.



Beate Schrott
100m Hürden, UNION St.Pölten

...sind es wert dass man sich 4 Jahre lang richtig ins Zeug haut.



Kira Grünberg
Stabhochsprung, ATSV Innsbruck

...sind ein großes Zwischenziel in meiner sportlichen Karriere. Dort möchte ich für meine weitere Entwicklung Erfahrungen und Wettkampfstärke sammeln.



Dominik Distelberger
Zehnkampf, UVB Purgstall

...sind die treibende Kraft und Motivation immer und überall alles zu geben!



Andreas Vojta
1500m, team2012.at

...sind unsere große Bühne zu zeigen was wir draufhaben.



Andrea Mayr
Berglauf, SVS-Leichtathletik

B-Kader



Andreas Rapatz
800m, KLC

...würden gut in meinen Wettkampfplan passen!



Niki Franzmair
800m, ULC Linz Oberbank

...werden meine ersten Olympischen Spiele sein.



Sabine Reiner
Berglauf, hellblau. POWERTEAM

...sind motivierend: der Weg dort hin ist das Ziel!



Brenton Rowe
3000m,5000m, team2012.at

...will be a challenge I look forward to achieving.



Elisabeth Eberl
Speerwurf, ATG

...sind das Ziel, wofür es sich lohnt, tagtäglich an die Grenzen zu gehen.



Lukas Weissshaidinger
Diskus, ÖTB ÖÖ LA

...sind eines meiner Ziele und große Motivation.



Kemboi Edwin Kipchirchir
Marathon, AC Klagenfurt

...sollen der Beginn meiner Reise sein.



Thomas Kain
400m Hürden, ATSV OMV Auersthal

...sind das Ziel das ich immer vor Augen habe. An jedem der 600 trainingstage bis dahin.



Ivona Dadic
Siebenkampf, PSV-HORNBAACH Wels

...sind für mich im Moment noch ein Fernziel, da es in den kommenden 2 Jahren noch viele Wettkämpfe gibt auf die ich mich freue!



Jennifer Wenth

5000m, SVS-Leichtathletik

...sind eines meiner nächsten Ziele, für welches es sich auszahlt, hart zu trainieren.



Christian Steinhammer

3000m Hindernis, USKO Melk

...geben mir immer dann Motivation wenn es im Training anfängt weh zu tun.

Aufbautraining der Top-Athleten

Das Aufbautraining für die kommende Saison ist bei unseren Top-Athleten wieder voll im Gange. Um den österreichischen Winter zu entfliehen, standen bei einigen Sportlern schon Trainingslager in südlichen Gefilden an.

Viola an der „Speed Academy“ in Florida

Zweieinhalb Wochen verbrachte Österreichs schnellste Sprinterin Viola Kleiser (Union St.Pölten) in Bradenton, Florida um dort mit dem amerikanischen Sprintcoach Loren Seagrave zu trainieren. Das Training fand am Gelände der IMG Speed Academy statt, welche optimale Trainingsbedingungen zur Verfügung stellte. Die erste Woche des Trainings war ihr Heimtrainer, Philipp Wessely, bei den Trainings dabei um sicherzustellen, dass die Trainingsinhalte auch ko-

härent zu dem Training davor verliefen. Besonders profitieren konnte Viola durch die Starttrainings mit Tiana Bartoletta (USA, Olympiasiegerin 2012 mit der 4x100m Staffel). Viola zeigt sich erfreut über den gelungenen Verlauf des Aufenthaltes: „Das Training war äußerst qualitativ mit einem großen Fokus auf der Schnelligkeit. Auch an meinem Start konnte ich sehr viel arbeiten, unter anderem in einer individuellen Startsession mit Loren.“



Tipps vom Top Coach für Stabhochsprung Rekordlerin

EM Finalistin Kira Grünberg (ATSV Innsbruck) verbrachte bereits eine Woche (14.-22.11) mit den Schweizer StabhochspringerInnen in Formia, Italien. Das Training dort leitete Herbert Czingon, der Kira schon

seit Jahren unterstützt. Dort konnte sich die ÖLV- Rekordhalterin auch mit dem langjährigen Trainer von Yelena Isinbayeva, Vitali Petrov austauschen können und Einblicke in sein Training bekommen.



ÖLV Athleten auf den Kanaren

Die Trainingsgruppe rund um ÖLV Cheftrainer Philipp Unfried weilt seit Ende November in Playa de las Americas, auf der Insel Teneriffa. Mit der weißrussischen Hürdensprinterin Alina Talay hat unsere Siebenkämpferin Ivona Dadic (PSV-Hornbach Wels) eine starke Trainingspartnerin. Ivona arbeitet nach einer ausgeheilten Knieverletzung an ihrem Comeback.

„Bei Temperaturen um die 23 Grad lässt es sich hervorragend trainieren. Ich bin schmerzfrei und arbeite hier vor allen an meiner Schnelligkeit“ so eine motivierte Ivona. Eine Woche später stießen weitere ÖLV Athleten wie Benjamin Grill, Michaela Egger und Stefanie Bendrat sowie die Salzburger Speerwerfergruppe dazu.



Hürdenass verstärkt mit Rana Reider

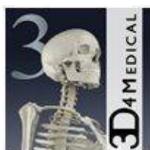
Hürdenrekordlerin Beate Schrott (Union St.Pölten) absolvierte in der Vorbereitung für 2015 bereits zwei Trainingslager. Nach einem zweiwöchigen Aufenthalt in den USA folgten weitere 14 Tage Vorbereitung in Stellenbosch, Südafrika. Die Trainings absolvierte Beate jeweils unter der Anleitung von Coach Rana Reider. Zusammen mit anderen internationalen Top- Athletinnen wie Dafne Schippers, Nadine

Visser und Desiree Henry konnte Beate auf sehr hohem Niveau trainieren. Die Schmerzen des Sommers gehören der Vergangenheit an: „Der Fokus lag allgemein auf der Sprint- und Hürdentechnik. Die Trainingslager waren super und haben sehr viel Spaß gemacht! Im Jänner ist ein dreiwöchiger Aufenthalt zur unmittelbaren Vorbereitung auf die Hallensaison auf St.Kitts and Nevis geplant“



Laufbahn 2.0: Applikationen zum Download rund um die Leichtathletik

Anatomie



Essential Anatomy 3D Darstellungen der Anatomie (Skelett und Bewegungsapparat)

Speed Anatomy Anatomiequiz

Technikanalyse



UberSense HD Videoaufnahme zur Technikanalyse (Markierungen,..) für IOS und ANDROID



Coach's Eye Videoaufnahme, Technikanalyse mit Zeitlupe, Markierungen, Winkelberechnungen,...

Leichtathletik-Verbände



European Athletics App Europäischer Leichtathletik-Verband



IAAF App Internationaler Leichtathletik-Verband

Punktetabellen



Leichtathletik Assistent Punkteberechnung für den Mehrkampf

Spiele

Track & Field verschiedene Spiele rund um die Leichtathletik



Line runner Spiel für Hürden- bzw. Hindernislauf



Born To Run (NADA) Das Mobile Game „Born to Run“ ist das erste gemeinsame Großprojekt der drei deutschsprachigen Agenturen in der Dopingprävention.

Stoppen, Timer



Sports Timer geeignet für Zirkel und Läufe zur Pausen und Laufzeitgestaltung (mit zuspielbarer Musik)



Pocketpace App zum Erstellen von Zwischenzeiten, Rundenzeiten, Stoppen



Runtastic nutzt GPS, um Sport- und Fitnessaktivitäten wie Laufen, Joggen, Radfahren & Walken aufzuzeichnen. Die App zeichnet Cardio-Workouts auf (Zeit, Distanz, Höhenmeter, Kalorien etc.).



PVC (pole-vaultcompanion) App rechnet Meter in Inches um



Instant Heart Rate Pulsmessung mit der „Taschenlampe“ ihres Iphones? Ja, das ist möglich mit dem neuen App Istant Heart Rate, welches in einer kostenlosen Variante zur Verfügung steht. Einfach zu bedienen und auch bei Zirkeltrainings etc. wunderbar einsetzbar.

Krafttraining



Barsense Video-Aufnahme von Kraftübungen (KB, Re, Ums,...), Geschwindigkeitsberechnung, Technikanalyse

Statistik

ÖLV Jahresbeste 2014 Freiluft

Männer

100	10,48	Benjamin Grill
200	21,72	Thomas Kain
400	47,76	Thomas Kain
800	1:46,78	N. Franzmair
1500	3:36,11	Andreas Vojta
5000	13:47,96	B. Rowe
10000	29:30,00	V. Pfeil
H.Mar	1:06:00	V. Pfeil
Mar	2:18,00	C. Pflügl
110H	14,25	D. Distelberger
400H	50,90	Thomas Kain
3000H	8:43,40	C. Steinhammer
Hoch	2,09	Josip Kopic
Stab	5,21	Paul Kilbertus
Weit	7,76	Julian Kellerer
Drei	15,87	Julian Kellerer
Kugel	18,42	L. Weißhaidinger
Diskus	61,45	Gerhard Mayer
Hammer	60,94	Benjamin Siart
Speer	72,69	M. Kaserer
10-K	8168	D. Distelberger
20kmG	1:53:25	Franz Kropik
50kmG	5:22:13	Franz Kropik

Frauen

100	11,68	Viola Kleiser
200	24,03	Susanne Walli
400	53,94	Susanne Walli
800	2:05,47	V. Menapace
1500	4:23,32	L.-M. Leutner
5000	15:36,96	Jennifer Wenth
10000	34:00,48	Anita Baierl
H.Mar	1:36:46	Andrea Mayr
Mar	2:44:16	C. Köpper
100H	13,14	Beate Schrott
400H	59,50	V. Menapace
3000H	10:37,58	Julia Millonig
Hoch	1,86	Monika Gollner
Stab	4,45	Kira Grünberg
Weit	5,95	Lisa Felderer
Drei	12,87	Michaela Egger
Kugel	14,05	M. Scheffauer
Diskus	49,84	Veronika Watzek
Hammer	54,92	Bettina Weber
Speer	57,54	E. Eberl
7-K	5530	Verena Preiner
20kmG	2:05:37	Andrea Zirknitzer

Stand: 1.12.2014

Welt- und Europaranglisten

Stand: 23.11.2014

Dominik Distelberger ist mit Platz 14 in Europa und Platz 21 in der Welt der am besten Platzierte ÖLV Athlet. Bei den Frauen liegt Kira Grünberg mit Platz 25 / 44 am besten. Dass es zwei Diskuswerfer über 60 Meter gab in einer Saison liegt übrigens schon sehr lange zurück: 1971 und 1972 gelang das zuletzt Heimo Reinitzer und Ernst Soudek.

Top 100 Allgemeine Klasse: 800m:

1:46,78 Nikolaus Franzmair **EL 31 WL 115**
 1:46,93 Andreas Vojta **EL 36 WL 129**
 1:47,71 Andreas Rapatz **EL 74 WL 211**

1500m:

3:36,11 Andreas Vojta **EL 16 WL 50**

5000m:

15:36,96 Jennifer Wenth **EL 31 WL 116**
 13:47,96 Brenton Rowe **EL 37 WL 285**

10000m:

34:00,48 Anita Baierl **EL 72 WL 284**
 33:20 Andrea Mayr **EL 39 WL 197**
 33:49 Lisa Perterer **EL 67 WL 304**

Halbmarathon:

1:13:36 Andrea Mayr **EL 56 WL 323**
 1:14:44 Jennifer Wenth **EL 86 WL 436**

Marathon:

2:18:00 Christian Pflügl **EL 86 WL 788**

100 Meter Hürden:

13,14 Beate Schrott **EL 37 WL 98**

400 Meter Hürden:

50,90 Thomas Kain **EL 65 WL 206**

3000m Hindernis:

8:43,40 Ch. Steinhammer **EL 56 WL 167**
 8:47,94 Christoph Sander **EL 77 WL 224**

Hochsprung:

1,86 Monika Gollner **EL 58 WL 88**

Stabhochsprung:

4,45 Kira Grünberg **EL 25 WL 44**

Weitsprung:

7,72 Julian Kellerer **EL 75 WL 188**

Kugelstoß:

18,42 L. Weißhaidinger **EL 85 WL 195**

Diskuswurf:

61,45 Gerhard Mayer **EL 48 WL 85**
 60,68 L. Weißhaidinger **EL 58 WL 97**

Speerwurf:

57,54 Elisabeth Eberl **EL 30 WL 59**
 53,33 A. Lindenthaler **EL 90 WL 161**

Siebenkampf:

5530 Verena Preiner **EL 72 WL 125**

Zehnkampf:

8168 D. Distelberger **EL 14 WL 21**



Combined Events Annual

Das jährliche **Combined Events Annual** des Mehrkampf-Statistikers **Hans van Kuijen** ist seit Dezember für 35 Euro erhältlich. Auf über 200 Seiten ist eine Fülle von Informationen und statistischem Material rund um den Mehrkampf enthalten.

Bestellungen: j.kuijen4@upcmail.nl

Was sind die ÖLV Nachrichten?

Die ÖLV Nachrichten erscheinen als Online-Newsletter und sind eine Ergänzung zu den aktuellen Leichtathletik-News auf der Webseite des ÖLV. Beziehen können Sie die ÖLV Nachrichten gratis per E-Mail oder als pdf-Download über www.oelv.at.

Impressum

Herausgeber

Pressereferat des ÖLV

Inhaber

Österreichischer Leichtathletik-Verband, Prinz-Eugen-Straße 12, A-1040 Wien, Tel. 01/5057350, ZVR-Zahl: 831713114

Redaktion

Helmut Baudis, Elisabeth Eberl, Robert Katzenbeisser, Matthias Madzak, Andreas Maier, Hannes Riedenbauer, Herbert Winkler

Anzeigen baudis@oelv.at

Internet www.oelv.at

Email office@oelv.at