



Statistik Special 2008

EDITORIAL



Robert Katzenbeisser
ÖLV Pressereferent

Medienjahr 2008

2008 war für das ÖLV Medienteam ein sehr arbeitsintensives Jahr. Insgesamt 85 Presseaussendungen wurden an den umfangreichen Medienverteiler verschickt, 400 Newsmeldungen auf die ÖLV Website gestellt, und 12 Ausgaben der ÖLV Nachrichten produziert. Dazu verstärkte mein Kollege Andreas Maier heuer das Team der Austrian Top4 Serie bei der Medienarbeit, und wir organisierten zum zweiten Mal die Wahl der Leichtathleten des Jahres. Einige nicht so erfreuliche Vorfälle rund um die Leichtathletik in Österreich ließen im ÖLV Medienteam keine langweilige Routine aufkommen – denn wir mussten sachgerecht reagieren. Uns wäre es natürlich lieber gewesen, mehr positive Meldungen und Statements herauszugeben.

Die Aufbereitung der Wettkämpfe auf der ÖLV Website funktioniert jedes Jahr besser. Danke hier auch an alle Helfer die mich regelmäßig mit Fotos und Ergebnissen „versorgen“.

In den letzten Jahren gab es viele Veränderungen in der öffentlichen Präsenz des ÖLV. Ob wir uns hier verbessert haben, würde ich gerne von Ihnen wissen. Deshalb führen wir eine anonyme Umfrage zu den ÖLV Nachrichten durch, die uns helfen soll ein Bild der Wünsche unserer Leser/User zu bekommen.

Die Umfrage gibt es online auf der ÖLV Website unter:

<http://www.oelv.at/static/umfrage.php>

ÖLV Bestenliste TOP20 – Freiluft 2008

100 Meter	200 Meter	400 Meter	800 Meter	1500 Meter	5000 Meter	10000 Meter	20000 Meter	30000 Meter	40000 Meter	50000 Meter	100000 Meter	200000 Meter	300000 Meter	400000 Meter	500000 Meter																																																																				
10,51 - 0,5 Moscovy, Ryan	82 UNION Salzburg LA	Wilach	05.07.2008	10,48 - 1,6 Chudrak, Bernhard	89 SVS-Leichtathletik	Amstetten	07.06.2008	10,53 - 0,5 Meitt, Roland	82 UNION Salzburg LA	Regensburg/GER	08.06.2008	10,53 - 0,6 Metzner, Karl	82 UNION Salzburg LA	Wilach	05.07.2008	10,59 - 0,4 Zeller, Clemens	84 ULV Krums	Radl	12.07.2008	10,54 - 0,4 Grill, Benjamin	85 SVS-Leichtathletik	Radl	12.07.2008	10,80 - 0,8 Kalchauer, Rainer	79 KLC	Wilach	05.07.2008	10,88 - 0,5 Frittscher, Siegfried	84 SU IGLA long life	St.Pölten	31.05.2008	10,90 - 0,3 Ditselberger, Dominik	90 UVS Furgstall	Wolfsberg	13.09.2008	10,91 - 0,1 Stanek, Philipp	86 UNION Salzburg LA	Linz	24.05.2008	10,91 - 0,3 Reiter, Lukas	89 UNION Salzburg LA	Wolfsberg	13.09.2008	10,92 - 1,9 Edinger, Christian	90 LCA Umsdorf Amstetten	Amstetten	07.06.2008	10,93 - 1,9 Hieschi, Marco	86 ULV Krums	Amstetten	07.06.2008	10,94 - 1,9 Schraus-Fand, Alexander	89 DSG Wien	Wien	28.05.2008	10,95 - 0,9 Smetana, Christian	88 LCC Wien	Wien	28.05.2008	10,97 - 0,5 Pfaltzer, Oliver	87 ULC Wehrland	Long Beach/USA	11.04.2008	10,97 - 0,1 Paychler, Isagani	81 TS Innsbruck Spark	Götzis	03.05.2008	10,97 - 0,0 Koller, Michael	86 LAG Sarnobich Haus RIED	Ennssee	07.06.2008	10,97 - 0,0 Tschopp, Thomas	84 LAG Grotzbach	Wien	18.06.2008	11,01 - 0,2 Fiala, Rainer	86 DSG Wien	Wien/USA	23.03.2008	11,01 - 0,0 Bassy, Ekamini	87 DSG Wien	Wien	07.06.2008

ÖLV Bestenliste TOP20 – Freiluft 2008

100 Meter	200 Meter	400 Meter	800 Meter	1500 Meter	5000 Meter	10000 Meter	20000 Meter	30000 Meter	40000 Meter	50000 Meter	100000 Meter	200000 Meter	300000 Meter	400000 Meter	500000 Meter																																																																
46,96 Zeller, Clemens	84 ULV Krums	Kapfenberg	10.07.2008	46,00 Rapatz, Andreas	86 VST Laas	Kapfenberg	10.07.2008	46,15 Pfaltzer, Oliver	87 ULC Wehrland	Wainuku/USA	20.04.2008	46,36 Steinerbacher, Marco	83 SVS-Leichtathletik	Kapfenberg	10.07.2008	46,57 Frittscher, Siegfried	84 SU IGLA long life	Ebensee	08.06.2008	46,63 Ender, Stephan	89 TS Lauterbach	Falkenbach-Glangau	06.06.2008	46,69 Hämmerle, Stefan	84 TS "Jahn" Lustenau	Aulendorf/GER	12.07.2008	46,69 Haggr, Ralf	89 ULV Krums	Amstetten	07.06.2008	46,17 Behari, Matthias	81 LCC Linz Oberbank	Salzburg - RIT	22.05.2008	46,54 Kallgruber, Matthias	87 LAG Amstetten-Styri	Fiss	12.07.2008	46,39 Reiter, Lukas	89 UNION Salzburg LA	Wolfsberg	13.09.2008	46,43 Mähringer, Günther	87 ÖTB Salzburg LA	Falken/ÖH	11.09.2008	46,56 Mähringer, David	89 LAG Klagenfurt	Wolfsberg	13.09.2008	46,76 Wondschlager, Manuel	87 SU IGLA long life	Ebensee	08.06.2008	46,75 Ditselberger, Dominik	90 UVS Furgstall	Linz	23.08.2008	50,04 Fiala, Rainer	86 DSG Wien	Charlottenville/USA	05.04.2008	50,27 Himmberger, Thomas	87 LCC Wien	St.Pölten	31.05.2008	50,67 Supan, Peter	81 ÖTB ÖÖ LA	Ebensee	08.06.2008	50,59 Wamasak, Thomas	85 SVS-Leichtathletik	Schwöbich-Rannsdorf	20.08.2008	50,59 Meier, Gabriel	87 TS Innsbruck Spark	Linz	07.06.2008

Inhalt

- Interview: Ein Blick auf den Mehrkampf Leichtathleten des Jahres 2
- Statistik, Kursprogramm 3
- Rückblick eines Fans 5
- Tipps, Vorschau 7
- 8

Story

Die Leistungsbilanz 2008 – die TOP20 Jahresbestenliste als Download im PDF-Format

106 Seiten umfasst die TOP20 Bestenliste 2008 von der allgemeinen Klasse bis zu den U16. Zu viele Seiten, um sie in die ÖLV-Nachrichten zu packen. Ich habe daher beschlossen diese als eigenständiges PDF File zum Download zur Verfügung zu stellen.

Die Freiluft-Bestenliste und die Hallenbestenliste 2008 stehen ab sofort als druckbare PDF-Files auf der ÖLV Website unter:

<http://www.oelv.at/static/archiv.php>

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



Ein Blick auf den Mehrkampf

Beim Trainingslager in Fuerteventura im Dezember war ÖLV-Mehrkampftrainer **Herwig Grünsteidl** mit zahlreichen Athleten aktiv. Die **ÖLV Nachrichten** baten ihn zum Interview für eine Bestandsaufnahme und einen Ausblick in die Zukunft.

Herwig, wer sind aus deiner Sicht die aussichtsreichsten Kandidaten für die internationalen Meisterschaften 2009?

Bei den Männern sollte das WM-Limit für Roland Schwarzl kein Problem darstellen, wenn er weitgehend verletzungsfrei bleibt. Für die U23 EM müsste sich Fabian Mayrhofer ordentlich steigern, das wird schwierig.

Für die U20 EM gibt es mit Dominik Distelberger und Armin Beham zwei aussichtsreiche Kandidaten. Für die U18 WM wäre für Sebastian Kapferer die Qualifikation im Mehrkampf möglich, er wird sich aber voraussichtlich auf den Weitsprung konzentrieren.

Bei den Frauen sehe ich in der allgemeinen Klasse keine Chance auf eine WM-Qualifikation, für die U23 EM hätte eventuell Flora Egger eine kleine Chance gehabt, sie kämpft derzeit aber mit einigen Verletzungsproblemen. Für die U20 EM gibt es mit Lisa Egarter eine aussichtsreiche Kandidatin, und ebenso Raffella Dorfer, die sich jetzt für den Mehrkampf entschieden hat. Für die U18 WM kommt eventuell Ivona Dadic in Frage – es ist aber erst ihr erstes Jahr in der U18 Klasse.

Beim Mehrkampf Europacup ist das ÖLV Team ja derzeit bei den Männern und Frauen in der Kellerliga, wie sind hier die Perspektiven?

Kurzfristig sind sie nicht sehr gut. Bei den Männern rechne ich mit dem gleichen Team wie letztes Jahr. Selbst wenn Roland Schwarzl wieder eine gute Leistung abliefern, müssten Fabian Mayrhofer und Alexander Razen sich ordentlich steigern, damit wir eine realistische Chance auf den Aufstieg haben.

Bei den Frauen sind mit Elisabeth Plazotta und Marion Obermayr hoffentlich zwei erfahrene Mehrkämpferinnen dabei. Zusätzlich könnten noch Stefanie Waldkirchner und Sarah Ehlers ins Team kommen. Beide studieren jetzt in Wien und trainieren gemeinsam für den Mehrkampf.

Vielleicht wird auch Flora Egger fit. Für den Aufstieg wird es wahrscheinlich trotzdem nicht reichen. Die stärksten Teams haben auch in der untersten Liga zumeist eine Athletin am Start die an die 6000 Punkte schafft – da müssten wir im Schnitt 5250 Punkte pro Athletin schaffen um mit diesen Teams mitzuhalten.

Mittelfristig rechne ich bei den Männern für eine Verstärkung des Teams durch Dominik Distlberger, Armin Beham und Alexander Heiß. Sollte der Kremser Branislav Puvak österreichischer Staatsbürger werden, so wäre er auch eine Option.

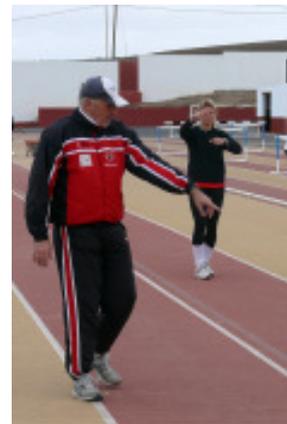
Bei den Frauen wird Marion Obermayr nach dieser Saison aufhören, auch bei Elisabeth Plazotta ist es fraglich, wie lange sie noch Mehrkampf macht und ob ihr diese Saison nach vielen Verletzungen ein Comeback gelingt. Von den Nachwuchsathletinnen hat Lisa Egarter sicher das größte Potential – sie könnte auch eine Kandidatin für internationale Meisterschaften bei der allgemeinen Klasse werden.

Stichwort Zehnkampf Frauen – wie ist deine Meinung dazu?

Ich denke nicht, dass dieser Bewerb bald den Siebenkampf ablöst – dazu gibt es auch international zu viel Gegenwind. Bei einem Mehrkampfkongress hat das der Deutsche Paul Meier auf den Punkt gebracht: Es ist schon schwer genug, Mädchen für den Siebenkampf zu motivieren wegen dem Trainingsaufwand, für den Zehnkampf wird das noch schwieriger. Bei den großen 2-Tages-Meetings müssten die technischen Bewerbe der Frauen außerdem zwischen den beiden Tagen getauscht werden, es ist dann erst wieder ein anderer Bewerb wie bei den Männern.

Zum Thema Motivation: Im ÖLZ Südstadt hast Du ja immer wieder große Gruppen an talentierten AthletInnen, wie viele bleiben davon eigentlich der Leichtathletik erhalten?

Nach dem Schulabschluss oder kurz danach hören leider fast 90% Talente mit dem Leistungssport auf, das ist aber kein spezifisches Problem der Leichtathletik. In Österreich gibt es mittlerweile 10 Gymnasien für Leistungssport und auch einige Handelsschulen mit Sportschwerpunkt.



In den Leistungszentren arbeiten auch hauptamtliche Trainer oder welche, die zumindest Aufwandsentschädigungen bekommen. Ich habe mit meinen Athleten den Schwerpunkt Mehrkampf – sie trainieren 9-11 mal pro Woche in ihrem letzten Schuljahr.

Nach dem Schulabschluss gibt es aber keine gesicherte Betreuung mehr, einige Athleten können zwar noch ein Jahr im HSZ anhängen, hauptamtliche Trainer gibt es aber keine mehr – alles basiert dann auf Initiativen von Vereinen oder Privatpersonen.

Nach dem HSZ müssen die Athleten auch Beruf oder ihre weitere Ausbildung mit dem Leistungssport vereinen – was aber meistens weder ihren Chef noch einen Uniprofessor interessiert.

Die Jugendlichen müssen einen sportlichen Eignungstest für die Aufnahme im ÖLZ Südstadt machen – es sind daher talentierte Sportler, die sich große Ziele gesetzt haben. Nach dem Abschluss der Schule sehen die meisten keine Perspektive mehr, in die Weltklasse zu kommen, da das ein zu weiter Weg ist. Österreichische Titel motivieren sie meist auch nicht mehr zum Weitermachen. Sie konzentrieren sich dann lieber auf ihren Berufseinstieg oder die weitere Ausbildung.

Meiner Meinung nach lässt sich aber Beruf oder Ausbildung sehr wohl auch mit Leistungssport vereinbaren. Gerade die Absolventen des ÖLZ nehmen eine sehr breite sportliche Basisausbildung mit – da geht es durchaus mit sechs mal Training die Woche mit hohen Intensitäten sich sportlich weiter zu entwickeln. Bis zu zwölf Trainingseinheiten in der Woche sind nicht zwingend notwendig.

Fortsetzung nächste Seite

Fortsetzung von Seite 2

Interview mit ÖLV Mehrkampf Trainer
Herwig Grünsteidl

Woran denkst du liegt es generell, dass wenige talentierte Jugendliche den Weg zum Mehrkampf einschlagen?

Zum einen ist der Mehrkampf ein sehr aufwändiger Bewerb, in dem man viel trainieren muss. Speziell beim weiblichen Nachwuchs sind die Trainer daher meist schon froh, wenn ihre Athletinnen überhaupt etwas trainieren, trauen sich aber nicht zu, sie ausreichend für den Mehrkampf zu motivieren.

Meist wollen Trainer auch keine Mehrkämpfer ausbilden, weil sie sich nicht in allen Disziplinen auskennen. Das sollte aber kein Hindernis sein, es gibt in jeder Region Spezialisten für fast alle Disziplinen, die kann man ja für das Training hinzu ziehen. Es ist kein Zeichen von Schwäche, wenn man da als Trainer andere Kollegen hinzu zieht. Im Gegenteil, ein engagierter Trainer muss immer dazulernen, die Leichtathletik entwickelt sich weiter.

R.K.

Österreichs Leichtathleten des Jahres '08



Gerhard Mayer



Andrea Mayr



Bernhard Chudarek

Emils für May(e)r



ATHLETEN WAHL 08

Diskuswerfer Gerhard Mayer und Langstreckenläuferin Andrea Mayr sind Österreichs Leichtathleten des Jahres. Als Trophäe erhalten sie den „Goldenen Emil“, ein nach Lauflegende Emil Zatopek benannter, vergoldeter adidas-Laufschuh. Sprinter Bernhard Chudarek wurde zum Nachwuchsathleten des Jahres gewählt.

Endergebnis der Wahl zu Österreichs Leichtathleten des Jahres 2008

MÄNNER

- 1. Gerhard Mayer 63,49 (Publikum 32,79% | Experten 30,70%)
- 2. Günther Weidlinger 50,33 (Publikum 17,00% | Experten 33,33%)
- 3. Clemens Zeller 24,42 (Publikum 6,88% | Experten 17,54%)
- 4. Roland Schwarzl 23,01
- 5. Markus Hohenwarter 16,60
- 6. Martin Steinbauer 5,46
- 7. Martin Pröll 4,32
- 8. Bernhard Chudarek 4,25
- 9. Manuel Prazak 2,90
- 10. Benjamin Siart 2,63

FRAUEN

- 1. Andrea Mayr 99,14 (Publikum 59,67% | Experten 39,47%)
- 2. Eva Maria Gradwohl 36,23 (Publikum 20,44% | Experten 15,79%)
- 3. Elisabeth Pauer 35,48 (Publikum 8,29% | Experten 27,19%)
- 4. Marina Schneider 6,60
- 5. Lisa Egarter 6,05
- 6. Bettina Müller-Weissina 5,17
- 7. Elisabeth Eberl 3,41
- 8. Lisa-Maria Leutner 1,75
- 9. Tanja Eberhart 0,88
- 9. Victoria Schreibeis 0,88

NACHWUCHSATHLETEN (U20) DES JAHRES

- 1. Bernhard Chudarek 72,97 (Publikum 30,86% | Experten 42,11%)
- 2. Jakob Mayer 43,62 (Publikum 43,62% | Experten 0,00%)
- 3. Dominik Distelberger 22,70 (Publikum 1,65% | Experten 21,05%)
- 4. Julian Kellerer 17,85
- 5. Lisa Egarter 6,91
- 6. Marina Schneider 5,26
- 7. Paul Steininger 4,94
- 8. Andreas Polednak 2,88
- 9. Tanja Eberhart 2,47
- 10. Lukas Weissheidinger 1,65

Die online auf www.oelv.at durchgeführte Wahl wurde zwischen 8. November und 14. Dezember 2008 durch ein Publikumsvoting und ein Expertenvoting (Trainer, Journalisten) entschieden, die zu jeweils 50% in das Endergebnis eingeflossen sind. Der ÖLV führt die Wahl zu Österreichs Leichtathleten des Jahres seit 1996 durch. Herzlichen Dank an alle, die gewählt haben!

AirTrack PRO

Luftprodukte unterstützen das Abspringen und Landen und fangen nicht Geglücktes sanfter auf. Die Gefahr von Verletzungen und Überbelastung der Gelenke ist wesentlich reduziert. Das bedeutet mehr Freude und Sicherheitsgefühl beim Trainieren und Erlernen von Neuem, besonders auch für Anfänger-innen und Anfänger in diesem Sportbereich. Hier ist es ja speziell wichtig, sich neben der Unterstützung durch die motivierten Trainerinnen und Trainer auch vom Material unterstützt zu fühlen, Missglücken nicht fürchten zu müssen und somit viel mehr Spaß zu haben.

Die Kombination von Länge und Federeffekt eröffnet erfahrenen Sportlerinnen und Sportlern ungeahnte Entfaltungsmöglichkeiten im Entwickeln und Üben von Sprungfolgen. Das in seiner Schlichtheit elegante, unauffällige AirTrack PRO macht sich natürlich bestens bei einer Show.

Das neue AirTrack PRO ist die geniale Weiterentwicklung des bisherigen AirTrack von einem dänischen Hersteller. Es ist leichter, weniger hoch als jenes und hat eine ganz ebene Oberfläche. Das Innenleben besteht neu nicht mehr aus oben und unten angeschweißten Schnurhaltern und Verbindungsseilen, sondern aus Millionen von Verbindungsfäden.



Der Boden ist mit einem rutschfesten Boden versehen. Die Mittellinie unterstützt die Richtungsorientierung. Der Betrieb erfolgt durch ein Gebläse mit elektronischer Luftdrucksteuerung. Eine andere Möglichkeit ist das Luftfüllen mit einem elektrischen Handgebläse und Abschließen mit einer Verschlusskappe. Der Luftdruck kann und muss dem Springergewicht angepasst werden.

Das AirTrack PRO ist in 2 Höhen erhältlich: 20cm und 33cm. Beide Höhen eignen sich für Kinder, Junioren und Erwachsene. Das 20cm hohe braucht aber für Erwachsene einen höheren Druck und wird dadurch härter, was andererseits wieder ein Vorteil ist für gewisse Sprungtechniken.

Die Standardlänge beträgt 15m. Es ist aber auch in anderen Längen erhältlich. Es ist standardmäßig mit Klettverschlussstreifen an den Schmalseiten versehen zur Verbindung mit entsprechenden Matten.

Das 20cm hohe AirTrack PRO ist grau, das 33cm hohe blau. Die Farbe der Seiten und der Mittelstreifen kann gewählt werden. Auch Querstreifen sind möglich.

Falls das AirTrack PRO im Freien verwendet wird, muss es mit einer Unterlage gut geschützt werden. Die Seiten des AirTrack PRO sind ideale Werbeflächen und für Sponsoren eine interessante Werbeform.

Weitere Informationen sind erhältlich bei

Hüpfkissen GmbH
www.huepfkissen.ch
 info@huepfkissen.ch
 Tel +41 33 336 20 38



Statistik

ÖLV-Jahresbeste 2008:

Männer:

100:	10,31	Moseley Ryan
200:	21,26	Moseley Ryan
400:	46,35	Zeller Clemens
800:	1:48,14	Rapatz Andreas
1500:	3:44,87	Spitzl Daniel
5000:	13:32,39	Pröll Martin
10000:	27:36,46	Weidlinger Günther
HM:	1:04:26	Hohenwarter Markus
Mar:	2:18:13	Hohenwarter Markus
100km:	7:33:27	Santer Bernhard
110H:	14,10	Prazak Manuel
400H:	52,80	Wannasek Thomas
3000H:	8:28,30	Pröll Martin
Hoch:	2,04	Puvak Branislav (SVK)
Stab:	5,05	Schwarzl Roland
Weit:	7,60	Peychär Isagani
Drei:	15,18	Leprich Alexander
Kugel:	18,08	Gratzer Martin
Diskus:	62,75	Mayer Gerhard
Hammer:	71,50	Siart Benjamin
Speer:	66,99	Högler Gregor
10-Kampf:	7813	Schwarzl Roland
20kmG:	1:52:10	Maier Alexander
50kmG:	5:19:34	Siegele Johann

Frauen:

100:	11,37	Müller-Weissina Bettina
200:	23,89	Röser Doris
400:	54,27	Germann Betina
800:	2:07,16	Märzendorfer Pamela
1500:	4:26,43	Mayr Andrea
5000:	17:39,15	Reingruber Renate
10000:	34:55,90	Mayr Andrea
HM:	1:12:47	Mayr Andrea
Mar:	2:30:51	Gradwohl Eva-Maria
100km:	8:20:28	Hofer Sabine
100H:	13,38	Schreibeis Victoria
400H:	61,11	Kreisler Birgit
3000H:	9:47,61	Mayr Andrea
Hoch:	1,80	Schneider Marina
Stab:	4,10	Pöll Brigitta
Weit:	6,34	Schreibeis Victoria
Drei:	13,20	Egger Michaela
Kugel:	14,08	Schasse Bettina
Diskus:	48,98	Watzek Veronika
Hammer:	51,70	Pehböck Martina
Speer:	56,23	Pauer Elisabeth
7-Kampf:	5195	Egarter Lisa
20kmG:	1:43:35	Schulze Kathrin (GER)

Download Top-20 Bestenliste als pdf:

<http://www.oelv.at/static/archiv.php>

Neue Bewerbe

Im Wettkampfprogramm für den Nachwuchs gibt es für 2009 einige Änderungen. Hier die Liste der neuen Meisterschaftsbewerbe und Bestleistungen je Altersklasse:

U18 männlich:

200 und 400 Meter statt 300 Meter
800 und 1500 Meter statt 1000 Meter
400 Meter Hürden statt 300 Meter Hürden
53,25 Knoll Peter 1986

U16 männlich:

300 Meter neu
36,01 Hegny Ralf 1995
1000 Meter statt 800 Meter
2:30,8 Pichler Günther 1974
3000 Meter statt 2000 Meter
8:55,00 Weidlinger Günther 1993

300 Meter Hürden neu
38,55 Knoll Klaus 1988

U18 weiblich:

200 und 400 Meter statt 300 Meter
800 und 1500 Meter statt 1000 Meter
400 Meter Hürden statt 300 Meter Hürden
61,76 Granig Tanja 1988

Kugel 4kg statt 3kg
14,10 Lechner Friederike 1974
13,07i Lehmann Bettina 1983
Diskus 1kg statt 0,75kg
47,87 Watzek Veronika 2002

Hammer 4kg statt 3kg
50,10 Julia Siart 2003

U16 weiblich:

300 Meter neu
39,25 Gärtner Magdalena 2000
1000 Meter statt 800 Meter
2:51,64 Leutner Lisa-Maria 2005
3000 Meter statt 2000 Meter
10:05,87 Leutner Lisa-Maria 2005

300 Meter Hürden neu
43,36 Elouardi Saloua 1987

Siebenkampf statt Sechskampf
 Eine aktualisierte Übersicht über alle technischen Spezifikationen der aktuellen Meisterschaftsbewerbe gibt es auf der ÖLV Website im Sportprogramm:

<http://www.oelv.at/static/verband/sport/spezifika09.pdf>

Kursprogramm 2009

Für 2009 sind bereits einige Kurse für die Kaderathleten fixiert worden:

2.1 / 3.1.09	Linz – Gugl
Langhürde	Gert Weinhandl
2.1 - 6.1. 09	Schielleiten
Lauf Nachwuchs	Mag. W. Lilge
4.1 - 6.1.09	Schielleiten
Weitsprung	Mag. Ch. Röhrling
15.1.09	Schwechat/Phönixpl.
Speerwurf Nachw.	Irek Krawcewicz
24.1 / 25.1.09	Wien
Speerwurf	Dipl.Ing. G. Högler
29.1.09	Schwechat/Phönixpl.
Speerwurf Nachw.	Irek Krawcewicz
4.4. - 10.4.09	Cesenatico / ITA
Langhürde	Gert Weinhandl
5.4. - 11.4.09	Schielleiten
ÖLV Osterkurs	Mag. Röhrling / Mag. Hudec
3.5. - 10.5.09	Caorle / ITA
ÖLV Kurs	Mag. Röhrling

ONLINE UMFRAGE ÖLV NACHRICHTEN

Helfen Sie uns mit das Informationsangebot des ÖLV zu verbessern und nehmen Sie an der anonymen Onlineumfrage zu den ÖLV-Nachrichten teil:

<http://www.oelv.at/static/umfrage.php>



Polar RS800CX Trainingssystem: Die nächste Generation

Das Multisport-Trainingssystem von Polar, der RS800, baut seinen Status als umfangreichstes Trainingstool weiter aus und holt nun auch die Radfahrer mit ins Boot. Neue Möglichkeiten bietet der finnische Pionier in Sachen Herzfrequenz-Messung bei der Routenaufzeichnung und -verfolgung: Mit dem neuen RS800CX kann die komplette Trainingsrunde inklusive Informationen wie Trainingszonen z.B. bei Google Earth angezeigt werden.



Innovative Routenverfolgung dank Google Earth

Neue technologische Entwicklungen bieten auch im Bereich der Herzfrequenz-Messgeräte neue Möglichkeiten. Polar hat die Trends erkannt, den nächsten Schritt Richtung Interaktivität gemacht und seinem neuen Flaggschiff die Tür zu Google Earth geöffnet. Gemeinsam mit dem Polar G3 GPS-Sensor zeichnet der RS800CX während der gesamten Trainingseinheit die Position zusätzlich zu Herzfrequenz und Höhenmeter auf. Dieses Routenprofil kann in der mitgelieferten Software Polar ProTrainer5™ analysiert werden – und von dort ganz einfach per Tastendruck auf Google Earth übertragen werden. Dort wird der Weg der gesamten Trainingseinheit angezeigt und nach der jeweiligen Trainingszone eingefärbt.

POLAR
LISTEN TO YOUR BODY



Laufen, Rad fahren und Outdoor

Seit der Markteinführung 2006 hat Polar das Trainingssystem RS800 Schritt für Schritt weiter ausgebaut. Ursprünglich mit dem Laufsensoren s3™ rein für Läufer konzipiert, wurde das System im letzten Jahr um den GPS-Sensor G3 erweitert, um auch Outdoor-Sportlern beim Skilanglauf, Duathlon oder Inline-Skaten die umfangreichen Funktionen zu ermöglichen. Die nächste Generation, der RS800CX, versteht nun auch die Sprache der Polar W.I.N.D. Radsensoren für Daten wie Radgeschwindigkeit und Trittfrequenz. Somit präsentiert sich das bisher umfangreichste Trainingssystem am Markt nun allen Ausdauersportlern, die für ihr Training Wert auf die bestmögliche und variabel einsetzbare High-End-Unterstützung legen, als optimale Lösung für Trainingsplanung und -analyse.

Der Laufsensoren s3™ bleibt mit seinen einzigartigen laufspezifischen Funktionen wie Schrittfrequenz- und Schrittlängenmessung und konstanter Tempoangabe die erste Wahl für Läufer. Mit dem satellitenabhängigen G3 GPS-Sensor und kabellosen Radsensoren werden nun auch bei allen anderen Sportarten Geschwindigkeit und Kilometer gemessen.

Produktpakete oder freies Kombinieren

Durch die vielen Möglichkeiten, die der RS800CX Läuferinnen und Läufern, Radsportlern und Outdoor-Enthusiasten bietet, stellt Polar die Pakete Rad, Laufen und Multi mit den jeweils passenden Sensoren zur Verfügung. Für Individualisten gibt es alle Komponenten einzeln, um sich das perfekte Trainingstool zusammen zu stellen.

So profitieren alle von der neuartigen Datenübertragung des RS800CX, den innovativen Herzfrequenz-Funktionen von Polar, den umfangreichen Messungen an Körper und Umwelt. Einzelne Einheiten können mit dem RS800CX gleich per Tastendruck (z.B. nach einer Pause) miteinander verbunden werden. Zusätzlich können geplante Trainingseinheiten von der Trainingssoftware Polar ProTrainer5™ auf den RS800CX übertragen werden. Dafür hat Polar eine für alle zugängliche Trainingsplandatenbank erstellt.

Empfohlener Verkaufspreis RS800CX
€ 399,95 inkl. MwSt.
RS800CX BIKE inkl. Radsensoren
Geschwindigkeitssensoren W.I.N.D.
€ 429,95 inkl. MwSt.
RS800CX RUN inkl. Laufsensoren s3™
€ 499,95 inkl. MwSt.
RS800CX MULTI inkl. G3 GPS-Sensor
€ 499,95 inkl. MwSt.

2008 – Rückblick eines Fans

Das abgelaufene Jahr aus der persönlichen Sichtweise eines begeisterten Unterstützers und Daumendrücker der österreichischen Leichtathletik.

Man kann das verflossene Jahr sehen wie man will. Man kann sich als Dauerrauzer oder Gelegenheitsnörgler betätigen und zum x-tenmal den Untergang der österreichischen Leichtathletik beschwören. Meine Sache ist das nicht. Das Terrain des Schwarzmalens überlasse ich gerne den edlen Lohnschreibern der Tagespresse. Die sind im Hinhalten recht geübt. Schon vor Peking konnte ich vom „letzten Aufgebot“ der Leichtathleten in der Kronenzeitung lesen. Während der Spiele schoss der Kurier aus allen Rohren gegen den ÖLV. Hut auf vor soviel Häme.

Natürlich verlief das Jahr 2008 nicht wie ein Wunschkonzert. Nur zwei Leistungsträger waren bei der Hallen-WM in Valencia und drei waren in Peking dabei. Das ist nicht viel und beschert mir keinen manischen Schub. Eine exogene Depression aber auch nicht. Als Fußballfan ginge es mir weit schlechter.

Immerhin hatte Gerhard Mayers Scheitern am Finaleinzug bei den Olympischen Spielen mehr Format als Bernhard Kohls Stockerlplatz bei der Tour de France, wofür er sogar den Goldenen Rathausmann bekam. Auch hätte ich Günther Weidlinger eine bessere Zeit im Vogelneest gegönnt. Ich glaube aber nicht, dass Eva Maria Gradwohl mehr gelobt worden wäre, hätte sie im Smog von Peking statt dem 57. der 37. Platz erlaufen. Jede Lachnummer einer heimischen Fußballmannschaft bekommt eine ausführlichere Berichterstattung, obwohl eine Karikatur in einem Witzblatt genügen würde.

Natürlich kenne auch ich bessere Zeiten in der leichten Athletik. Schlechtere auch. Es hilft aber wenig, wenn ständig die frühere Zeit beschworen wird. Eine Zeit, in der der Schulsport noch nicht auf ein Liliputprogramm gekürzt worden war.

Auch die Dopingaffären in der Leichtathletik sind kein Ruhmesblatt. Dass der Veranstalter des Wien-Marathons gleichzeitig mit einer ehemaligen Vorzeigedame auch die ÖLV-Spitze zur Hölle schicken wollte, lag wohl nicht allein in einem Reflex begründet, war aber überzogen. Leider wird bei der Dopingthematik insgesamt oft auf hohem Niveau geschwiegen. Allein die Personalpolitik des LCC Wien hat die Kunstform von delphischer Größe.

Womit ich zu den Freuden eines Fans komme. Und deren gibt es genug. Damit meine ich gar nicht die österreichischen Rekorde, die es 2008 zuhauf gab. Es waren 16 (!) an der Zahl. Sie zeigen, dass man von einer Stagnation nicht reden kann. Nein, was mir imponiert hat, sind die unermüdlichen Kämpfer in der Szene. Jene Individualisten, die für sich selbst rackern und ihrem Verein und dem Verband Freude machen. Sie alle zu nennen, würde einen Folianten füllen.

Für mich gehören in erster Linie die Besessenen der Trainerzunft in die Auslage gestellt. Sie leben von gar keinem oder einem dünnen Bächlein Gold. Deren Engagement gehört meine Hochachtung.

Natürlich hat mir Andrea Mayr imponiert. Ihr Jahr war streng in Leid und Freud aufgeteilt. Trotz Rekord knapp am Olympialimit vorbei und dann nur mehr Gipfelglück. Zuletzt gewann sie sogar noch einen Berglauf in Nigeria und deklassierte als einzige weiße Läuferin die Weltgrößen der Langstrecke.

Ich freute mich über die Performance der jungen Aufstreber, die ich gar nicht alle nennen kann. Na ja, Bernhard Chudarek, Elisabeth Eberl, Dominik Distelberger, Julian Kellerer, Marina Schneider, Lukas Weissshaidinger und Manuel Prazak muss ich nennen. Etliche Athleten haben fernab großer Berichterstattung überrascht und persönliche Rekorde aufgestellt.



Martin Steinbauer hat ordentlich Gas gegeben, Andreas Rapatz hat sich im Laufe des Jahres kontinuierlich gesteigert, Clemens Zeller verbesserte neuerlich den 300m-Rekord, Benjamin Siart tanzte sich auf seine neue Rekordweite, Elisabeth Pauer sprang mit ihrem Speerwurfrekord über einen Quanten.

Bleibt noch zu erzählen, dass Renate Reingruber leider eine Krankheit plagte, dass Daniel Spitzl die Achillessehne zu schaffen machte, dass in keiner anderen Sportart so viele hübsche Mädchen zu finden sind, dass ich schon auf das Marathondebüt von Günther Weidlinger und Andrea Mayr gespannt bin, dass das Match zwischen Stephanie Graf und dem ÖLV ein Leckerbissen für jeden Konfliktforscher ist, dass ich ... hoppla, jetzt gehen die Pferde mit mir durch.

Das Jahr 2008 ist schon im Ziel und 2009 sitzt schon im call-room. Ich werde wieder fest die Daumen drücken. Großes Fan-Ehrenwort.

Herbert Winkler



Fotos: Austrian Top4, M. Mosshammer

Gugl Indoor 2009

5. Februar 2009, Intersport Arena Linz

Das Gugl Indoor Leichtathletik-Meeting 2009 in Linz setzt auf überregionale Spitzenleistungen und strebt eine große Beteiligung österreichischer AthletInnen mit Siegerplatzierungen und Podestplätzen an, um die (ober-)österreichische Leichtathletik nachhaltig zu fördern.

Erwartet wird ein internationales Teilnehmerfeld mit österreichischen Spitzenathleten und Top-Leistungen auf europäischem Niveau. Das Gugl Indoor 2009 ist eine Meeting-Partnerschaft mit dem Indoor Classic Vienna eingegangen. Diese Kooperation ermöglicht es den AthletInnen innerhalb von drei Tagen an zwei attraktiven Hallenmeetings an den Start zu gehen.

Promotionevent Stabhochsprung

Der Stabhochsprung der Männer ist als Promotionevent geplant. Es wird ein Teilnehmerfeld eingeladen, das eine Siegerhöhe zwischen 5,70m und 5,80m garantiert.

Regionales Highlight im Vorprogramm

Auch der Nachwuchs hat Gelegenheit, in einem Meeting dieser Leistungsklasse zu starten. Es findet ein Mannschaftsbewerb für Jugendliche Jahrgang 1995 und jünger der sechs besten oberösterreichischen Nachwuchsvereine bzw. Schulen statt.

Nähere Infos zur Teilnahme und Anmeldung: www.guglindoor.at
Zuschauereintritt frei.



PR

BUCHTIPP



Combined Events Annual

Das jährliche **Combined Events Annual** des Mehrkampf-Statistikers **Hans van Kuijen** wird ab Jänner 2009 für 27,50,- Euro erhältlich sein. Auf 216 Seiten ist eine Fülle von Informationen und statistischem Material rund um den Mehrkampf enthalten.

Bestellungen: hvankuijen@wxs.nl



50 Jahre gibt es den Leichtathletikverein **ATSV OMV Leichtathletik** – aus diesem Grunde wurde eine Festschrift produziert mit der Geschichte des Vereins, vielen Fotos und Zahlenmaterial.

Die Festschrift wurde dem ÖLV als PDF-File zur Verfügung gestellt, und kann unter folgendem Link geladen werden:

<http://www.oelv.at/downloads/50jahre.pdf>

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.

Terminvorschau

- 3.2.: Indoor Classic Vienna, Dusika St.
- 5.2.: Gugl Indoor Meeting, Linz
- 7.2.: Öst. U18-Meisterschaften, Linz
- 7./8.2.: ÖSTM Hallen-Mehrkampf, Linz
- 11.2.: ASVÖ Vienna Indoor Gala
- 21.2.: Österreichische Hallen Staatsmeisterschaften, Wien
- 6.-8.3.: Hallen EM, Turin (ITA)
- 14./15.3.: Winterwurf Europacup, Teneriffa (ESP)
- 15.3.: ÖSTM Crosslauf, Leoben
- 25.-29.3.: Masters Hallen-EM, Ancona
- 28.3.: Crosslauf-WM, Amman (JOR)



ÖLV BESTENLISTEN 2008

Die **Freiluft-Bestenliste** und die **Hallenbestenliste** 2008 stehen als druckbare PDF-Files auf der ÖLV Website unter:

<http://www.oelv.at/static/archiv.php>

Impressum

Herausgeber

Pressereferat des ÖLV in Kooperation mit



Inhaber

Österreichischer Leichtathletik-Verband

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

Redaktion

Andreas Maier

Robert Katzenbeisser

Anzeigen

christoph.michellic@leichtathletik.co.at

Internet www.oelv.at

E-Mail redaktion@oelv.at



Before, during, after sport.

„DIE BESTEN WINTER- TRAININGS-
BEDINGUNGEN VON GANZ EUROPA!“

Wolfgang Heinig, dt. Bundestrainer „Lauf“



Das Hotel Royal
Andalus lässt keine
Wünsche offen.

RUN – BIKE – FUN – WEEK - VACATION

Genießen Sie ein paar Tage am Meer - am Strand - wo Sonne scheint. Frönen Sie Ihrer Leidenschaft dem Ausdauersport in Spaniens südlichster Provinz. Laufen Sie frühmorgens am feinen Sandstrand in den Sonnenaufgang. Relaxen Sie mittags unter Palmen. Erkunden Sie nachmittags die einsamen Landstraßen mit dem Rad. Und diskutieren Sie darüber am Abend mit Freundinnen, Freunden und Betreuern. Erleben Sie Training in einer Gruppe mit Gleichgesinnten unter professioneller Anleitung. Wir erwarten Sie.

Auch 2009 bietet die LEICHTATHLETIK ein ein- oder (für alle die mehr wollen) ein zweiwöchiges Lauf- und Raderlebnis im Süden Europas, an der Costa de la Luz in Andalusien an. Entkommen Sie der Kälte und der Finsternis des heimischen Winters und sporteln Sie sich fit bei früh sommerlichen Temperaturen und Sonnenschein.

Termine

21.2. – 28.2.2009

28.2. – 07.3.2009

Oder beide Wochen (**10 % Rabatt!**)

Sportlicher Inhalt

Wir bieten Lauf- und Radtraining in der Gruppe an. Dabei trainieren Sie in Leistungsgruppen (von Anfängerin und Anfänger bis zum Profi), sodass Sie sich immer in Ihrer optimalen Intensität bewegen. Sie haben sogar die Möglichkeit mit einem Trainer Einzeltrainings zu vereinbaren, wenn Sie gezielt Fragestellungen erörtern wollen. Dass wir Ihnen für die Dauer des Aufenthalts einen individuellen Trainingsplan erstellen ist selbstverständlich (Kontakt unter www.trainingskonzepte.com). Und mit der Radstation im Hotel sehen Ihnen Rennräder in Profiqualität zur Verfügung. Somit kann die mühevoll Mitnahme des eigenen Rades entfallen.

Um Ihren Wissensdurst zu stillen, werden verschiedene Themen sowohl praktisch als auch theoretisch in Form von Übungen, Diskussionen und Vorträgen vermittelt.

Dazu gehören:

- Lauftechnik – wie ich besser werde ohne mehr zu trainieren
- Allgemeines Krafttraining – wie ich mich körperlich fit halte
- Schnelligkeitstraining – wie ich meine Geschwindigkeit nach oben schraube
- Ausdauerdiagnostik – wie ich das absolvierte Ausdauertraining auf Effektivität prüfe
- Kraftdiagnostik – wie ich das absolvierte Krafttraining auf Effektivität prüfe
- Koordinationstraining – wie ich Verletzungen vorbeuge
- Beweglichkeitstraining – wie ich meinen inneren Widerstand verringere
- Spezielles Krafttraining für Läuferinnen und Läufer- wie ich den äußeren Widerstand nutze

Weiters bieten wir zur leistungsdiagnostischen Unterstützung folgende sportwissenschaftliche Tests an:

- Körperfettmessung – Hautfaltenmessung mittels Kaliper an 10 verschiedenen Punkten
- Muskelfunktionstest – Überprüfung der Muskeln auf Verkürzung und/oder Abschwächung
- Normierte Optische Analyse – offensichtlich oberflächliche Istwerterhebung

Zusätzlich werden Sie mit einem Odlo-Laufshirt „TEAM LEICHTATHLETIK“ im Wert von € 40,- ausgerüstet.

Leitung

Dr. Christoph Michelic (Herausgeber der LEICHTATHLETIK, Leichtathletik-Lehrwart, jahrelange Erfahrung im Langstreckenlauf) und Mag. Günter Kolik (Sportwissenschaftler spezialisiert auf dem Gebiet der Trainingslehre, Leistungsphysiologie und Leistungsdiagnostik; Staatlicher Trainer Leichtathletik; 1986-2004 Leistungssport in der Leichtathletik über 800m und 1500m, 6-facher Österreichischer Meister, 47-facher Wiener Meister)

Unterkunft / Verpflegung

Das 4-Sterne Hotel Iberostar Royal Andalus liegt direkt am 14 km langen Sandstrand „Playa la Barossa“. Ein sportlerinnen- und sportlergerechtes Frühstücks- und Abendbuffet mit separatem Pasta-Buffer werden Ihr Herz höher schlagen lassen. Falls Sie alleine reisen sich aber ein Zimmer teilen wollen, bieten wir Ihnen unsere bewährte Partnerinnen- und Partnerbörse an.

Anreise

Wir möchten Ihnen eine möglichst kurze individuelle Anreise ermöglichen, daher ist der Flug im Preis nicht enthalten. Zielflughafen ist Jerez, von wo wir Sie dann ins Hotel transferieren (Kosten sind im Preis inkludiert). Unser Reisebüropartner CONSUL REISEN unterstützt Sie gerne bei der Buchung des Fluges (Richtpreis ca. € 300,-). Bitte beachten Sie, dass die Flugpreise bei rechtzeitiger und früher Buchung in der Regel viel günstiger sind.

Kosten

€ 489,- pro Sportlerin oder Sportler Halbpension (Partner oder Partnerin und Kinder auf Anfrage); Zimmer mit seitlichem Meerblick € 519,-
Aufzahlung EZZ/Tag € 13,-
5 % Rabatt für Stammkundinnen und Stammkunden von Vereinen Dieser Rabatt von 5 % kann nur einmal gewährt werden, ist aber mit dem Rabatt von 10 % für die Buchung beider Wochen kombinierbar.

Infos & Buchung

LEICHTATHLETIK :
christoph.michelic@leichtathletik.co.at,
Tel. +43 (0)676 / 83 441 8573
GÜNTER KOLIK :
office@trainingskonzepte.com,
www.trainingskonzepte.com,
Tel. +43 (0)699 / 111 76 919
CONSUL REISEN:
consul@consul.at, www.consul.at,
Tel. +43 (0)7242/56 1 56-0

Sie üben auf unserer Reise Sport auf eigenes Risiko aus. Für Unfälle und körperliche Schäden daraus haften wir auf keinem Fall, auch dann nicht, wenn allein, in einer Gruppe (mit oder ohne) Leiter trainiert wird. Wir empfehlen den Abschluss einer Reisekomplettschutzversicherung inkl. Stornoversicherung bei CONSUL REISEN. Preis- und Programmänderungen vorbehalten. Es gelten die Allgemeinen Reise- und Stornobedingungen für Gruppenreisen lt. ARB 1992. Kundengeldabsicherung gemäß Reisebüroversicherungsverordnung – RSV / Tarifstand Oktober 2008.

Die besten Wintertrainingstage



Cheriot's Of Fire



Anzeige