

.....  
**Die wahre Geschichte von Heidi**

Andreas Krieger: Doping-Prävention beim Nachwuchs

Story auf den Seiten 4-7



# Olympia, wir kommen!



Olympialimit geschafft: Günther Weidinger jubelt über das London-Ticket. Bild: BMW Frankfurt Marathon

## EDITORIAL



Dr. Ralph Vallon  
ÖLV-Präsident

### Ein klares Wort

In rund 250 Tagen beginnen die Olympischen Spiele in London. Bereits jetzt haben sechs unserer Sportler/innen die internationale Norm erbracht. Das ist eine sehr gute Bilanz, wenn man an das mit 3 Athleten kleine ÖLV-Team in Peking 2008 denkt. Zuletzt sorgten Andrea Mayr und Günther Weidinger in Frankfurt in souveräner Manier dafür, dass das ÖLV-Team für London größer wurde. Zwei tolle Leistungen, die für positive Leichtathletik-Schlagzeilen in TV und Printmedien sorgten. Das sollten auch jene anerkennen, die dazu tendieren zu kritisieren.

In den letzten Wochen habe ich oftmals ein klares Wort im österreichischen Sport vermisst. Die Bundes-Sportförderung, die uns im Vorjahr intensiv beschäftigte und im Laufe dieses Jahres ein neues Gesetz bringen sollte, liegt auf Eis. Niemand traut sich die heiklen Themen anzugreifen. Schade, denn in wenigen Monaten steht mit den Olympischen Sommerspielen in London eine große Herausforderung vor der Tür. Zuletzt gab es eine umstrittene Entscheidung bei einer Dopingkontrolle. Klare Worte wären auch hier angebracht gewesen. Für den ÖLV gilt in diesem Zusammenhang eine Null-Toleranz Politik bzw. ein starkes Engagement im Präventionsbereich. Wir wollen mit fairen Leistungen aufzeigen.

### Inhalt

Athletenwahl 2011	2
„Aus Mädchen wurden junge Burschen“	4
ÖLV Kursoffensive	8
London, wir kommen!	10
Erfolgsstory Polen	13
Zug um Zug im Sprintraining	14
Franz Stampfl, der Große & Unbekannte	15
Statistik, Impressum	20

### Story

#### Leichtathletik Geschichten

Ganz nüchtern gesehen: Es ist eine außergewöhnliche Ausgabe der ÖLV Nachrichten, die vor Ihnen ist. Sie lesen darin eine warnende Geschichte von vor 30 Jahren, eine faszinierende Geschichte von vor 50 Jahren sowie Geschichten über die nächste Zukunft. Und: Ab sofort startet die ÖLV Athletenwahl: Wählen Sie bis 19.12.!!!

### IHRE LEICHTATHLETIK-INFOS!

Sie wollen die **ÖLV Nachrichten** regelmäßig und aktuell beziehen? Registrieren Sie sich einfach für den kostenlosen E-Mail Versand auf [www.oelv.at/newsletter/register.php](http://www.oelv.at/newsletter/register.php)

**ATHLETEN  
WAHL 11**



# ATHLETEN WAHL 11

Der Österreichische Leichtathletik-Verband führt auch heuer wieder die Wahl zu Österreichs Leichtathleten des Jahres durch. Wählen Sie aus WM-Teilnehmern, Rekordbrechern und jungen Aufsteigern Ihre Favoriten! Die beiden Sieger bei Frauen und Männern werden mit dem „Goldenen Emil“ ausgezeichnet. Diese Trophäe ist ein nach der tschechischen Laufflegende Emil Zatopek benannter, vergoldeter adidas-Laufschuh. Dazu wird der Nachwuchsathlet oder die Nachwuchsathletin des Jahres gesucht.

IHRE STIMME ZÄHLT – BIS 19. DEZEMBER!

[www.oelv.at/static/athletenwahl.php](http://www.oelv.at/static/athletenwahl.php)

Das Ergebnis wird aus dem Ranking der Userwahl und einer Expertenwahl (Journalisten und ÖLV-Trainer) ermittelt, wobei beide Teilwahlergebnisse gleichwertig in die Endwertung einfließen.



## Österreichs Leichtathleten des Jahres 2011 DIE KANDIDATEN

### LEICHTATHLETINNEN DES JAHRES 2011 - Nominierungen

Raffaela Dorfer   400m Hürden	13. Platz U23-EM, PB 59,93sec
Tanja Eberhart   Langstrecke	13. Platz U23-EM, 14. Wien Marathon, 3. Europarangliste U23, ÖR U23 2:44:11Std.
Elisabeth Eberl   Speerwurf	25. Platz WM, 10. Pl. EC-Winterwurf 17. Europarangliste, 28. Weltrangliste Olympialimit London 2012
Sabine Hofer   Ultralauf	5. Platz EM 100km, 8. Platz WM 100km
Andrea Mayr   Langstrecke	14. Frankfurt Marathon 2:32:33 Std. Olympialimit London 2012, ÖR 10km Straße 33:12min
Sabine Reiner   Berglauf, Straße	17. Platz Berglauf EM
Beate Schrott   Hürdensprint	18. Platz WM, 18. Platz Hallen-EM, 7. Universiade 3xÖR, PB 12,95sec, 12. Europarangliste Olympialimit London 2012
Julia Siart   Hammerwurf	ÖR 57,60m
Jennifer Wenth   1500m	20. Platz Hallen-EM, 18. Platz U23-EM 12. Europarangliste U23, ÖR U23 4:11,07min

### LEICHTATHLETEN DES JAHRES 2011 - Nominierungen

Dominik Distelberger   Mehrkampf	15. Platz Hallen-EM, 7. Platz U23-EM 12. Weltrangliste Halle, 8. Europarangliste U23 PB 7840 Punkte (10K), PB 5951 Punkte (7K)
Simon Lechleitner   Berglauf	15. Platz Berglauf-WM
Gerhard Mayer   Diskus	21. Platz WM, 30. Europarangliste, 49. Weltrangliste SB 63,35m, Olympialimit London 2012
Ryan Moseley   Sprint	8. Platz Hallen-EM, 25. Europarangliste Halle SB 6,68sec (60m) & 10,32sec (100m)
Raphael Pallitsch   800m	22. Platz Hallen-EM, 23. Europarangliste Halle PB 1:48,37min (i)
Manuel Prazak   Hürdensprint	20. Platz Hallen-EM, 40. Europarangliste Halle PB 7,81sec (60mH), PB= 14,10sec (110mH)
Andreas Rapatz   800m	13. Platz Hallen-EM, 30. Europarangliste Halle SB 1:48,53min
Roland Schwarzl   Mehrkampf	10. Platz Hallen-EM, 22. Europarangliste Halle 26. Weltrangliste Halle, SB 5846 Punkte (7K)
Andreas Vojta   1500m	26. Platz WM, 21. Platz Hallen-EM, 4. Platz U23-EM 28. Europarangliste, 5. Europarangliste U23 PB 3:37,82min, Olympialimit London 2012
Günther Weidlinger   Marathon	23. Frankfurt Marathon 2:12:23 Std., 15. Europarangliste, Olympialimit London 2012
Clemens Zeller   400m	8. Platz Hallen-EM, 28. Europarangliste Halle SB 47,07sec
Alexander Zinchenko   Kugel	16. Platz U23-EM, 18. Europarangliste U23 PB 17,87m

Kriterien: alle Teilnehmer/innen WM und Hallen-EM, U23EM bis Platz 16, alle Athlet/innen mit ÖLV-Rekord und Olympialimit. Es können auch andere aktive Leichtathlet/innen gewählt werden!



# ATHLETEN WAHL 11

Der ÖLV-Nachwuchs hat mit einigen außerordentlichen Erfolgen gegläntzt. Wählen Sie auch hier Ihren Favoriten bei des Jahres 2011!

IHRE STIMME ZÄHLT – BIS 19. DEZEMBER!

[www.oelv.at/static/athletenwahl.php](http://www.oelv.at/static/athletenwahl.php)

Kriterien für die Nominierung:

Teilnehmer an U20-EM / U18-WM bis Platz 16, EYOF bis Platz 12. Es können auch andere aktive Nachwuchssathlet/innen gewählt werden!

## NACHWUCHSATHLET/INNEN 2011 – Nominierungen

Ivona Dadic   Mehrkampf	10. Platz U20-EM, 13. Europarangliste U20 SB 5455 Punkte (7K), ÖR U20 (5K Halle) 3946 P.
Ines Futterknecht   400m	12. Platz EYOF, PB 55,20sec
Susanne Mair   Berglauf	4. Platz EM U20
Christina Mandlbauer   Berglauf	11. Platz U20-WM, 12. Platz U20-EM
Nicole Prenner   Speerwurf	20. Platz U18-WM, 6. Platz EYOF, 3xÖR, PB 48,80m
Rosalie Tschann   Weitsprung	10. Platz EYOF, SB 5,70m
Nikolaus Franzmair   800m	15. Platz U18-WM, 7. Platz EYOF, PB 1:51,45min
Thomas Kain   400m Hürden	13. Platz U20-EM, 26. Europarangliste U20, PB 52,63sec
Manuel Leitner   Weitsprung	14. Platz U20-EM, 27. Europarangliste U20 PB 7,51m
Andreas Meyer   Mehrkampf	12. Platz U18-WM Achtkampf (5616 P.) 7. Platz EYOF (400mH)
Matthias Rebl   Mehrkampf	14. Platz U20-EM, 23. Europarangliste U20, PB 7165
Felix Schmid-Schutti   Mehrkampf	22. Platz U18-WM, 9. Platz EYOF (400m) 3. Weltrangliste U18 (Achtkampf) ÖR U18 7400 Punkte (Zehnkampf U18)
Dominik Siedlaczek   110mH	15. Platz U20-EM, 17. Europarangliste U20 14,54sec / Männerhürden 1,067m
Lukas Weißhaidinger   Kugel/Diskus	1. U20-EM Diskus 63,83m, 1. Europarangliste U20 2. Weltrangliste U20, 8xÖR U20 PB Kugel (6kg) 19,90m (5. Europarangliste U20)
Lukas Wirth   Stabhochsprung	9. Platz U18-WM, 4. Platz EYOF, PB 5,00m 12. Weltrangliste U18, ÖR U18 (Halle)



Vorjahressieger Andrea Mayr, Andreas Vojta und Jennifer Wenth

## Österreichs Leichtathleten des Jahres seit 1996

Jahr	Männer	Frauen
1996	Günther Weidlinger	Theresia Kiesel
1997	Günther Weidlinger	Linda Horvath
1998	Günther Weidlinger	Stephanie Graf
1999	Günther Weidlinger	Stephanie Graf
2000	Günther Weidlinger	Stephanie Graf
2001	Elmar Lichtenegger	Stephanie Graf
2002	Martin Pröll	Karin Mayr-Krifka
2003	Martin Pröll	Stephanie Graf
2004	Roland Schwarzl	Karin Mayr-Krifka
2005	Günther Weidlinger	Andrea Mayr
2006	Günther Weidlinger	Veronika Watzek
2007	Günther Weidlinger	Veronika Watzek
2008	Gerhard Mayer	Andrea Mayr
2009	Gerhard Mayer	Andrea Mayr
2010	Andreas Vojta	Andrea Mayr



Ute Krieger-Krause und Andreas Krieger, Schielleiten 2011

## Die wahre Geschichte von Heidi

**Beim ÖLV Nachwuchs Impulsseminar U16/U18 in Schielleiten war Dopingprävention einer der Schwerpunkte. Andreas Krieger und Ute Krieger-Krause, früher Hochleistungssportler in der DDR, haben eindringlich klar gemacht, wie fatal Doping enden kann: „Es kommt jeder in seinem Leben und in seiner Laufbahn an einen Punkt, an dem er entscheiden muss, welchen Weg er geht. Deshalb erzählen wir unsere Geschichten.“**



Knapp hundert junge Leichtathleten und Trainer saßen in gebannter Stille im Schloss Schielleiten, als „die Kriegers“ am 5. November 2011 zwei Stunden lang sprachen und Fragen beantworteten. Ihre Geschichte vom DDR-Dopingsystem und dessen Folgen geht durch Mark und Bein. Sie trifft mit voller Wucht. Sie ist Warnung, Aufklärung und Geschichtsunterricht in einem und stärkt alle jene, die an Doping nicht einmal anstreifen wollen.

Zuletzt war Andreas Krieger vor fast drei Jahrzehnten in Österreich. 1983 jubelte er bei der Junioren-EM in Schwechat über Gold im Kugelstoß und Diskuswurf für die DDR. Später trat er bei einem Wurfmeeting in Hainfeld an. Sportlicher Höhepunkt war für ihn der Kugelstoß-Europameistertitel 1986 in Stuttgart. 21,10 Meter weit ist die Kugel geflogen. „Dort habe ich alle besiegt, die es zu besiegen gab. Dass ich damals schon mit Chemie zugelegt war, wusste ich nicht.“

Die Anfänge waren ganz harmlos: „Ich bin mit drei Brüdern aufgewachsen und habe sämtlichen Unfug mitgemacht. Kein Baum war zu hoch für uns. Ein Schulkollege hat mich dann zur Leichtathletik eingeladen. Ich hab gedacht: ‚Ok, das probier ich aus, da kann ich überschüssige Energie abbauen.‘ Es hat mir gefallen. Ich habe Anerkennung für meine Erfolge bekommen.“

>>





>> Andreas Krieger ist in einem Staat groß geworden, den es heute nicht mehr gibt. In der ehemaligen DDR war Doping ein staatlich organisiertes Projekt. Das streng geheime „Staatsplanthema 14.25“ bündelte alle Aktivitäten zur Erforschung und zum Aufbau eines umfassenden Dopingsystems. Talentierte Schülerinnen und Schüler wurden „gesichtet“ und in straffen Kaderschmieden bestimmten Sportarten zugewiesen. So auch Krieger. Alles war in der Sportschule dem Leistungssport untergeordnet. Sport hatte einen herausragenden Stellenwert in der Gesellschaft. Er war eine symbolische Waffe im „Kalten Krieg“ zwischen Ost und West. Siege im Stadion hatten in der Auseinandersetzung mit dem ideologischen verfeindeten „Westen“ – die USA, die Bundesrepublik Deutschland ... – eine hohe Signalwirkung. Die mit rund 17 Millionen Einwohnern vergleichsweise kleine DDR besetzte bei den Olympischen Spielen 1976 in Montreal und 1988 in Seoul mehr Medaillenplätze als das 300-Millionen-Volk der USA.

**„Jetzt musst du mehr trainieren und darfst dich nicht verletzen, daher brauchst du unterstützende Mittel!“**

Was dahinter stand, war ein System mit außerordentlichem Leistungsdruck und Doping, das viele zugrunde gerichtet hat. Schon Jugendliche wurden in das staatliche Programm für sogenannte „zusätzliche Leistungsreserven“ hineingezogen. Mit 16 Jahren hat Andreas Krieger erstmals die berüchtigten „blauen Pillen“ bekommen – das in der DDR verwendete anabole Steroid Oral Turinabol. „Die Trainer haben zu mir gesagt: „Jetzt kommst du in den Erwachsenenbereich, jetzt musst du mehr trainieren und dich schneller erholen, daher brauchst du unterstützende Mittel. Du darfst dich nicht verletzen, wir haben viel in dich investiert!“

Es waren Respekts- und Vertrauenspersonen, die da gesprochen haben. „Da fragt man nicht nach. Alle haben es so gemacht. Das Denken wurde dir in der DDR abgenommen. Auch die Eltern wurden einbezogen. Ihnen hat man gesagt, dass es Vitaminpillen gibt und dass es unbedenklich sei. Sie sollten sich auch über körperliche Veränderungen nicht wundern. Das Training sei sehr hart und junge Menschen verändern sich eben.“

**„Mit 17 Jahren hatte ich mehr männliche Hormone als der erwachsene Ben Johnson“**

Im Fall von Andreas Krieger – 1,87 Meter groß, breitschultrig, laute Stimme, fester Händedruck – sind sogar die Hormondosierungen bekannt, die man ihm verabreicht hatte. Wissenschaftler haben genau Buch geführt darüber: „Mit 17 Jahren hatte ich mehr männliche Hormone bekommen als der erwachsene Ben Johnson. Innerhalb von zwei Wochen habe ich beim Krafttraining über 100 Tonnen bewegt. Ich hatte wirklich das Gefühl, Arnold Schwarzenegger ist ein Waisenknabe gegen mich.“ Man meint, die beiden Hünen förmlich nebeneinander zu sehen, die „steirische Eiche“ und das Kraftpaket aus Ostberlin. Dann schiebt Krieger nach: „Ach ja, ich habe vergessen zu erwähnen, dass ich als Mädchen zur Welt gekommen bin.“

Das sitzt.

Da macht niemand einen Mucks.

Andreas Krieger ist als Heidi Krieger durch das Dopingsystem der DDR gegangen. Sie wurde mit männlichen Hormonen hoch gezüchtet. Die dadurch möglichen Trainingsbelastungen waren enorm. Sie bekam Anerkennung und wurde gefeiert. Es zählten nur Medaillen. Für einen vierten Platz bei der Hallen-WM wurde sie flugs von Cheftrainer Eckart Arbeit aufs Heftigste niedergemacht. >>



Heidi Krieger 1980



Heidi Krieger 1988



Hochzeit 2002:  
Andreas Krieger und Ute Krieger-Krause



>> 1991 hörte Krieger aus Gesundheitsgründen mit dem Leistungssport auf: „Ich konnte nicht mehr freihändig Treppen hochsteigen, weil die Beine so wehgetan haben.“

Was während der Sportkarriere tatsächlich passiert ist, war ihr lange nicht klar. Erstmals wurde die damalige Heidi durch das Buch „Doping. Von der Forschung zum Betrug“ von Brigitte Berendonk und Werner Franke praktisch mit der Nase darauf gestoßen. „Meine Mutter hat mir dieses Buch hingehalten und gesagt: ‚Da stehst du drin!‘ Ich hatte keine Ahnung, was das sollte. Meine Reaktion: ‚Das ist Westpropaganda! Ich habe nie gedopt. Das hätte ich doch gemerkt!‘“

Die inneren Konflikte wurden jedoch unerträglich: „Ich habe Jahre gebraucht, um das Geschehen einzuordnen und mein Leben auf die Reihe zu kriegen. Mein Problem war: ‚Ich mag Frauen, bin aber nicht lesbisch.‘ Ich hatte keinen Namen dafür. Durch Zufall habe ich erfahren, dass ich transsexuell bin. Es gab für mich zwei Möglichkeiten. Plan A: Lass dich operieren und geh als Mann wieder raus. Plan B: Nimm dir ein schnelles Auto und fahr damit gegen einen Baum.“ 1997 unterzog er sich einer Operation und lebt seither als Andreas Krieger.

Anlässlich des großen Gerichtsprozesses um das DDR-Staatsdoping 1998 nahm er Kontakt zum renommierten Krebsforscher und Doping-Aufdecker Werner Franke auf. „Ich wollte von ihm nur eines wissen: Haben die Pillen, die ich bekommen habe, etwas damit zu tun, dass ich heute Andreas bin und nicht Heidi – ja oder nein?“ Frankes Antwort: „Es ist nicht unüblich, dass das Geschlecht in der Jugend noch nicht eindeutig festgelegt ist. Hormone können wie als Katalysator in die eine oder andere Richtung wirken.“ Für Krieger war all das ein schmerzlicher Vorgang, der aber Klarheit brachte. „Mittlerweile kenne ich einen weiteren Sportler von früher, der von

einer Frau zum Mann geworden ist. Damit weiß ich, dass ich nicht verrückt bin.“

Der erwähnte Dopingprozess führte zu Verurteilungen u.a. des obersten DDR-Sportfunktionärs Manfred Ewald, des Chefs der DDR-Sportmedizin Manfred Höppner und des nunmehr in Österreich bei Red Bull tätigen Sportmediziners Bernd Pansold. Für Andreas Krieger hatten die Verhandlungen auch einen ganz persönlichen Effekt. Er lernte dort seine heutige Frau kennen, Ute Krieger-Krause, eine ehemalige Schwimmerin.

### **„Tabletten, Spritzen, Infusionen: Ich habe alles mit mir machen lassen“**

Ihre Erfahrungen öffnen genauso die Augen. „Doping fällt nicht vom Himmel“, sagt sie. „Damals war es eine Diktatur, in der von oben herab entschieden wurde. Aber die Anreize zum Doping und die Möglichkeiten zur Manipulation sind nach wie vor groß. Wenn man heute sagt: Es werden ja nur kleine Dosierungen verwendet und das sei nicht gefährlich, da kann ich nur lachen.“ Schon mit elf Jahren hat sie dreimal täglich trainiert: „Ich habe den Sport geliebt über alles. Bewegung machen, Wettkämpfe bestreiten, erfolgreich sein oder auch nicht, das war mein Leben.“

Bereits in dieser Zeit bekam sie regelmäßig „Vitaminpillen“, was immer sich darin befand. „Man sagte uns: ‚Die Versorgungslage in der DDR mit Obst und Gemüse ist nicht so gut, deshalb brauchen wir das.‘ Alle gingen nach dem Training hin, um sich Tabletten vom Trainer zu holen, alle machten das. Später sind Spritzen, Infusionen, weitere Tabletten dazu gekommen.“

Mit 14 Jahren erhielt sie erstmals anabole Steroide. Auf diese Weise konnte sie Trainingsumfänge von über 20km Schwimmkilometern täglich, dazu Gymnastik und Kraftübungen, aushalten. „Ich habe alles mit mir machen lassen“, blickt Ute Krieger-Krause zurück. „Mit den Veränderungen in meinem Körper und dem verlorengegangenen Gefühl für meinen Körper bin ich nicht klar gekommen, auch meine Seele nicht. Ich fühlte mich unförmig. Meine Muskeln sind an Stellen gewachsen, an denen ich nicht einmal wusste, dass ich Muskeln habe. In den Ferien habe ich mich drei Wochen lang versteckt. Ich habe gedacht: ‚Du isst einfach weniger, dann wirst du dünner.‘ Das hat nicht geklappt. Eine Kollegin, die schon Olympiasiegerin war, gab mir >>







>> den Tipp: ‚Iss einfach alles, was du magst. Dann gehst du auf die Toilette, steckst den Finger in den Mund und das Essen kommt wieder raus.‘ Das war schwierig für mich, aber ich habe es so gemacht.“

Die körperlichen Wirkungen des Hormondopings waren für die jungen Schwimmerinnen unmittelbar sichtbar. Sie wurden aber nicht als solche erkannt: „Auf einmal sind aus Mädchen junge Männer geworden. Wir haben das gemerkt und uns lustig gemacht darüber. Aber das war normal für uns! Es hieß: ‚Wenn gedopt wird, dann im kapitalistischen Westen. Im Osten gibt es gar keine Dopingmittel.“

Schon als 17-Jährige stand Ute Krieger-Krause als Schwimmerin vor dem Aus: „Die Mittel haben mich zwar schnell schwimmen lassen, aber sie haben mein Leben zerstört. Ich hatte Essstörungen, Depressionen, ein furchtbares Gefühl im Wasser. An einem bestimmten Punkt habe ich einfach verweigert. Ich bin am Beckenrand gesessen und habe gesagt: ‚Ich geh da nicht mehr rein.‘ Mir wurde schlecht, wenn ich an Wasser dachte. Ich wollte meinen Arm nicht mehr für Infusionen hinhalten.“

Mit dem Ende des Sports fiel sie in ein tiefes Loch: „Ich brauchte Jahre, um wieder rauszukommen. Es war schmerzlich, immer mehr von der Wahrheit zu erkennen. Das war aber nötig. Auch die hässliche Wahrheit muss ich wissen. Es gibt natürlich auch viele Sportler, die sich nicht damit auseinandersetzen wollen.“

Was heißt all das für die Gegenwart und für junge Sportler? Andreas Krieger: „In erster Linie beginnt man Sport, weil es einem Spaß macht. Das soll man sich von nichts und niemandem nehmen lassen. Sport ist die schönste Sache der Welt, aber es soll nicht die einzige sein. Man soll keinesfalls eine alternative Berufsausbildung zu kurz kommen lassen.“ Er selbst hätte ohne

Doping selbstverständlich kürzer gestoßen: „Weil ich eine Sau-Technik hatte!“ Aber er ist überzeugt: „Man kann auch gesund gute Leistungen erzielen, wenn man sich Zeit lässt, um sie reifen zu lassen. Behaltet euch die Möglichkeit selbst zu entscheiden. Lasst euch nicht drängen.“

**„Man kann auch gesund gute Leistungen erzielen. Den Spaß am Sport soll man sich von nichts und niemandem nehmen lassen“**

Im Umgang mit Doping fehlt ihm von Seiten der Politik und vieler Sportfunktionäre die Konsequenz „Wenn ich sehe, dass Dopingtrainer nach wie vor aktiv sind, dann wächst mir ein Kamm. Solche Leute darf man nie wieder zu Sportlern lassen.“ Rekorde und Leistungen, die erwiesenermaßen unter Doping zustande gekommen sind, werden aber immer noch als Richtmarke heran gezogen: „Was mich erschüttert ist, dass Medien heute wieder kommentarlos aktuelle Leistungen mit Dopingweltrekorden vergleichen. Unsere Maßstäbe sind verzerrt“, betont er. Ausgerechnet der Leichtathletik-Weltverband IAAF hat diese Haltung jüngst an den Tag gelegt. Erstmals sollen ab 2012 offiziell Junioren Hallen-Weltrekorde geführt werden. Dazu wurde eine Liste mit Leistungen von früher erstellt, die nun als Weltrekorde gelten sollen. Der Eintrag im Kugelstoß der Frauen lautet: „20.51 Heidi Krieger“. Als Andreas Krieger kurz nach seinem Vortrag in Schielleiten darauf hingewiesen wurde, reagierte er entsetzt: „Wie kann man nur so dämlich sein!!! Zumindest ich für meinen Teil will nicht mit so einem verseuchten Rekord als Vorbild für junge Sportler dort stehen.“



Heidi Krieger

Sicher ist auch, dass es Courage braucht, um aktiv gegen Doping aufzutreten. Die „Heidi-Krieger-Medaille“ des deutschen Doping-Opfer-Hilfe-Vereins zeichnet Personen aus, die sich besonders im Kampf gegen Doping verdient gemacht haben. 2007 hat beispielsweise die Hürdensprinterin Anne-Kathrin Elbe diese Auszeichnung erhalten. Ihr Trainer hatte der jungen Sprinterin Tabletten zur Einnahme gegeben. Der damals 16-jährigen Elbe erschien dies fragwürdig. Die Pillen stellten sich bei einer Analyse als anaboles Steroid heraus. Aufgrund ihrer Aussage wurde der einstige „DLV-Trainer des Jahres“, Thomas Springstein, wegen Minderjährigendopings verurteilt. Bei der U23-EM 2007 hat Elbe Silber mit der deutschen 4x100m Staffel geholt. Ihre Bestzeiten hat sie seither auf 8,08sec über 60m Hürden und 13,08sec über 100m Hürden gesteigert.

Andreas Krieger erzählt dieses Beispiel gerne, um zu zeigen, wie man es machen kann. „Jeder kommt in seinem Leben, in seiner Laufbahn an einen Punkt, an dem er entscheiden muss. Es ist verlockend, mit Doping schnell Kohle zu machen und Anerkennung zu bekommen. Aber man muss immer wissen, wohin das führt und das Sport nicht das einzige im Leben ist.“

*Andreas Maier*

#### Andreas Krieger

Geb. 20.7.1965 als Heidi Krieger in Berlin  
U20-Europameisterin Kugel & Diskus 1983  
Europameisterin Kugel 1986  
Karriereende 1991

1997 geschlechtsangleichende Operation  
Seit 2002 verheiratet mit

**Ute Krieger-Krause**

ehemalige Leistungsschwimmerin  
Beide leben in Magdeburg, sind staatlich anerkannte Dopingopfer und engagieren sich vehement für Aufklärung und Aufarbeitung.

# ÖLV Kursoffensive

**Im Herbst stehen traditionell zahlreiche Kadermaßnahmen auf dem Programm. Aufgrund der Förderungen durch das Sportministerium und das Engagement des ÖLV-Trainerteams konnte das Angebot heuer deutlich erweitert und zielgerichteter gestaltet werden. Informationen und Berichte über die weiteren Veranstaltungen finden Sie auf der ÖLV-Homepage.**

## Krafttrainingsseminare in der Südstadt und in Schielleiten

Zur weiteren Optimierung des langfristigen Trainingsprozesses hat der ÖLV nun eine regelmäßige Zusammenarbeit mit dem Krafttrainingsexperten des IMSB und ehemaligen Weltklasse-Gewichtheber Mag. Gregor Bialowas begonnen.

Zum Auftakt wurden Kraftseminare in der Südstadt (23.10.) und Schielleiten (4.-6.11.) abgehalten. Bei diesen beiden Veranstaltungen wurden in Theorie und Praxis die Technik und die Methodik des Krafttrainings gelehrt.

Dabei wurden (ausgehend vom Ist-Zustand bzw. dem bisher absolvierten Krafttraining) sowohl die technischen Elemente des Krafttrainings als auch die methodische Entwicklung im Trainingsprozess (Belastungsgrößen, Wiederholungszahlen u.a.) allgemein bzw. individuell vermittelt.

Zu diesen beiden Kursen wurden ausgewählte ÖLV-Nachwuchskader (vorwiegend aus dem U23- und U20-Elite-Kader) eingeladen.

Junioren-EM-Teilnehmerin Kira Grünberg wird von Mag. Gregor Bialowas beim Reißen beobachtet.

Eine Teilnahme am Seminar war für die Athlet/innen nur gemeinsam mit dem jeweils zuständigen Heimtrainer möglich.



## Weitsprungseminar mit Ulrich Knapp in Salzburg-Rif

Ulrich „Uli“ Knapp, Weitsprung-Bundestrainer für die A und B-Kader Damen im Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV) und Trainer von Weitsprung-Europameister Christian Reif (Barcelona Siegerweite 8,47m), besuchte am Wochenende 28.-30.10. den ÖLV und leitete ein interessantes Seminar an dem ausge-

wählte Kaderathlet/innen wie Manuel Leitner, Ivona Dadic, Marina Kraushofer, Michaela Egger und Roland Schwarzl sowie zahlreiche Heimtrainer/innen der ÖLV Weitsprung-Kaderathlet/innen der Allgemeinen Klasse bzw. des Nachwuchses teilnahmen.

## „Come Together“ der ÖLV-Top-Athlet/innen in Bad Waltersdorf

Das "Come Together" des A- und B-Kaders fand heuer zum dritten Mal in Bad Waltersdorf statt. Neben Information und intensiven Gesprächen lag der Schwerpunkt auf dem Thema "Regeneration" - in Theorie und Praxis. Das Einstiegsreferat dazu wurde von Prof. Hans Holdhaus (IMSB) gehalten, der die Bedeutung einer ausgewogenen Balance von Belastung und Entlastung im Trainingsprozess hervorhob.

Mag. Hannes Maschkan (ÖOC) sprach über die Olympischen Spiele in London. Interessante Facts und tolle Bilder vom fast

fertigen Olympiapark (Stadien, Olympisches Dorf, etc.) steigerten das Verlangen im kommenden Jahr dort dabei zu sein.

Mag. Judith Draxler-Hutter schloss im Verlauf der Veranstaltung an das Einstiegsreferat zur „Regeneration“ an und beleuchtete das Thema aus Sicht der Sportpsychologie. Zahlreiche Tipps und Anwendungsbeispiele aus ihrer Vergangenheit als Weltklasse-Schwimmerin gestalteten den Vortrag lebendig und brachten wertvolle Informationen für die heimischen Spitzen-Leichtathlet/innen. Das Training kam in diesen drei Tagen ebenfalls nicht zu kurz. Kraft- und Technik-



Trainingseinheiten im nahegelegenen Bundessport- und Freizeitzentrum Schielleiten, Berganläufe im Umfeld der Therme sowie ein Kraft-Ausdauer orientiertes Training in der Hotel-eigenen Kraftkammer bzw. regenerative Dauerläufe standen je nach individueller Trainingsplanung auf dem Programm.



# Erleben Sie das Landessportzentrum VIVA im Burgenland

## Sonderkonditionen für ÖLV-Vereine und Mitglieder!

Nähere Infos auf [www.vivasport.at](http://www.vivasport.at)  
und [rezeption@vivasport.at](mailto:rezeption@vivasport.at)



**Hotel, Events, Seminare & Kulinarik,  
450 m² Fitness-Studio & Aerobic-Facilities vom Feinsten,  
Trainingscamps & Fussball,  
Handball, Basketball, Volleyball, Tennis, Squash, Klettern,  
Sauna, Solarium, Dampfbad, Massagen...**

**Trainingsstätte des SC Magna Wr. Neustadt  
und der Volleyball-, Handball- und  
Basketball-Nationalteams sowie  
Olympia-Stützpunkt der Ringer**



**Landessportzentrum VIVA**  
Industriegelände 1  
2491 Steinbrunn - Neue Siedlung  
T. +43 (0)2624 58970  
Email [rezeption@vivasport.at](mailto:rezeption@vivasport.at)  
[www.vivasport.at](http://www.vivasport.at)







## London, wir kommen!

**Sechs österreichische Leichtathleten haben bereits die Qualifikation für die Olympischen Spiele in London 2012 geschafft. Werfen Sie mit uns einen Blick voraus auf die Vorbereitungen der ÖLV-Asse. Der Fahrplan steht, der Countdown läuft!**

Mit sechs qualifizierten ÖLV-Athleten gibt es gut acht Monate vor Eröffnung der Olympischen Spiele von London einen sehr erfreulichen Zwischenstand. Man darf davon ausgehen, dass das Team für die von 3. bis 12. August 2012 stattfindenden Leichtathletikbewerbe noch Zuwachs bekommt. Die Hälfte des bisherigen Aufgebots wird wohl auch an den Europameisterschaften in Helsinki (27.6.-1.7.2012) teilnehmen, die den neuen 2-Jahres-Zyklus der kontinentalen Titelkämpfe einläuten.

Die beiden jüngsten Zugänge im österreichischen Leichtathletik-Olympiateam, die Marathonrekordler Günther Weidlinger und Andrea Mayr, werden das Stadion in London nur zum Zuschauen betreten. Denn die Marathonläufe finden zur Gänze außerhalb des Ovals statt. Start und Ziel sind auf der „Mall“ unweit von Buckingham Palace, wo alljährlich auch der London Marathon endet.

### Olympia hoch vier

Günther Weidlinger (Union Neuhofen) jubelte am 30. Oktober in Frankfurt über die Qualifikation für seine bereits vierten Olympischen Spiele. In einem vernünftig dosierten Rennen blieb er in 2:12:23 Stunden deutlich unter dem Limit von 2:14:00 Stunden. Läuft alles nach Plan, gelingt ihm in London der Schlusspunkt für eine bemerkenswertere Olympiaserie: vier mal Olympia auf vier verschiedenen Distanzen. Nach dem 8. Platz über 3000m Hindernis im Sydney 2000 trat er in Athen 2004 über 5000 Meter sowie vier Jahre später in Peking über 10.000 Meter an. Nun soll der Marathon folgen.

Auf dem Weg dorthin stehen für den 33-jährigen Oberösterreicher ein paar Eckpunkte fest: „Kein Marathon mehr vor London und keine EM-Start in Helsinki.“ Welche Rennen er im Frühjahr genau bestreiten wird, hat er noch nicht geplant. Aber es stehen Halbmarathons am Programm, evt. auch ein ca. 30km langer Auftritt als Tempomacher im Rahmen eines Marathons. Fixiert ist ein 4-wöchiges Höhentrainingslager in St. Moritz im Juli 2012, zeitlich abgestimmt auf den Olympiamarathon am 12. August. „Das Quartier dafür hab ich schon reserviert. Eine EM-Teilnahme über 10.000 Meter in Helsinki passt mir da nicht in die Vorbereitung.“

### Marathonstrecke über dem Bett

Andrea Mayr (SVS) schaffte nur gut 20 Minuten nach Günther Weidlinger ebenfalls beim Frankfurt Marathon das Olympiaticket. Mit 2:32:33 Stunden war sie ebenso souverän unter dem Limit (2:35:00). Die Ärztin und Berglauf-Weltmeisterin steht damit vor ihrer ersten Olympiateilnahme. 2008 hatte sie über 3000m Hindernis die Qualifikation um nur 1,61 Sekunden verfehlt.

Nun ist die Freude umso größer: „Über meinem Bett hängt schon der Plan von der olympischen Marathonstrecke!“ Im Detail wird sie die Vorbereitungen mit ihrem Trainer Hubert Millonig erst besprechen, einige Leitlinien sind aber bereits abgesteckt. Ziel ist es, mit verbesserten Unterdistanzleistungen in das spezifische Marathontraining hinein gehen zu können. Ein Marathonwettkampf vor den Olympischen Spielen ist aber unwahrscheinlich. Hubert Millonig: „Wenn wir in London unter 2:30 Stunden laufen wollen, müssen wir trainingsmäßig etwas verändern und auf kürzeren Distanzen besser werden.“



Andrea Mayr hat in Frankfurt das Ticket für ihre Olympiapremiere gelöst. Bild: Michael Mayr



Günther Weidlinger fixierte souverän seine vierte Olympiateilnahme. Bild: Michael Mayr

Ich glaube, dass eine 1:11-er Zeit am Halbmarathon und eine 32-er Zeit über 10 Kilometer für Andrea möglich sind. Dazu brauchen wir mehr Qualität und mehr Schnelligkeitsarbeit sowie Akzente im Krafttraining.“ Ab Anfang Juni soll dann der Weg voll Richtung Marathon gehen, ohne Unterbrechung durch eine EM-Teilnahme. Kürzer treten wird die Turnusärztin lediglich bei der Arbeit im Spital. Hier ist eine Auszeit geplant. >>





>> Fortsetzung: London, wir kommen!

**Umweg zur Hochform**

1500m Läufer **Andreas Vojta** (team2012.at), WM-Teilnehmer von Daegu und der erste ÖLV-Athlet mit Olympialimit, verlässt zur Vorbereitung auf seine Olympiapremiere das gewohnte Terrain. Erstmals wird der Bahnspezialist eine echte Crosslaufsaison bestreiten. „Mit den Geländeläufen will ich mit Hinblick auf den Sommer eine bessere Grundlage für Ausdauer und Kraft schaffen. Es ist alles auf den Höhepunkt im August ausgerichtet.“ Neben fixen Starts in Tilburg (27.11.) und bei der Cross-EM (11.12.) könnte auch die Studenten Cross-WM im April ein Thema sein. Einzelne Hallenrennen will er aus dem Training heraus bestreiten, aber sicher keinen Versuch in Richtung Hallen WM-Limit unternehmen.

Ernsthafte Bahnläufe stehen ab Juni am Programm, wobei die Europameisterschaften möglicherweise nicht dazu zählen werden. „Es ist schwierig, bei zwei Höhepunkten die Form genau zu treffen. Ich will vor den Olympischen Spielen mein Pulver nicht verschießen und in London zu

100 Prozent in Form sein“, so Vojta. Sein Trainer Willy Lilge: „Wenn wir zeitlich abgestimmt auf den 3. August, an dem der 1500m-Vorlauf stattfindet, ins Höhentraining gehen, dann sind wir während der EM auf Trainingslager.“

**Meisterschafts-Triple mit US-Unterstützung**  
Wenn **Beate Schrott** (Union St. Pölten) im Olympiastadion von London erstmals die 100m Hürden läuft, hat sie voraussichtlich schon zwei hochkarätige Meisterschaften mit Jahrgang 2012 in den Beinen. Die ÖLV-Rekordlerin will sowohl die Hallen-WM in Istanbul (9.-11.3.2012) wie auch die Europameisterschaften in Helsinki bestreiten. Zur Vorbereitung auf die Hallensaison fliegt sie über Silvester für drei Wochen nach Daytona Beach, Florida, zu Coach Rana Reider. „Wir haben viel in allgemeine Athletik und Kraft investiert, jetzt wollen wir den Schwerpunkt mehr auf Hürdentechnik und Schnelligkeit setzen“, so die von Philipp Unfried trainierte WM-Semifinalistin von Daegu. Auch zu Ostern ist ein US-Trip geplant. Die Europameisterschaften im Sommer will sie „wie ein größeres Meeting“ angehen, der Formhöhepunkt soll klarerweise erst in London erreicht werden.



Hürdensprinterin Beate Schrott will auch in London Grund zur Freude haben. Bild: W. Lilge

„Mit dem Olympialimit bin ich meinem Traum ein großes Stück näher gekommen. Das motiviert, den Winter im Training durchzubeißen. Ich will meine Leistungen natürlich bestätigen und steigern.“ Neben dem Hürdentraining läuft auch ihr Medizinstudium weiter, aber sie wird dem Sport viel Platz einräumen: „Die große Jahresprüfung Ende Juni werde ich wohl erst im September machen.“

>>



Andreas Vojta im 1500m-Feld bei der WM in Daegu. Bild: Jean-Pierre Durand





>> Fortsetzung: London, wir kommen!

### Keine Revolutionen!

Bei Diskuswerfer Gerhard Mayer (SVS) heißt das Motto am Weg zu seiner zweiten Olympiateilnahme nach Peking 2008: „Keine Revolutionen!“ In den vergangenen Jahren haben er und sein Trainer Gregor Högler in der Wurftechnik „alles ausgelotet und erfahren, wo für mich die Grenzen sind.“ Neuerungen im Bewegungsablauf wird es im Anlauf zu den Olympischen Spielen daher keine geben. „Wir werden alles, was für mich erfolgreich war, zusammenfügen. Das betrifft Technik, Trainingsumfänge und den Formaufbau. Wir sind jetzt sicher weiter als vor vier Jahren.“



Diskuswerfer Gerhard Mayer ist am Weg zu seiner zweite Olympiateilnahme. Bild: Photo PLOHE

Trainingslager in Zypern, Portugal und Italien sind geplant, ebenso die wichtigsten Wettkämpfe. Der Winterwurf Europacup (17./18. März) in Montenegro macht den Auftakt. Im Frühjahr will er danach zeitiger in die Saison einsteigen als heuer, es aber mit der Zahl der Wettkämpfe nicht übertreiben. Ein Fixpunkt sind die Europameisterschaften in Helsinki. „Ab dann haben wir sechs Wochen für einen weiteren Aufbau Richtung London. Es ist sehr angenehm zu planen, weil ich das Olympialimit schon habe. Druck verspüre ich trotzdem, weil ich ja weit werfen will. Aber muss nicht mit dem Gewalt dem Limit nachrennen, das macht lockerer.“

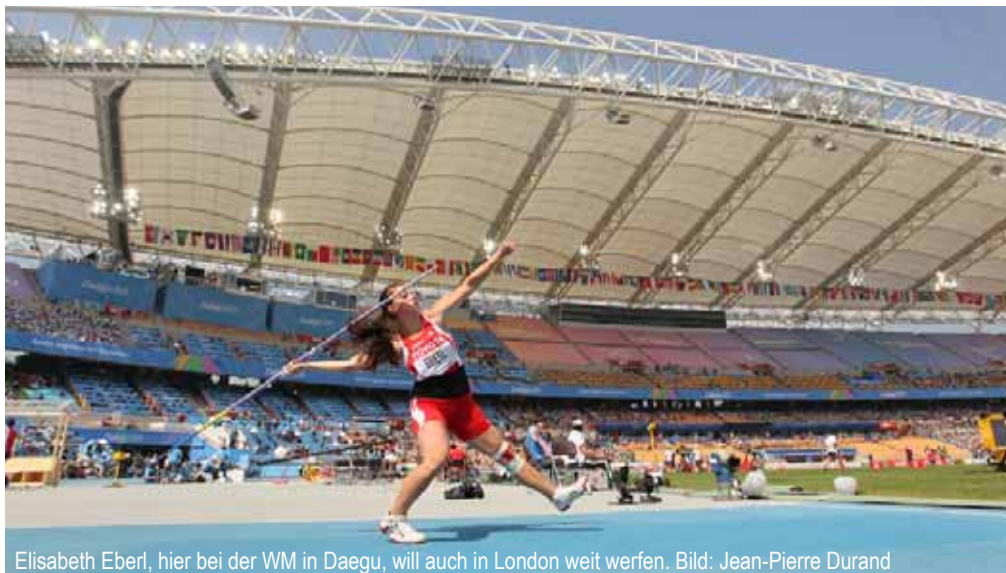
### Richtig weit werfen

Elisabeth Eberl (AT Graz) hat eine einfach klingende Vorgabe für die kommende Saison: „Ich muss schauen, dass ich irgendwann bis Juli richtig weit werfe.“ Mit ihren 60,07 Metern hat sie heuer zwar bereits an der WM in Daegu teilgenommen und das Olympialimit von 59,00 Metern übertroffen. Wenn jedoch auch ihre Trainingskollegin Elisabeth Pauer diese Marke schafft, kann nur eine von zwei in London starten. Es sei denn, beide übertreffen auch das internationale A-Limit von 61,50 Meter:

„Das wäre am Schönsten, aber das wird sehr schwer. Als Athletin mache ich mir keine Gedanken darüber, sonst bremst das im Training. Ich gebe einfach das Beste.“

Der Winterwurf-Europacup und die Europameisterschaften sind, ebenso wie bei Gerhard Mayer, Fixpunkte im Wettkampfprogramm. „Auf die EM in Helsinki freue ich mich sehr. In Finnland hab ich meine Bestleistung geworfen und die Leute dort mögen die Wurfbewerbe.“ Das verletzte Knie bereitet ihr derzeit keine Sorgen: „Kugelstoßer Martin Gratzler hat mir wirklich super Tipps fürs Kräftigungstraining gegeben, die toll geholfen haben.“ Ein Schwerpunkt für 2012 ist die Arbeit an der Technik. Vor allem die rechte Hüfte soll beim Abwurf tief bleiben und nicht nach oben kommen. Ein weiteres Ziel ist, dass Elisabeth Eberl die Wettkampfsaison als Magistra der Sportwissenschaften absolvieren will. Ihre Diplomarbeit ist praktisch fertig, die letzte Prüfung soll im Februar bestanden werden. Somit gibt es volle Konzentration auf den Olympiatraum!

*Andreas Maier*



Elisabeth Eberl, hier bei der WM in Daegu, will auch in London weit werfen. Bild: Jean-Pierre Durand



## Ein Blick nach Polen

**Polen kann getrost als „Leichtathletikland“ bezeichnet werden. Das 38 Mio. Einwohner-Land blickt auf eine lange Tradition zurück und verfügt über große personelle und finanzielle Ressourcen.**

Beim Head Coaches Forum im Rahmen der European Athletics Convention auf Teneriffa (13.-15.10.2011), an dem die Sportverantwortlichen aller Länder teilnahmen, stellte sich das „Leichtathletikland“ Polen vor. Polens Sportdirektor Piotr Haczek, als Athlet Weltmeister in Sevilla 1999 und Hallen-Weltmeister in Lissabon 2001 mit der polnischen 4x400m Staffel, skizzierte die Strukturen im 38 Mio. Einwohner-Land, die mit den österreichischen Rahmenbedingungen nicht vergleichbar sind.



Christian Steinhammer führt das Feld an. Ein kombiniertes U23-Team der Schweiz und Österreich musste sich im Vorfeld der WM in Berlin 2009 den Nachwuchsteams aus Polen und Deutschland klar geschlagen geben. (Foto: Lilge)

### 60 hauptamtliche Trainer/innen

Top-Sportzentren wie zum Beispiel in Spala mit „Rund um“-Betreuung für die Sportler/innen sowie insgesamt 60 hauptamtliche Trainer/innen werden vom polnischen Sportministerium finanziert.

Die Top-Athlet/innen werden vom Verband unter Vertrag genommen und erhalten je nach Leistungsniveau ein Fixeinkommen von bis zu 2.000 EUR monatlich. Medaillengewinner/innen bei internationalen Großereignissen werden mit 3-Jahres-Verträgen ausgestattet.

### 300 Kader-Trainingstage pro Jahr

Polens Sportdirektor informierte auch über den sehr „zentralistischen“ Trainingsansatz in Polens Leichtathletik. Insgesamt 300 Tage im Jahr sind die Kaderathlet/innen zu Trainingszwecken mit den Nationaltrainer/innen zusammen. Blocktrainings in nationalen Sportzentren sowie Trainingscamps im Ausland stehen an der Tagesordnung.

### Hallen-WM 2014

Vor wenigen Tagen wurde die Hallen-WM 2014 von der IAAF an Polen vergeben. Sopot blieb als einziger Bewerber übrig, nach dem Zagrebs Bewerbung aufgrund von finanziellen Schwierigkeiten zurückgezogen wurde. Die 38.000 Einwohner-Stadt Sopot liegt in der Danziger Bucht und wird erstmals Ausrichtungsort einer internationalen Großsportveranstaltung sein.

Im Vorfeld der IAAF-Entscheidung – als bereits absehbar war, dass Sopot den Zuschlag erhält – hatte der polnische Verband die Bewerbung von Bydgoszcz für die Freiluft-EM 2016 zurückgezogen. Hier setzte sich vor wenigen Tagen Amsterdam als Ausrichter gegenüber Istanbul und Split durch.



### Erfolgreich bei Welt- und Europameisterschaften

Der erhebliche Mitteleinsatz spiegelt sich auch sportlich wieder. Polens Nationalteam belegte heuer bei der Team-EM in der Superliga den 6. Platz, vor großen Leichtathletik-Nationen wie Spanien, Italien, Tschechien, Weißrussland und Schweden. Bei der WM in Daegu landete Polen mit 1 Goldmedaille auf Rang 11 des Medaillenspiegels. Paweł Wojciechowski siegte im Stabhochsprung der Männer mit 5,90m. Darüber hinaus gab es fünf 4. Plätze für polnische Athlet/innen (Männer: 800m, 4x100m, Stab, Frauen: Diskus, Siebenkampf).

Weitere Infos: [www.pzla.pl](http://www.pzla.pl)

Andreas Rapatz duellierte sich bei der Hallen-WM in Doha 2010 im Vorlauf mit Adam Kszczot (POL). Beide schafften damals den Einzug ins Semifinale. (Foto: GEPA pictures / Mario Kneisl)



# Zug um Zug beim Sprinttraining

**Viele Sprinttrainer schwören auf den Effekt von zugunterstützten Läufen. Sie setzen sie gezielt im Training ein. Ob diese Methode tatsächlich einen flächendeckenden Nutzen hat, ist Sascha Kratky u.a. mit einer empirischen Untersuchung auf den Grund gegangen.**

Soviel ist klar: Wissenschaftliche Publikationen sind keine Textbücher für eine Slapstick-Komödie. Es sind Schriftstücke in einer hölzernen Sprache. Sie werden manchmal nur von Insidern der Datenjonglier-Wissenschaft verstanden. Aber im Gegenteil zu manchen diffusen Befunden, die zwischen Glaskugelschau und Kaffeesudlesen liegen, haben empirische Erhebungen einen streng methodischen Aufbau. Wer zu Mittelwerten, Korrelationen, Streuungen oder Varianzanalysen eine widerborstige Beziehung hat, wird mit wissenschaftlichen Untersuchungen nicht warm. Trotzdem.

Trainer, die ihre Arbeit als Vorwärtsbewegung verstehen, sollten nicht stillstandversiegelt bleiben, sondern sich vorurteilsfrei mit den Erkenntnissen der Sportwissenschaft auseinandersetzen. Gescheitert kann man immer werden.

Auch im Bereich der Leichtathletik wurde in den letzten Jahren eine Reihe von Untersuchungen vorgelegt.

Eine interessante Arbeit publizierten Sascha Kratky, Jürgen Birklbauer und Erich Müller. Sie untersuchten den Einfluss der Zugunterstützung beim Sprinttraining. Dabei wurden Athletinnen und Athleten mit Hilfe eines Flaschenzugsystems beim Sprint vorwärts gezogen.

Man schuf quasi einen künstlichen Rückenwind.

Der Einsatz von Trainingsmitteln war schon immer eine hoffnungsfrohe Strategie, kinematische und muskuläre Parameter zu verbessern. So werden bei verschiedenen Sportarten gerne Gewichte oder Bleiwesten verwendet, um durch eine Erschwernis eine nachfolgende Leichtigkeit zu „erzeugen“.

Kratky & Co. entwickelten für ihre Untersuchung einen speziellen Versuchsplan. Das Zugseil, mit dem die Sprinter gezogen

wurden, war mit einer Kraftmessdose und einem Gewichtsschlitten verbunden.

Für die empirische Befundung stand eine Stichprobe von 17 Sprintern und drei Sprinterinnen zur Verfügung, die allesamt Erfahrungen mit Unterstützungsläufen hatten. Im Pool der Auserwählten waren auch sechs österreichische Top-Sprinter mit einer mittleren 100-m-Bestleistung von 10,67 sec. Jeder Läufer absolvierte vier fliegende 20-m-Sprints unter vier verschiedenen Bedingungen:

1. freier Sprint
2. zugunterstützter Sprint
3. freier Sprint mit Anweisung
4. zugunterstützter Sprint mit Anweisung

Die Anweisung lautete:

„Versuche gegenüber dem freien Sprint durch eine leichte Erhöhung der Schrittfrequenz deine Laufgeschwindigkeit zu steigern!“

Ohne Anweisung sollten die SprinterInnen so schnell als möglich laufen.

Vom Einsatz einer Zugunterstützung erwarten sich Trainer meist mehrere Effekte. Es wird angenommen, dass sich die Schrittlänge und die -frequenz erhöht und die Bodenkontaktzeit verringert. Allein dadurch kommt es zu muskulären Reizen, die von der Norm eines freien Sprints abweichen. Insgesamt erhofft man sich durch den wiederholten Einsatz eines „Beschleunigers“ eine Leistungssteigerung, die sich dann beim freien Sprint auswirkt.

In den bisher vorliegenden Untersuchungen konnten einige dieser Annahmen nicht verifiziert werden. Dagegen wurde die Schrittverlängerung durch Zugunterstützung bei vielen Untersuchungen bestätigt. Die Erhöhung der Schrittfrequenz wurde empirisch jedoch nur selten nachgewiesen.



Sascha Kratky

Die Ergebnisse der gut balancierten Erhebung von Kratky, Birklbauer und Müller brachten eine Fülle von Erkenntnissen.

Hervorzuheben ist, dass der Einsatz von zugtechnischen Hilfen allein noch keine Zaubermethode ist. Ohne zusätzliche Bedingungen, z.B. der Anweisung, die Schrittfrequenz zu steigern, bleibt sie lediglich eine Spielform des Lauftrainings. Ein Geschmacksverstärker für die Trainingsspeise ist sie aber allemal.

In der Untersuchung zeigte sich, dass die Zugunterstützung zu schnelleren Laufwerten führt. Die Schrittlänge stieg bei Läufen mit dem „technischen Zugpferd“ ebenfalls signifikant an. Auffallend war allerdings auch, dass im freien Sprint die Anweisung, die Laufgeschwindigkeit über eine Steigerung der Schrittfrequenz zu erhöhen, offensichtlich das Gegenteil bewirkte. Es führte nämlich zu einer Verringerung der Geschwindigkeit.

Die Autoren resümieren, dass die erleichterten Bedingungen, die durch die Zugunterstützung entstehen, sich auch gut für das Techniktraining eignen. Allerdings sollte man dann den AthletInnen nicht die Anweisung geben, maximal zu sprinten.

Es scheint auch günstiger, die Zugunterstützung niedrig zu halten und diese durch einen nachgebenden Schlitten zu begrenzen.

Ganz wichtig ist, die AthletInnen über den Zweck der Übungen zu instruieren und klar zu machen, was die konkrete Aufgabe ist.

Näheres kann man direkt bei Sascha erfragen: [Sascha.Kratky2@sbg.ac.at](mailto:Sascha.Kratky2@sbg.ac.at)

Herbert Winkler



## Der unbekannte Gigant

**Kaum jemand kennt Franz Stampfl, dabei ist er der erfolgreichste aus Österreich stammende Trainer. 1913 in Wien geboren, war er an zahlreichen Weltrekorden und Olympiasiegen beteiligt. Jetzt wird ein Film über sein Leben und seine Erfolge gedreht.**

Der Name Franz Stampfl ist den interessierten Laufexperten ein Begriff, den meisten Lesern wird er aber nichts sagen. In Australien und England, wo er seine größten Erfolge gefeiert hat, ist das bei Leichtathletik Fans anders – und bald wohl auch im Rest der Welt. Denn die Lebensgeschichte des Trainers, dessen Athleten mehrfach über Weltrekorde und Olympiasiege gejubelt haben, wird jetzt für Kino und Fernsehen verfilmt.

Das Interessante daran ist: Franz Stampfl stammt aus Wien. Deshalb war ein australisches Filmteam mit Regisseurin Sally McLean im November in Österreich, um sich auf die Spuren von Stampfls Herkunft zu machen und mit Familienmitgliedern zu sprechen. Unterstützt wurden Sie vom mehrfachen Diskuswurf-Staatsmeister Arno Rupp, der Stampfl während seiner Zeit in Melbourne 1989/90 kennen gelernt hat. Alles über dieses Projekt finden Sie auf

[www.franzthefilm.com](http://www.franzthefilm.com)

Franz Stampfl wurde am 18.11.1913 in Wien geboren und lebte hier bis 1937. Er studierte an der Kunstgewerbeschule, der jetzigen Universität für angewandte Kunst, und war als Leichtathlet sowie im Skilauf aktiv. Sein älterer Bruder Josef Stampfl war Trainer beim Verein Cricket Wien.

Bereits mit 24 Jahren ging Franz Stampfl auf Anraten eines Studienkollegen nach England, wurde dort aber interniert, als der 2. Weltkrieg ausbrach, weil er als „feindlicher Ausländer“ galt. 1940 hätte er nach Kanada geschickt werden sollen. Das Schiff wurde torpediert und sank. Stampfl überlebte acht Stunden im kalten Wasser.

Er wurde mit einem anderen, völlig überfüllten Schiff nach Australien geschickt und lebte zunächst in Gefangenschaft. In Melbourne studierte er später weiter. 1946 kehrte er nach Großbritannien zurück und wollte weiter als Trainer mit Athleten arbeiten. Die Anfänge waren nicht einfach. Bei seinem ersten Aufenthalt in London, vor dem Krieg hatte er in einer alten Halle bereits Trainings angeboten, für die er jeweils einen Shilling verlangte. Bei seiner Rückkehr war er zunächst in Belfast, wo er eine Hochspringerin und einen Mittelstreckenläufer erfolgreich trainierte. Dann ging er wieder nach London und arbeitete dort für einige renommierte Vereine sowie für die Oxford Universität als Trainer.

Über seine eigene Trainingsphilosophie sagte er 1956 zu [Sports Illustrated](http://www.sportsillustrated.com)<sup>1)</sup> sinngemäß: „Ich kann einen Athleten nicht zwingen etwas zu tun, dafür gibt es keine Gesetze. Jeder Athlet ist für sein Training und seinen Lebenswandel selbst verantwortlich. Ich versuche Athleten so zu beeinflussen, dass sie gute Ideen als ihre eigenen übernehmen und daran glauben.“



Franz Stampfl

Sein persönlicher Durchbruch als Trainer erfolgte am 6. Mai 1954, einem legendären Datum in der Geschichte des Laufsports. An diesem Tag sollte zum ersten Mal ein Mensch die Meile in weniger als vier Minuten laufen. Es war auch ein Triumph für Franz Stampfl. Anfang der 1950er Jahre begannen die Engländer Christopher Chataway und Chris Brasher mit ihm zu trainieren. Er motivierte die Athleten zum Intervalltraining und stand auch mit Woldemar Gerschler, dem Erfinder dieser Methode, in Kontakt.



Interview mit Otto Stampfl, dem Bruder des Erfolgstrainers, für den Film „The Man Behind The Miracle Mile“ im Wiener Hotel Imperial. Bild: Ingo Folie

>> In einem Nachruf in der englischen Tageszeitung [INDEPENDENT](#)<sup>2)</sup> erzählt Chataway, die eigentliche Magie von Stampfl zeigte sich in den Gesprächen nach dem Training: „Er ließ einen mit der festen Überzeugung zurück, dass ein Weltrekord oder eine Olympiamedaille nicht nur erreichbar sind, sondern so erstrebenswert, dass sich praktisch jede Anstrengung dafür lohnt.“

Ende 1953 wurde der Kontakt dieser Trainingsgruppe mit Roger Bannister immer enger. Bannister trainierte alleine für sich ebenfalls nach der Intervallmethode, aber schloss sich dann regelmäßig den Sessions mit Franz Stampfl an.

An jenem 6. Mai 1954 trafen Stampfl und Bannister im Zug aufeinander und fuhrn gemeinsam zum Meeting am Iffley Road Track in Oxford. Stampfl überzeugte den Medizinstudenten während der Fahrt, dass er trotz des windigen Wetters die 4-Minuten-Marke angreifen solle. Im Rennen machten die beiden Trainingskollegen Chataway und Brasher dann Tempo für Bannister, der in 3:59,4 Minuten als erster Athlet der Welt unter der damals magischen 4 Minuten Grenze über die Meile blieb. Stampfl führte auch Christopher Chataway zu zwei Weltrekorden und Chris Brasher 1956 zum Olympiasieg im Hindernislauf.

Als anerkannter Trainer bekam er 1955 das Angebot, den Job als Director of Athletics an der Universität von Melbourne in Australien zu übernehmen. Bei den Olympischen Spielen 1956 waren 16 von ihm trainierte Leichtathleten am Start, aus Australien, England und Südafrika. Der Engländer Chris Brasher holte Gold im Hindernislauf.

Mittelstreckler Merv Lincoln war der erste Top-Athlet aus Australien, den er trainierte. Ein herausragender Athlet von Stampfl war Ralph Doubell, der 1968 in Mexiko City mit Weltrekord Olympiasieger über 800m wurde.

Bei einem Autounfall 1980 erlitt Stampfl eine Querschnittslähmung, seine Trainertätigkeit setzte er aber im Rollstuhl erfolgreich fort. Und es waren nicht nur Läufer, die er zum Erfolg brachte. Gael Martin gewann 1984 in Los Angeles die Bronzemedaille im Kugelstoß der Frauen.

Stampfl verstarb am 19. März 1995 in Melbourne. Seine Frau Patricia (Patsy) lebte bis 2010. Deren Sohn Anton Stampfl arbeitet als Physiker. In Australien war Stampfl eine bekannte Persönlichkeit, wenn auch nicht unumstritten. Nicht alle Trainer und Athleten kamen mit seiner Mentalität klar. Vor allem Percy Cerruty, Trainer von Olympiasieger Herb Elliott, kritisierte Stampfl oft heftig. Scheinbar war für zwei einflussreiche und außergewöhnliche Persönlichkeiten wie Stampfl und Cerruty nicht gleichzeitig Platz.

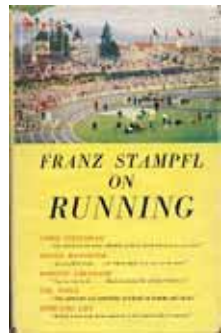
Zu den eigenen Sportaktivitäten von Franz Stampfl in Österreich findet sich bei einer Online-Recherche im Wiener Sporttagblatt ein Athlet „Stampfl“, der für den WRW an den Start ging: Den Speer warf er bei einem Wettkampf auf 48,20 Meter. Bei den österreichischen Meisterschaften lag er nach dem ersten Tag im Zehnkampf an 13. Stelle, trat am zweiten Tag aber nicht mehr an.

Eine eigene Schlagzeile bekam Franz Stampfl nach den Olympischen Spielen in Berlin 1936. Wegen „disziplinärer Vergehen“ wurden einige bekannte ÖLV-Athleten suspendiert, später auch Stampfl. Als aktiver Athlet war er in Berlin nicht am Start, aufgrund seiner damals schon guten Englischkenntnisse wurde er dennoch als Betreuer mitgenommen.

Filmregisseurin Sally McLean schildert ihre Eindrücke: „Franz Stampfl war sehr einflussreich und hat unglaublich gut motivieren können. Er war überzeugt, dass 99% harte Arbeit und 1% Talent immer stärker sind als 99% Talent und 1% harte Arbeit.“

*Andreas Maier, Robert Katzenbeisser*

Trainingsbuch von Franz Stampfl aus 1955, das nur mehr antiquarisch erhältlich ist.



Otto Stampfl, Bruder des Erfolgstrainers, in der Mitte zwischen Hedi, der Nichte von Franz, und Filmregisseurin Sally McLean. Bild: Ingo Folie

## **Athleten, die von Franz Stampfl betreut wurden (Auswahl)**

**Christopher Chataway (GBR)**  
5000m Weltrekordler 1954  
Commonwealth-Meister und EM-Zweiter 1954, später Britischer Minister für Telekommunikation

**Chris Brasher (GBR)**  
Olympiasieger 1956 3000m Hindernis, später Mitbegründer London Marathon

**Roger Bannister (GBR)**  
Erster Mensch, der die Meile unter 4 Minuten lief. Europameister und Commonwealth-Meister 1954.

**Ralph Doubell (AUS)**  
800m Olympiasieger Mexico 1968 in Weltrekordzeit

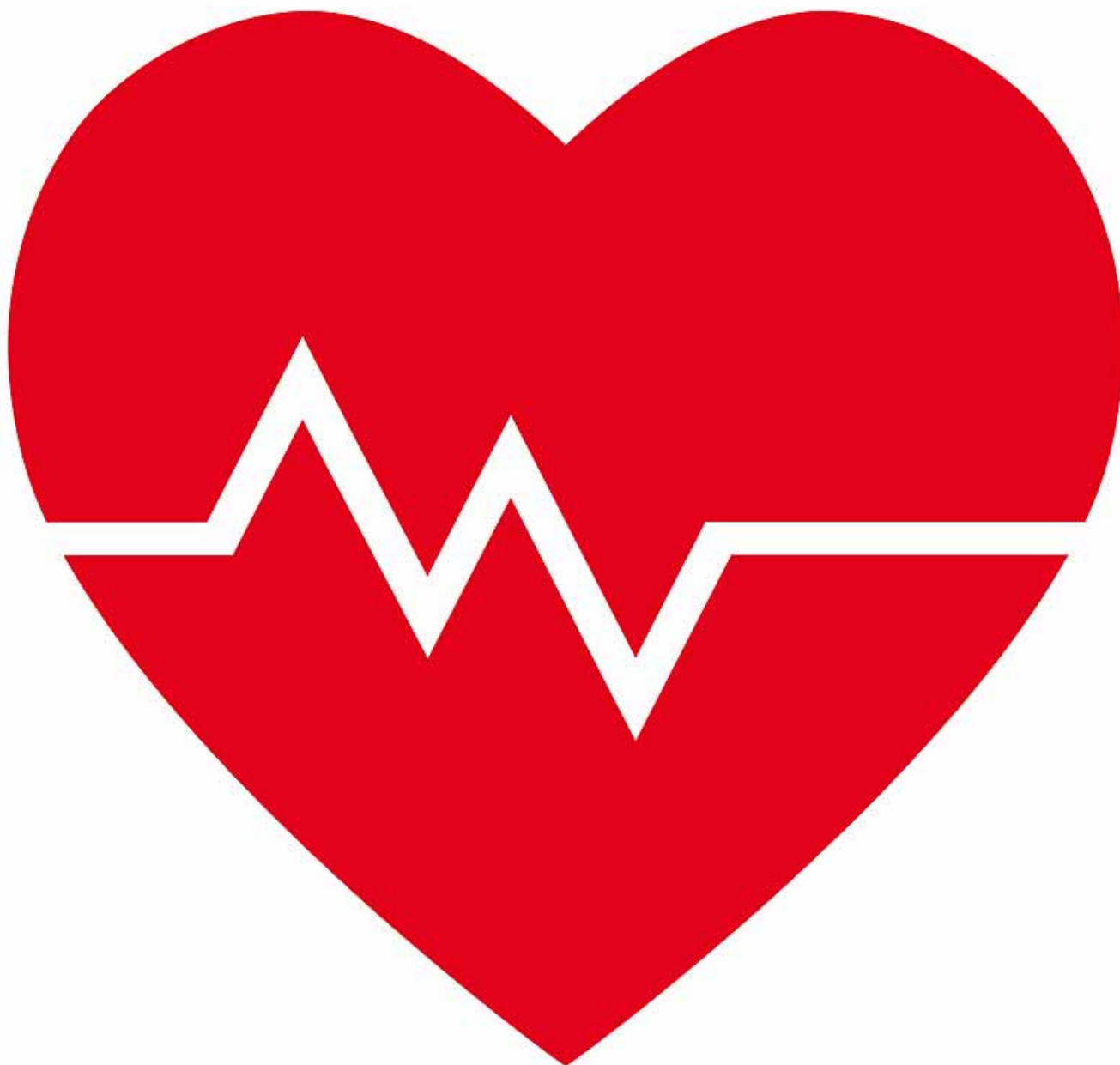
**Thelma Hopkins (GBR)**  
Hochsprung-Weltrekordlerin 1956  
Olympia-Zweite 1956

**Gael Martin (AUS)**  
Olympiabronze 1984 im Kugelstoß

[www.franzthefilm.com](http://www.franzthefilm.com)

<sup>2)</sup> <http://www.independent.co.uk/news/people/obituary-franz-stampfl-1614402.html>






## **Wer dopt, ist schneller. Tot.**

Wer dopt, riskiert lebensbedrohliche Gesundheitsschäden.

Mehr auf [www.saubere-zeiten.at](http://www.saubere-zeiten.at)  



Wer dopt, verliert.

Eine Initiative der  Mit freundlicher Unterstützung durch

In Partnerschaft mit





## Golf vs. Stabhochsprung

Welche Sportart ist jetzt wirklich die schwierigste – Stabhochsprung oder Golf? Diese Frage stellte sich das österreichische Golfsport Magazin [PERFECT EAGLE](#) und lud Lukas Nemezc, einen der besten heimischen Golfer, und Dominik Distelberger zu einem Experiment ein. Jeder der beiden erhielt in der Sportart des anderen von seinem Trainer jeweils 4 Stunden praktische Einweisungen. Dann wurden die Fortschritte geprüft.

Dominik hat dann auf einem Par 5 Kurs eine 10 gespielt, und Lukas übersprang 2,60 Meter mit dem Stab.

Welche Sportart wirklich schwieriger ist? Die Eindrücke der Sportler können Sie in dem Artikel nachlesen:

<http://www.oelv.at/downloads/perfecteagle.pdf>

Ein „Making of“ Video gibt es hier online:

<http://golf-tv1.com/Stream/ShowStream?VideoID=91>

Herausgeber des Magazins ist übrigens auch ein ehemaliger Zehnkämpfer – Erich Haunold wurde 1977 Neunter bei den Junioren Europameisterschaften in Donetsk.

Alle Fotos:

Perfect Eagle / Jürgen Pletterbauer



## Julia Siart in Edinburgh

Die österr. Hammerwurf Rekordlerin Julia Siart hat in Wien ihr Studium (internationale Entwicklung) fertig und ist derzeit an der



University of Edinburgh, um noch ein einjähriges Mastersstudium für Health Inequalities and Public Policy zu machen, für das sie ein Sportstipendium bekommen hat.

Dort trainiert sie im Centre for Sports and Excellence für die kommende Wettkampfsaison und ist von den Trainingsbedingungen begeistert: „Das Zentrum hier ist besser ausgestattet als jeder Trainingsstützpunkt, den ich je gesehen habe. Einer der Trainer hat mich sogar schon gefragt, ob er mir einen Kreis betonieren soll, dass ich dort immer werfen kann. So ist hier die Einstellung zum Sport, bei uns sucht man jahrelang nach Wurfmöglichkeiten. Im Moment trainiere ich drei Mal wöchentlich Gewichtheben mit Trainern, mit dem Werfen habe ich noch nicht begonnen. Dafür trainiere ich zum Konditionsaufbau jetzt auch 1x wöchentlich Boxen.“



Bei Hallenstaatsmeisterschaften in Österreich will Julia in jedem Fall im Kugelstoß starten, vielleicht bekommt sie auch einen Startplatz bei den britischen Hallenmeisterschaften. Die britischen Uni-Meisterschaften (BUCS) finden im Februar in der Halle und im Mai im Freien statt.



## Leichtathletikstadion Klagenfurt

Auf den Bildern leuchten hauptsächlich die herbstlichen Blätter der Bäume in voller Pracht, und auch das nicht mehr lange. Die neu erbaute „Leopold-Wagner-Arena“ in Klagenfurt bringt aber trotzdem die Augen von Leichtathletikfans zum Glänzen. Das brandneue Stadion wird am 21./22. Juli 2012 zum Schauplatz der Österreichischen Staatsmeisterschaften und bietet schon davor hervorragende Möglichkeiten für Wettkampf und Training.



Leopold Wagner Arena: Grundstücksgröße 22.345 m<sup>2</sup>. Zuschauer- bzw. überdachter Trainingsbereich: 1.200 m<sup>2</sup>. Acht 400m-Bahnen, vier Weitsprunganlagen, Anlagen für Stabhoch, Kugel, Diskus / Hammer, Speer.  
Fotos: *Betina Germann*

## Monika Gollner „Einmal anders“



Hochspringerin Monika Gollner hat jüngst ihr Styling verändert, und zwar unter dem Motto „Einmal anders“ in der ORF-Sendung „Herbstzeit“. Unter Beiziehung von Experten wurden Haare, Makeup und Outfits neu gezaubert. „Es war ein lustiger und sehr anstrengender Tag“, sagte sie. Das Ergebnis kann sich jedenfalls sehen lassen!



## Kärntner Berglaufcup '11

Am 1. Oktober wurde mit dem 18. Lauf der Saison beim Techelsberglauf in Pörschach der Kärntner „Altis“ Berglaufcup 2011 beendet.

Die Bewerbe erstreckten sich über das ganze Laufjahr über ganz Kärnten sowie auch, wie es beim Kärntner Berglaufcup schon Tradition ist, länderübergreifend, mit einem Bewerb im benachbarten Slowenien und mit einem Bewerb in Italien (Tarvis). Im heurigen Jahr waren über 2800 Teilnehmer bei den 18 Bergläufen und das ergibt einen Schnitt von 145 Startern pro Berglauf – diese kamen aus allen Bundesländern und insgesamt aus 24 Nationen.



Bei den Damen siegte weit überlegen Helga Tomaschitz (LC Vitus St.Veit) mit 405 Pkt. vor Silke Sendlhofer Tomaschitz (ASV Maria Saal) mit 291 Pkt. und Sabine Kozak (Kelag Energy Team) mit 208 Pkt. Gesamtsieger bei den Herren wurde heuer Robert Stark (LC Stockenboi) mit 341 Pkt vor Günter Wang (Kelag Energy Running Team) mit 259 Pkt. und Erwin Kozak (Kelag Energy Running Team) mit 208 Pkt.

Vollständige Ergebnisse gibt es [>>> HIER](#)

## Masters auf Reisen

Franz Kropik vom LCC Wien reist nicht nur sehr weit zu seinen Wettkämpfen, sondern ist auch ein Vielstarter.

Bei den XIII. Australien Mastersgames in Adelaide vom 7.-16. Oktober war er in insgesamt 15 Bewerben am Start.



## Statistik

### ÖLV-Jahresbeste 2011 Freiluft

#### Männer:

100:	10,32	Moseley Ryan
200:	21,01	Moseley Ryan
400:	47,61	Laufenböck Michael
800:	1:48,14	Vojta Andreas
1500:	3:37,82	Vojta Andreas
5000:	14:09,62	Schmid Michael
10000:	30:33,76	Pfeil Valentin
HM:	1:03:47	Weidlinger Günther
Mar:	2:12:23	Weidlinger Günther
110H:	14,10	Prazak Manuel
400H:	52,21	Mayrhofer Florian
3000H:	8:57,26	Pallitsch Lukas
Hoch:	2,03	Siedlaczek Dominik
Stab:	5,20	Kilbertus Paul
Weit:	7,68	Distelberger Dominik
Drei:	15,31	Kellerer Julian
Kugel:	18,05	Gratzer Martin
Diskus:	63,35	Mayer Gerhard
Hammer:	60,76	Siart Benjamin
Speer:	67,23	Strasser Martin
10-Kampf:	7840	Distelberger Dominik
20kmG:	1:50:42	Niestelberger Ludwig
50kmG:	5:25:31	Hirschmugl Dietmar

#### Frauen:

100:	11,66	Röser Doris
200:	24,10	Röser Doris
400:	54,59	Röser Doris
800:	2:04,03	Märzendorfer Pamela
1500:	4:11,07	Wenth Jennifer
5000:	16:40,21	Hieblinger-Schütz Eva
10000:	33:35,71	Mayr Andrea
HM:	1:12:44	Mayr Andrea
Mar:	2:32:33	Mayr Andrea
100H:	12,95	Schrott Beate
400H:	59,18	Kreiner Sabine
3000H:	10:54,80	Kreundl Katharina
Hoch:	1,88	Gollner Monika
Stab:	4,15	Höllwarth Daniela
Weit:	6,31	Schmidl Sofia
Drei:	13,07	Egger Michaela
Kugel:	14,08	Scheffauer Christina
Diskus:	50,91	Watzek Veronika
Hammer:	57,60	Siart Julia
Speer:	60,07	Eberl Elisabeth
7-Kampf:	5455	Dadic Ivona
20kmG:	1:56:37	Toporek Viera

Stand: 6.11.2011

## Rekorde & Bestleistungen

Hier finden Sie die neuen ÖLV-Rekorde und Bestleistungen der letzten Wochen:

#### Rainer Predl

(geb. 15.1.1990; LC Strasshof)

100km Straßenlauf:

7:22:05 – 10.9.2011 Winschoten

Alter Rekord: 7:33:28 Bernhard Santner 2008

## Neue Obfrau beim KLC



Die Sprinterin und vielfache Staatsmeisterin Mag. Betina Germann ist neue Obfrau des traditionsreichen Leichtathletikclubs aus Klagenfurt. Am 20. Oktober löste sie bei der Mitgliederversammlung den langjährigen Obmann Walter Grabul ab, der 33 Jahre lang in dieser Funktion war.

Mit dem Einzug in die „Leopold-Wagner-Arena“ bekommt der KLC seine Heimstätte zurück. Mit dieser neuen Infrastruktur soll Klagenfurt ab 2012 wieder Austragungsort von regionalen, nationalen und internationalen Wettkämpfen werden.

## Combined Events Annual

Das jährliche Combined Events Annual des Mehrkampf-Statistikers Hans van Kuijen wird ab Dezember 2011 für 30,- Euro erhältlich sein. Auf über 200



Seiten ist eine Fülle von Informationen und statistischem Material rund um den Mehrkampf enthalten.

Bestellungen: [j.kuijen4@upcmail.nl](mailto:j.kuijen4@upcmail.nl)

## Terminvorschau

- 23.10. Österr. Geher-Staatsmeisterschaften (20km F/50km M/U23/U18) Wien-Prater
- 11.12. Crosslauf-EM, Velenje/SLO
- 31.01. Indoor Classic Vienna Wien
- 02.02. Gugl Indoor Meeting Linz
- 11.02. ASVÖ Vienna Indoor Gala
- 18./19.02. Österr. Hallen-Mehrkampf-Staatsmeisterschaften Wien
- Österr. Hallenmeisterschaften (U-20 / U-18) Wien
- 25.02. Österreichische Hallen-Staatsmeisterschaften Linz
- 09.-11.03. Hallen-WM, Istanbul/TUR
- 11.03. Österreichische Crosslauf-Staatsmeisterschaften Enns
- 17./18.03. Winterwurf-Europacup Bar/Montenegro

## Was sind die ÖLV Nachrichten?

Die ÖLV Nachrichten erscheinen als Online-Newsletter und sind eine Ergänzung zu den aktuellen Leichtathletik-News auf der Website des ÖLV.

Beziehen können Sie die ÖLV Nachrichten gratis per E-Mail oder als pdf-Download über [www.oelv.at](http://www.oelv.at).

## Impressum

Herausgeber

Pressereferat des ÖLV

Inhaber

Österreichischer Leichtathletik-Verband

Prinz-Eugen-Str. 12, A-1040 Wien

ZVR: 831713114

Redaktion

Helmut Baudis, Robert Katzenbeisser

Andreas Maier, Herbert Winkler

Anzeigen [presse@oelv.at](mailto:presse@oelv.at)

Internet [www.oelv.at](http://www.oelv.at)

Email [redaktion@oelv.at](mailto:redaktion@oelv.at)