

Lukas Weißhaidinger –
 Diskusriese schuftet in eigener
 Wurfhalle. Mehr dazu ab Seite 7.



Foto: GEPA Pictures

AUF ZU NEUEN HÖHENFLÜGEN



Kira Grünberg überquert beim Gugl Indoor Meeting Anfang Februar starke 4,40m! Der österreichische Hallenrekord über 4,44m, aufgestellt von Doris Auer im Jahr 2001, scheint in greifbarer Nähe! „Ich weiß, dass ich den Rekord draufhabe“ gibt sich die 21jährige Tirolerin selbstsicher. Foto: Mirja Geh

Inhalt

Hallensaison 2015	2
Karriererückblick Günther Weidlinger	3
Lukas Weißhaidinger baut sich seinen Weg nach Rio	7
Horst Mandl geht in Trainerpension	8
Der Kampfrichter meint	9
Athletes Corner	12
Statistik	17

Story

Günther Weidliner lässt im Interview seine Karriere Revue passieren und spricht über seine Zukunftspläne. (GEPA Pictures)



EDITORIAL

Dr. Ralph Vallon
 ÖLV-Präsident

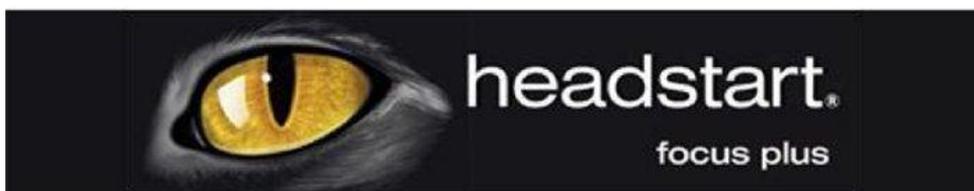


Finale der Hallensaison

Die bisherige Hallensaison ist aus meiner Sicht sehr positiv verlaufen. Unsere Spitzenathleten wie Beate Schrott, Kira Grünberg oder Jennifer Wenth präsentierten sich sehr gut in Form – die Vorfreude auf die Hallen-EM ist bereits zu spüren. Auch im Nachwuchsbereich ist ein Aufwärtstrend erkennbar. Unsere beiden U23-Mehrkämpferinnen Ivona Dadic und Verena Preiner hinterließen in den letzten Wochen einen starken Eindruck, die letztwöchige U20-Meisterschaft war eine der stärksten der letzten Jahre. Viele Talente brachten sich bereits jetzt in Position für die bevorstehenden Nachwuchs-Welt- und Europa-meisterschaften im Sommer.

An dieser Stelle möchte ich mich auch bei den Veranstaltern der zahlreichen Indoor-Events bedanken, die mit vielen Zuschauern wie beim guglindoor und mit einigen Jahresweltbestleistungen belohnt wurden. Für die dieses Wochenende stattfindenden Österr. Meisterschaften wünsche ich allen Athletinnen und Athleten viel Erfolg und einen positiven Abschluss der Hallensaison. Alles Gute!

Herzlich
 Ralph Vallon



Hallensaison nimmt Fahrt Richtung Prag auf



Die Hallen EM in Prag / Tschechien bildet den Höhepunkt der diesjährigen Hallensaison. Acht ÖLV-Athleten haben Limits für diese Meisterschaft erbracht, starten werden allerdings nur sieben, da Niki Franzmair seinen Studienaufenthalt in Eugene nicht unterbrechen wird. Kira Grünberg (ATSV Innsbruck) meisterte die Limithöhe gleich im ersten Wettkampf und steigerte ihre Hallenbestleistung beim gogl indoor auf starke 4,40m. Man darf gespannt sein wie die Staatsmeisterschaften verlaufen. Der Hallenrekord von Doris Auer aus dem Jahr 2001 (4,44m) ist ihr jedenfalls zuzutrauen.

Jennifer Wenth (SVS Schwechat) glänzte Ende Jänner mit einer Indoor Bestzeit über 3000m (9:06,25 Minuten) und unterbot das Limit für die EM (9:15 Minuten) deutlich. Ein Magen-Darm Infekt hatte sie Tags zuvor noch ausgebremst, ein Start unter besseren Vorzeichen lässt auf eine weitere Steigerung hoffen.



Andreas Vojta (team2012.at) hat das Limit über 1500 sowie 3000m auf Anhieb unterboten und führt knapp im Kontinentenduell gegen seinen österreichisch-australischen Teamkollegen Brenton Rowe. Dieser hatte am selben Tag wie Andreas das Limit für 1500m geknackt und mit 3:41,80min deutlich die Norm von 3:43,50 unterboten. Andreas' Saisonbestleistung steht bisher bei 3:41,09min auf 1500 und bei 7:59,95min auf 3000m, wo er beim Limitversuch Maßarbeit leistete (Norm 8:00,00min). Vojta und Rowe planen in Prag nur Starts über 3000m.



Beate Schrott (Union St. Pölten) fand nach zwei schwierigen Jahren wieder zu alter Stärke. Sie steigerte sich bis jetzt in jedem Rennen und ihre Saisonbestzeit steht bei 8,09 sec. Seit ihrem Umzug ins niederländische Arnhem trainiert sie permanent in der Trainingsgruppe um Rana Reider und der mutige Schritt scheint bereits Früchte zu tragen.

Andreas Rapatz (ULV Krems) lief auf Anhieb mit 1:47,72 min zu seiner bereits 5. Hallen Europameisterschaft.

Diskuswerfer Lukas Weisshaidinger (ÖTB OÖ) leistete sich einen mehr als erfolgreichen Abstecher zum Kugelstoß. Mit 18,97 m qualifizierte er sich beim gogl indoor souverän für das Großereignis in Prag.



Stefanie Bendrat (USLA Salzburg) steigerte ihre 60m Hürdenzeit auf tolle 8,13sec. (Limit 8,20sec.) und wird leider trotzdem nicht in Prag am Start sein. Die Jusstudentin lebt und trainiert seit Jahren in Salzburg, ist aber deutsche Staatsbürgerin – eine Einbürgerung wurde schon zwei Mal abgelehnt. Ein dritter Anlauf soll nun im Mai vom Ministerrat positiv erledigt werden.



Einige weitere ÖLV Athleten könnten sich noch für die Titelkämpfe in Tschechien qualifizieren. Eva Wimberger (ULC Linz Oberbank) schraubte im Sog der Hürdenasse ihre Bestleistung ebenfalls ein großes Stück nach oben. Mit ihrer Zeit von 8,32sec. über die 60m Hürden fehlen ihr nur 12 Hundertstel auf das Limit für die Hallen EM.

Es wäre mehr als erfreulich, wenn bei den Hallen Staatsmeisterschaften in Linz noch der eine oder andere Athlet auf den EM Zug aufspringen würde.

Günthers neue Projekte in der Sportpension

Bald ist ein Jahr vergangen seit dem Karriereende von Österreichs langjährigem Paradeläufer Günther Weidlinger. Im ÖLV-Nachrichten Interview¹ vor einem Jahr sprachen wir noch über seine läuferische Zukunft bis hin zur möglichen fünften Olympiateilnahme in Rio 2016. Heute sprechen wir mit Günther, wie es ihm in seiner ersten Zeit als „Laufpensionist“ ergangen ist und in welchen Bereichen wir zukünftig den Namen Weidlinger öfter hören werden.

ÖLV-Nachrichten: Nach einem Kollaps im Training für den Halbmarathon in Linz im April 2014, wo du noch den Streckenrekord angreifen wolltest, hast du dich relativ kurzfristig komplett vom internationalen Leistungssport verabschiedet. Ist dir dieser Rücktritt eigentlich schwer gefallen und hast du dir danach auch mal gedacht, du hättest doch weiter machen sollen?

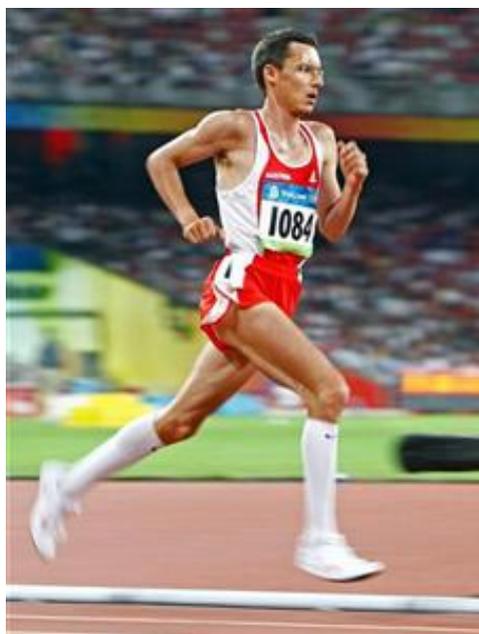
Günther Weidlinger: Ich bin absolut zufrieden mit dem was ich gemacht habe und ich stehe zu 100% zum internationalen Rücktritt auch aus gesundheitlichen Gründen. Heute bin froh darüber, dass ich mehr Zeit für die Familie und für neue Projekte habe.

Wenn du zurück auf deine lange Karriere blickst, gibt es dahingehend etwas was du im Rückblick anders machen würdest?

Ich bin mit meiner Karriere, wie ich sie geplant hatte, sehr zufrieden. Eigentlich ist alles so aufgegangen, wie ich es mir vorgestellt habe. In einem Interview im Jahr 2000 hatte ich bereits gesagt, dass ich bis 30 auf der Bahn aktiv bleiben möchte und danach zum Marathon wechseln möchte. Ich habe es dann auch genauso durchgezogen und würde wahrscheinlich auch nichts anders machen. Eventuell hätte ich in jüngeren Jahren etwas härter trainieren können, aber dadurch wäre auch das Verletzungsrisiko gestiegen und meine Karriere hätte sich dadurch eventuell verkürzt.

Dein Vater Heinrich war von Beginn bis zum Ende deiner Karriere dein

Trainer. Viele andere Trainer mit denen ich im Laufe der Jahre gesprochen habe, haben immer wieder gemeint, du solltest den Trainer wechseln. Stand das für dich bzw. für euch nie zur Debatte?



Das stand für mich wirklich nie zur Debatte. Im Jahr 1996 als ich 4.er bei der Junioren-WM in Sydney wurde, wurde mir seitens des ÖLV nahegelegt mir nun einen „richtigen Trainer“ zu suchen. Ich habe damals schon gesagt, ich habe bereits den besten Trainer den ich haben kann, und es war noch nie ein Österreicher besser platziert bei einer Junioren-WM, warum sollte ich also den Trainer wechseln. Für mich gibt es keinen besseren Trainer, als jemanden der bei jedem Training dabei ist und mein Vater kannte mich von Beginn an in und auswendig. Leute, die solche Aussagen getätigt haben, hätten mir sowieso zuerst einen besse-

ren Trainer nennen müssen, was nicht möglich gewesen wäre.

Du hast nach super Jahren über die Hindernisstrecke zuerst zu den 5000m, dann zu 10000m und erst danach zum Marathon gewechselt. Aktuell hältst du in der Allgemeinen Klasse alle Freiluft-Rekorde² auf olympischen Disziplinen zwischen 1500m und dem Marathon. Welcher Rekord bedeutet dir persönlich eigentlich am meisten und welcher wird aus deiner Sicht als Erster verbessert?

Ich glaube der 1500er Rekord wird als Erster weiter verbessert werden. Der ist nicht wirklich gut. Ich bin die 1500m nur einmal international aus dem Hindernistraining heraus gelaufen. Die Woche zuvor lief ich bereits mit 8:11,51 nahe an meine Bestzeit über die 3000m Hindernis in Ostrava. Der damalige 1500m Sieger Bernard Lagat (Anmerkung: zweitschnellster 1500m Läufer aller Zeiten) hat nach dem Rennen gemeint, ich kann mich sicher noch um 2 Sekunden verbessern. Für die Verbesserung in Frage kommen auf jeden Fall Niki Franzmair, wenn er sich auf die 1500m fokussiert und Andreas Vojta bei einem idealen Rennen. Die anderen Rekorde werden vermutlich noch länger Bestand haben.

Am meisten wert sind mir der 3000m Hindernisrekord (Anmerkung: 8:10,83), weil diese Zeit auch noch immer europäischen U23-Rekord bedeutet, und der Marathonrekord (Anmerkung: 2:10:47) weil dieser einfach der Wichtigste in der Laufszene ist. Die Bahnwettbewerbe sind für die Masse der Hobby-

läufer einfach nicht so interessant, wie der Marathon.

Beim heurigen Silvesterlauf in Peuerbach bist du erstmals als Sprecher beim Elitelaufl dabei gewesen. Hat dir diese Rolle Spaß gemacht, sodass wir dich nun öfter in dieser Funktion sehen werden oder war das eher eine einmalige Sache? Wie ungewohnt war für dich die Zuschauerrolle?



Das ist absolut etwas, was ich gerne und auch öfter machen möchte. Ich habe heuer bereits die Ehrung der OÖLV Athleten moderiert und bin auch für nächstes Jahr verpflichtet worden. Die Rückmeldungen waren durchwegs positiv. Im April darf ich auch den Linz Marathon auf ORF Sport+ kommentieren. Ich glaube ich habe den Einblick in die Läuferzene und kann mein Know-How als ehemaliger Leistungssportler einfließen lassen. Mit der Aktion „Schule läuft“ und einer Kolumne in den Oberösterreichischen Nachrichten habe ich ein rundes Paket rund um den Linz Marathon. Vor vielen Jahren wurde ich auch bereits gefragt, ob ich nicht den Vienna City Marathon kommentieren möchte. Aber der damalige ORF-Sportchef hat dann ab-

gelehnt, dass das ein aktiver Sportler macht.

Die Zuschauerrolle in Peuerbach war für mich nicht ungewohnt, da ich die Entscheidung bewusst getroffen habe und dadurch vorbereitet war. Ich bin sehr stolz und froh, dass ich mich bei dieser Veranstaltung weiterhin einbringen darf und dort einen gewissen Namen habe und noch immer von den Zuschauern gewürdigt werde. Große Freude bereitet mir auch, dass meine Startnummer 29 mir zu Ehren nicht mehr vergeben wird.

Bei den Gugl Games 2014 warst du in die Organisation eingebunden. 2014 besuchten noch viel weniger Zuschauer die Veranstaltung³ als ein Jahr zuvor, obwohl es teilweise internationale Spitzenleistungen gab. Was waren aus deiner Sicht die Hauptgründe für das Ausbleiben der Zuschauer?

Ich war zuständig für den Athletentransport und die Logistik. Das heißt für den Transport vom Flughafen zum Hotel, sowie vom Hotel ins Stadion und wieder zurück. Das hat alles reibungslos funktioniert und ich habe die Aufgabe zu aller Zufriedenheit gelöst. Im Vorjahr war die Entscheidung der Durchführung sehr kurzfristig und das Publikum war durch die Fußball WM davor sicher sportgesättigt. In der Presse gab es durch die kurzfristige Planung kaum freie Plätze und auch für sonstige Promotion war wenig Zeit. Als Kritik müssen wir uns allerdings auf jeden Fall den Opening Act von Conchita Wurst gefallen lassen. Das war eine der wenigen Möglichkeiten Conchita live zu erleben und wir hätten das sicher besser vermarkten müssen. Es hat uns trotzdem gewundert, dass das gar nicht angenommen wurde, aber auch das ISTAF in Berlin hatte ein ähnliches Zuschauerproblem nach der Fußball WM. Mit dem guglindoor⁴ ist der OÖLV allerdings sehr zufrieden. Ich war aufgrund eines Marathonvorbereitungsseminars nicht im OK-Team, sondern nur als Zuschauer mit meinen Teilnehmern

mit dabei, aber es war sicher doppelt so gut besucht wie im Vorjahr.

Für European Athletics⁵ leitest du ehrenamtlich die namhafte Athletenkommission⁶ für die nächste Periode (2014-2018). Wie oft trifft sich diese Kommission und was nehmt ihr euch für diese Periode vor?



Wir treffen uns zweimal pro Jahr. Einen Tag nach der Hallen-EM in Prag am 9. März gibt es das nächste Treffen. Derzeit wollen wir uns um Aufklärung im Antidoping Bereich bemühen, da es hier sehr viele Probleme in letzter Zeit gab. Gleichzeitig gilt es die Leichtathletik wieder mehr in den Mittelpunkt zu rücken. Wir reden über eine neue europäische Meeting Serie und auch das Qualifikationssystem soll grundlegend überdacht werden. Weiters wollen wir die Sponsor-Regularien ändern. Wir denken, dass zwei nationale Sponsoren statt einem erlaubt werden sollten. Dadurch könnten die nationalen Verbände mehr Sponsorengelder lukrieren. Wir sprechen auch über ein europäisches System den Leistungs- und Präventivsport zusammenzuführen und europaweit zu vereinheitlichen. Der französische Verband hat den kompletten Breitensport unter seine eigenen Fittiche genommen und das läuft richtig gut. In Österreich ist eine solche Änderung aber sicher ein schwieriges Unterfangen. Es kommen auf jeden Fall viele Meinungen bei solchen Sitzungen zusammen und man bekommt auch viele Einblicke wie die

Situation in anderen Ländern ist. Die letzte Sitzung hatten wir im Headquarter in Lausanne und auch der EAA Präsident Hansjörg Wirz war mit dabei. Ich habe auch die Möglichkeit genutzt, um den Kontakt mit Jean Gracia, der als Favorit unter den Nachfolgern gilt, herzustellen. Ich tausche mich bereits per E-Mail mit ihm aus.



Beim ÖLV hast du derzeit keine Funktion. Ist jemand seitens des Verbandes nach deinem Karriereende auf dich zugegangen oder interessiert dich eine Position als Funktionär oder Trainer prinzipiell nicht?

Es ist eigentlich niemand auf mich zugekommen. Wenn meine Erfahrung gefragt ist, dann wird sich sicher jemand melden. Ich selbst werde mich sicher nicht aufdrängen. Bei der EAA und beim ÖÖLV darf ich meine Erfahrungen einbringen. Ich habe kein Problem,

wenn ich beim ÖLV nicht dabei bin, aber bin trotzdem gerne bereit, wenn man mich braucht.

Derzeit mache ich die Instruktorausbildung aus privaten Gründen, weil es mir Spaß macht. Als zurückgetretener Athlet habe ich nun die Zeit dafür. Es ist schön zu lernen, was man zum Beispiel für Wurfdisziplinen trainieren muss. Trotzdem werde ich nie Werfer trainieren, aber ich weiß, zu wem ich Talente schicken kann. Für den ÖÖLV habe ich bereits Stützpunkttrainings für den Nachwuchskader geleitet und die Athleten waren begeistert. Das mache ich auch gerne wieder. Solange ich keine fertige Trainerausbildung habe, werde ich mich nie als Trainer bezeichnen, auch aus Respekt gegenüber denjenigen, die die Ausbildung absolviert haben.

Aufgrund deiner fünfzehnjährigen Zeit als Heeressportler kannst du noch zwei Jahre das Förderprogramm des Bundesheeres für Spitzensportler zum Wiedereinstieg ins Berufsleben in Anspruch nehmen. Wie wirst du die verbleibende Zeit weiter nützen und in welchem Berufsfeld werden wir dich in Zukunft sehen?

Bei meinem Sportmanagementstudium bin ich in der Endphase. Mir fehlen

noch eine Prüfung und die Masterarbeit. Auch die Instruktorausbildung habe ich beim Bundesheer eingereicht. Wo ich beruflich in Zukunft zu sehen bin, weiß ich nicht. Die Projekte „Schule läuft“ und „Brainrunning – Bewegung macht schlau!“ mit der Sportunion machen mir derzeit genauso Spaß, wie meine Kolumne zum Linz Marathon in den Oberösterreichischen Nachrichten und in Zukunft auch die Berichte für das Magazin „Laufsport Marathon“. Von wem ich die nächsten dreißig Jahre meine Lohnzettel bekomme, weiß ich noch nicht, aber die neue Arbeit wird mir sicher genauso viel Spaß machen wie der Leistungssport.

Sehen wird man mich beim Austrian Athletics Award am 2. März. Ich habe mich ein bisschen geärgert, dass ich im Vorjahr nicht dabei war, denn ein Gespräch mit Sergey Bubka hätte mich schon sehr interessiert. Dieser Abend wird aus leichtathletischer Sicht mein nächstes Highlight. ÖLV-Sportdirektor Hannes Gruber hat mir gesagt, dass mich dort etwas Besonderes erwartet. Ich liebe Überraschungen und die Vorfreude darauf wird jeden Tag größer!

Danke für das Gespräch und weiterhin alles Gute!

Weblinks

- ¹ http://www.oelv.at/UserFiles/Newsletter/nachrichten_01_14.pdf
- ² <http://www.oelv.at/lists/statistik.php?association=5&ageGroup=2&location=out>
- ³ http://www.nachrichten.at/sport/mehr_sport/Leichtathletik-Linz-und-Wurschtigkeit;art109,1443551
- ⁴ <http://guglindoor.at>
- ⁵ <http://www.european-athletics.org/>
- ⁶ <http://www.european-athletics.org/european-athletics/who-we-are/commissions.html#EAAAthletesCommission>



GEMEINSAM GEWINNEN

Offizieller Ausstatter der Österreichischen
Leichtathletik Nationalteams
www.erima.at



erima®

SPORTSWEAR SINCE 1900

Auf den Spuren der ÖLV Rekordhalter – Lukas Weißhaidinger baute sich sein eigenes Trainingszentrum

Eine Trainingsstätte ganz für sich allein, zugänglich 365 Tage im Jahr, 7 Tage die Woche, 24 Stunden am Tag? Klingt wie ein Traum? Diesen Traum hat sich Diskuswerfer Lukas Weißhaidinger erfüllt.

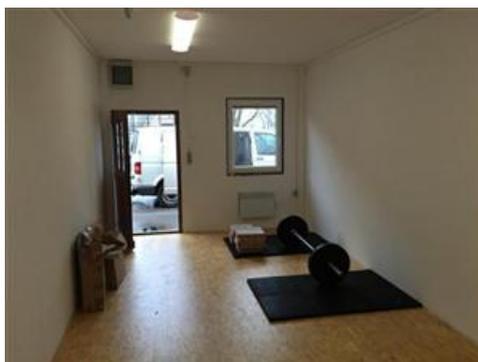


In der Nähe seines Heimatortes Taufkirchen an der Pram, am Bauernhof seines Bruders steht sein Wurfhaus mit anschließender Kraftkammer. Die Idee dazu entwickelte sich eigentlich aus der Not. Nachdem der Oberösterreicher Ende letzten Jahres aus dem Projekt Rio 2016 ausschied, wurden Fördergelder knapp und somit fehlt das Geld für zukünftige Trainingslager.

„Für Diskus musst du aber einfach regelmäßig werfen. Bis zur letzten Saison konnten wir zu speziellen Zeiten in einer Turnhalle mit Plastikdisken gegen ein Netz werfen“, erklärt der Athlet des ÖTB LA. Um international mithalten zu können, boten diese Möglichkeiten allerdings keine passenden Rahmenbedingungen. „Der Wunsch nach einem ständig benutzbaren Trainingszentrum war schon lange da. Als wir uns über die Kosten zu dem Vorhaben informierten, platzte der Traum allerdings relativ schnell – für uns alleine ohne Unterstützung war es einfach unerschwinglich.“ Durch Luki's Sponsoren „Kornspitz“ und „Wiehag“, die ihm finanziell unter die Arme griffen, konnte das Projekt dennoch realisiert werden.

Die Bauphase des 72m² großen und 10m hohen Wurfhauses begann daraufhin im letzten Herbst und an den

trainingsfreien Wochenenden packte Luki mit seinem Trainer Sepp Schopf ordentlich mit an. Der angrenzende Kraftraum mit Hantelset ist bereits seit Dezember in Betrieb. „Davor hatte ich keine Möglichkeit für klassische Gewichtheberübungen wie Reißen und Umsetzen. Ich bemerke bereits einen deutlichen Kraftzuwachs, welcher sich auch auf die Kugel auswirkt“ schmunzelt der Taufkirchner, der sich beim indoor Meeting mit starken 18,97m für die Hallen EM in Prag qualifizierte. Den Diskus tauscht er nur kurz gegen die Kugel ein, denn eigentlich hatte er sich auf den Langwurf spezialisiert: „Aufgrund der hohen Limits im Diskus greife ich aber ab und zu zur Kugel. Die Halle bietet mir eine gute Gelegenheit, bei meinen Erfolgen ein Großereignis aufweisen zu können.“



Für die Vorbereitung auf die Olympischen Spiele 2016 im Diskuswurf wird Luki bestens gerüstet sein. Schon in ein paar Wochen wird er mit echten Disken und Stäben gegen ein Netz werfen können und später wird auch ein Tor errichtet, um dann aufs Feld hinauszuwurf. „Der Ring ist derselbe, der auch im Berliner Olympiastadi-

on zu finden ist und das Netz holen wir uns aus Chemnitz. Da hat sogar schon der fünffache Weltmeister und Olympiasieger Lars Riedel dagegen geworfen. Das verleiht dem Ganzen einen Hauch Nostalgie“, erzählt der Werfer, dessen Vorfreude in der Stimme nicht zu überhören ist. Bis zur Hallen EM wird er sich noch der Kugel widmen.

Das Verhältnis von Diskus zu Kugel im Training betrug in der Vorbereitung 2:1. „Gegen Mitte Jänner verschob sich dann das Verhältnis zugunsten der Kugel“, ergänzt der Diskus U20 Europameister von 2011.



Luki ist mit seiner eigenen Trainingsstätte allerdings nicht der Erste im Kaderkreis des ÖLV. Neben ÖLV Speerrekordlerin Elisabeth Pauer, die sich in Graz neben ihrem Elternhaus ihre eigene Trainingshütte hinstellte, feilt auch Diskuswerfer Gerhard Mayer in seinen eigenen Räumen am Grund des Onkels an seiner Technik. Der ÖLV Rekordler (65,24m aus dem Jahr 2010) hat dort bereits tausende Würfe absolviert und sich so in der Weltspitze etabliert. Na wenn das mal kein gutes Omen ist...

Horst Mandl geht in Pension

Beruflich ist der ehemalige Direktor der Sporthautschule Graz bereits seit 1996 in Pension, jetzt nach der Hallensaison geht er auch als Trainer in Pension, im Alter von 79 Jahren. Aber nicht ohne für seine Trainingsgruppe gesorgt zu haben: „Durch den unerwarteten Abgang eines Trainers vergrößerte sich meine Trainingsgruppe beim ATG von 9 Athleten auf 16. Ich stand noch immer 5 Tage pro Woche am Platz, aber aus gesundheitlichen Gründen und aufgrund meines Alters muss ich mich jetzt leider zurückziehen. Mit dem ehemaligen starken Weitspringer Werner Prenner – er ist auch der Onkel von Heimo Kaspar – und dem Werfer Engelbert Stampfl konnten zwei sehr gute neue Trainer für den ATG gewonnen werden.“



Horst mit der österr. U18 Rekordstaffel des ATG

Die meisten Leser werden Horst Mandl als erfolgreichen Trainer von steirischen Athleten und als ehemaligen ÖLV Nationaltrainer für den Mehrkampf kennen – Severin Chum und Heimo Kaspar sind zwei der noch aktiven Staatsmeister seiner Trainingsgruppe. Horst führte Elisabeth Pauer und Elisabeth Eberl an die nationale Spitze und legte die Basis für ihre internationale Karriere; Thomas Tebbich, Klaus Ambrosch, Ulrike Kleindl und viele andere kamen auch aus seinem Stall. Besonders viel Freude hat ihm das Training mit seinen Kindern Jürgen und Anja bereitet: Jürgen brachte es als

Zehnkämpfer und Anja im Dreisprung zu Staatsmeisterehren. „Es war schön zu sehen, wie die Begeisterung für die Leichtathletik auf die Kinder überging!“



Horst mit Gregor Högler, Elisabeth Pauer und Elisabeth Eberl

Horst Mandl war auch als Athlet sehr erfolgreich, obwohl er sehr spät zur Leichtathletik kam. „Ich unterrichtete auf einer steirischen Alm in einer Volksschule, dort gab es für mich keine Möglichkeit zum regelmäßigen Sport. Bei einem Bergturnfest, als ich über die umgestochene Grube hinaussprang, wurde man auf mich aufmerksam – ich begann dann wenigstens am Wochenende in Graz zu trainieren und absolvierte dann meinen ersten Zehnkampf im Alter von 24 Jahren (1960: 5454 Punkte). Im Herbst 1962 bekam ich eine Stelle als Lehrer in Graz und konnte nun mit dem regelmäßigen Training beginnen. Mit Prof. Günther Bernhard, dem späteren Leiter der Grazer Sportuni, fand ich einen sehr guten Trainer.“ Der Spätstarter entwickelte sich dann rasch weiter, 1965 verbesserte er erstmals den österreichischen Zehnkampfrekord, 1966 war er bei seiner ersten Europameisterschaft im Zehnkampf dabei, und 1968 qualifizierte er sich in Schielleiten für die olympischen Spiele. Mit den beiden Oberösterreichern Walter Dießl und Gert Herunter waren gleich drei österreichische Zehnkämpfer in Mexiko City am Start. „Leider habe ich mich im Vorfeld verletzt, und schaffte dann im Hochsprung aufgrund der Verletzung keine gültige Höhe – damit war der olympische Traum

für mich schon nach 4 Bewerben vorbei.“ Seine stärkste Saison hatte Horst dann 1969 – er verbesserte den österreichischen Rekord auf 7624 Punkte, bei den Europameisterschaften in Athen belegte er den guten 6. Platz und bei dem internationalen Mehrkampfmeeting in Schielleiten wurde er Dritter. „Von 1968 bis 1972 gab es in Schielleiten ein hervorragend besetztes internationales Mehrkampfmeeting. Mein Trainer hatte gute internationale Kontakte und organisierte mit dem Sektionsleiter vom ULC Graz – Dr. Paul Haase – dieses Meeting, welches faktisch der Vorläufer von Götzis war.“



Bis zum Alter von 36 Jahren trainierte Horst dann weiter Zehnkampf und blieb auf einem hohen Niveau – insgesamt konnte er 26 Staatsmeistertitel gewinnen. Beachtlich sind seine 9 Titel in Serie im Dreisprung – hier hatte er eine Bestleistung von 15,04 Meter. Den österreichischen Rekord im Fünfkampf konnte er 3x verbessern, jenen im Zehnkampf 5x.

Damit war seine Laufbahn als Leichtathlet aber noch nicht beendet: „Nach der Saison 1968 hatte mein Trainer beruflich keine Zeit mehr. Dadurch musste nicht nur ich mich neu orientieren. Ich begann dann 1969 auch andere Athleten vom ULC Graz zu betreuen, ua. meine spätere Frau Doris Langhans, sowie die Mehrkämpfer Huber König und Harald Gossar. Nach 1972 trainierte ich selbst noch mit meinen Athleten mit um fit zu bleiben – vor allem die Sprünge und Krafttraining.“

So kam es dass Horst mit 40 Jahren nochmal Platz 7 bei den Staatsmeisterschaften im Zehnkampf schaffte (6406 Punkte) und mit 2,02 Meter noch eine Bestleistung im Hochsprung aufstellte.

Der Zehnkampf war damals auch ein Masters Weltrekord M40. „In Zagreb, bei einem Wettkampf für Masters, hatte ich sehr gute Leistungen in den Sprüngen, worauf mich dann ein Athlet aus England motiviert hat, bei internatio-

nen Seniorenmeisterschaften zu starten. So blieb ich dann noch bis zum Alter von 66 Jahren aktiver Wettkämpfer.“ Bei den Masters brachte er es dann auf 30 Medaillen bei Welt- und Europameisterschaften (20x davon Gold). Weltrekorde konnte er im Hoch- und Dreisprung in den Klassen M40-M65 aufstellen.



In seiner Zeit als Trainer brachten es seine Athleten auf über 200 österreichische Meistertitel: „Als Sportlehrer habe

ich die Titel noch gezählt – bei 200 habe ich dann aber aufgehört zu zählen. Da ich in einer Sportschule unterrichtet habe, konnte ich hier viele Athleten zur Leichtathletik bringen. Erwin Weitzl, Gottfried Wittgruber, Sigi Palz und Elke Wölfling gingen beispielsweise in die Sporthauptschule in Graz. Der Sportlehrer ist hier eine wichtige Person für eine mögliche Sportkarriere junger Athleten – die meisten Talente werden ja in der Schule entdeckt, hier wäre ein Schwerpunkt zu setzen, wenn es um die Nachwuchsförderung in der Leichtathletik geht.– Aber es ist auch wichtig, den Athleten nach ihrer Schulzeit in einem Verein ein gutes Umfeld zu bieten.“

Wir wünschen Horst alles Gute in seiner „Leichtathletik-Pension“ und bedanken uns für die vielen Erfolge für die er mitverantwortlich war.

Robert Katzenbeisser

Der Kampfrichter meint ... zum Thema eigene Geräte

In den IWR (Internationalen Wettkampfregelein) besagt zwar Punkt 187.2, dass Wettkämpfer eigene Geräte auch anderen Athleten zur Verfügung stellen müssen. Es besteht aber bereits seit längerer Zeit eine nationale Bestimmung des ÖLV, wonach dies für Speere ausgeschlossen wird. Vor einigen Jahren wurde diese Aus-

nahme auch auf Hämmer und Disken ausgedehnt. Für Kugeln gilt Regel 187.2 daher weiterhin.

Jedenfalls aber müssen eigene Geräte vor der Veranstaltung rechtzeitig zur Kontrolle gebracht, wo sie als überprüft gekennzeichnet werden.

Adolf Rieck



YOUR RUN ONLY SMARTER



SMART COACHING

since 1977

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



Ausdauerprogramme

Erreiche deine Ziele mit den persönlichen Trainingsprogrammen fürs Laufen oder Radfahren



Fitness Test

Zeigt dir, wie sich deine Fitness positiv verändert



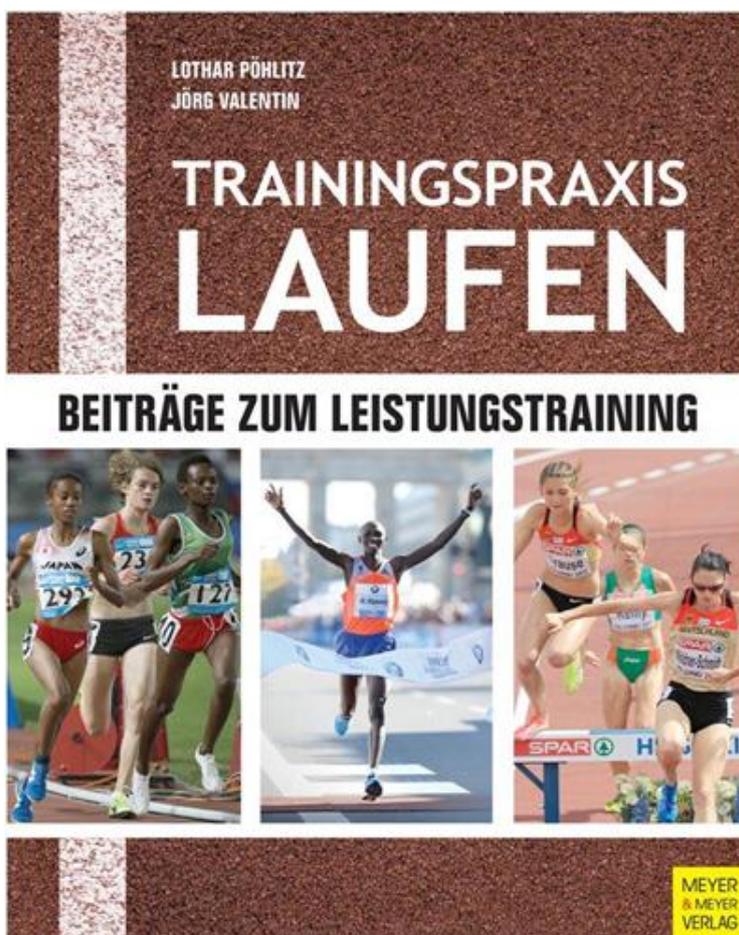
Running Index

Illustriert, wie sich deine Laufökonomie verbessert

Buchvorstellung: TRAININGSPRAXIS LAUFEN

Trainingspraxis Laufen: Beiträge zum Leistungstraining. Das 3. Buch von Lothar Pöhlitz ab März im Meyer & Meyer – Verlag.

Im Sonderheft FRÜHJAHR 2015 kündigt der Meyer & Meyer Sportverlag in seiner Neuheiten – Vorschau u.a. das 3. Buch von Lothar Pöhlitz für März 2015 an. Er hat es zusammen mit Chefredakteur vom www.conditionmagazin.de Jörg Valentin – der in den 90iger Jahren zu seiner Trainingsgruppe gehörte – erarbeitet. Wie in seinen bisherigen 2 Fach-Büchern, in denen bereits umfassend die Praxis der Lauftrainingsmethodik dargestellt wurde und in der seit 2006 auch im nahen deutschsprachigen Ausland gefragten online-Trainingslehre unter www.la-coaching-academy.de finden Lauf-Trainer, Läufer aller Altersklassen, Sportlehrer und Sportstudenten erneut vielfältige Beiträge rund um das Leistungs- und Hochleistungstraining im Laufen. Auf ca. 500 Seiten in Farbe, mit vielen Tabellen, Abbildungen und ca. 200 Fotos werden praxisnahe Problemlösungen aus langjährigen Erfahrungen im Hochleistungstraining – u.a. 18 Jahre als Olympia- und DLV-Bundestrainer – für das Training in den Mittel- und Langstreckendisziplinen, im Hindernislauf und im Marathon angeboten.



Athletes Corner – Ein Tag im Leben von Benjamin Grill

In der neuen Serie „Ein Tag im Leben von...“ begleiten wir in der ersten Ausgabe den Sprinter und Feuerwehrmann Benjamin Grill in seinem Alltag. Durch den Schichtdienst bei der Berufsfeuerwehr Wien ist seine Freizeit ohnehin knapp bemessen – und diese nützt er fast zur Gänze für sein Training.

06:30

Während andere noch tief und fest schlafen, ist Benjamin am Weg nach Hause von der Arbeit. Die drei Stunden zuvor konnten zum Schlafen genutzt werden, davor stand nächtlicher Streifen dienst am Programm. Der 29-jährige Sprinter ist im Hauptberuf Feuerwehrmann bei der Berufsfeuerwehr Wien und im Nebenberuf Sprinter. Neben seinen 24h Diensten schuftet er vier Mal die Woche für Bestzeiten.



Auf dem Heimweg wird noch schnell bei der Stammbäckerei Wagner im 15. Bezirk in Wien vorbeigeschaut. Der Bäcker kennt Benjamin und seine Bestellungen schon gut – ein paar Scheiben Brot und der morgendliche Kaffee dürfen da nicht fehlen. „Hier gibt's das beste Roggenbrot der ganzen Stadt“ schwärmt Benjamin. Danach geht's nach mehr als 24 Stunden endlich in die eigene Wohnung, in der er seit 24

Jahren lebt- zuerst mit seiner Mutter und seit einigen Jahren nun alleine. „Ewig wohne ich aber nicht hier. Irgendwann möchte ich ein Haus in der Nähe von Wien – spätestens wenn die Familienplanung voranschreitet“ schmunzelt Benjamin.



09:00

Der Schlaf in der Nacht war von kurzer Dauer. Der fünffache Staatsmeister legt sich noch eine Stunde hin, um für das Training am Nachmittag fit zu sein. In den 24 Stunden Diensten gibt es eine offizielle Schlafenszeit von 22.00–06.00. „Dadurch, dass wir auch im Sicherheitsdienst tätig sind, müssen wir allerdings fast jede Nacht ausfahren. Ein paar Stunden Schlaf gehen sich aber zumindest immer aus“ erzählt Benjamin. An Energie, die er fürs Training aufbringt, mangelt es ihm trotzdem nicht: „Mein Leben ist komplett auf den Sport ausgerichtet. Ich möchte sehen, wie schnell es geht! Einen starren Trainingsplan halte ich aber schon länger nicht mehr ein – nach einem anstrengenden Dienst mit vielen Einsätzen macht zum Beispiel ein Schnelligkeitstraining wenig Sinn. Dies wird dann durch eine regenerative Einheit ersetzt.“

11:00

Der Vormittag wird genutzt, um die ungeliebte Hausarbeit zu erledigen. Die Uniform für die Arbeit wäscht sich eben nicht von alleine. Leichter fällt dann schon die Zubereitung des Mittagessens. „Kochen zählt zu meinen größten Hobbies und ich ernähre mich sehr bewusst. In den letzten Jahren habe ich viele verschiedene Ernährungsformen ausprobiert. Von der Atkinsdiät ohne Kohlenhydrate über glutenfreie Ernährung bis hin zu Superfoods. Konstant bleibt aber mein Cheat – Day. An jedem Sonntag belohne ich mich für die Woche und esse, wonach ich Lust habe.“ Heute steht ein trainingsgerechtes Gericht auf dem Speiseplan: Championrisotto mit Lachs.

15:00

Vor dem Training schaut Benjamin wie so oft einen Sprung bei seiner Oma vorbei. Für das Privatleben bleibt ohnehin nicht viel Zeit, Familie und Freundin bekommen Benjamin leider viel zu selten zu Gesicht. „Mein Leben besteht aus Arbeit, Training und Schlaf. Für anderes bleibt wenig Zeit“. Auch deswegen lässt er sich seinen Besuch im Geschäft seiner Großmutter – sie ist seit über 50 Jahren Schneidermeisterin - nicht nehmen. Zum Plausch gibt's einen Kaffee und dann muss sich Benjamin auch schon wieder auf den Weg machen- das Training ruft!

17:00

Pünktlich auf die Minute erscheint Benjamin im Dusika Stadion in Wien. Mit Trainingstasche und zwei großen Plastiksäcken mit jeglichem Trainingsmaterial ausgerüstet fuhr er 30 Minuten

durch den Wiener Abendverkehr. „Mit so viel Gepäck ist es mit dem Auto angenehmer als mit den öffentlichen Verkehrsmitteln.“ Die Dusika Halle ist zu der Zeit gut besucht. Neben vielen (Kader-)Athleten tummeln sich auch einige Hobbyläufer, Radfahrer drehen ihre Runden um die Bahn und geschätzte 40 Kinder legen nebenan die Grundsteine für eine Karriere an Ringen, Barren und Reck.



Seit Ende letzten Sommers trainiert Benjamin mit seinem Vater – die räumliche Distanz zum vorherigen Coach Edi Holzer war einfach zu groß. „Durch die Arbeit bin ich auch leider nicht flexibel und kann nur zu gewissen Zeiten trainieren. Mein Vater ist sehr engagiert und teilt sich seine Zeit so ein, dass er bei meinen Trainings dabei sein kann.“ Die lange Aufwärmphase vor dem Sprinttraining absolviert Benjamin noch alleine. Eine gute Stunde wird mobilisiert, eingelaufen und die Muskulatur massiert. „Mit der Massagerolle arbeite ich sehr viel. Bei Trainingseinheiten vor den Wettkämpfen steht die Qualität im Vordergrund. Ich beginne kein intensives Training, solange nicht alle meine Muskelfasern in dieselbe Richtung schauen.“

Pünktlichkeit scheint in der Familie zu liegen, denn der Vater von Benjamin erscheint genau um die vereinbarte

Uhrzeit. Das heutige Programm hat er genau im Kopf: „Wir machen zuerst 4x40m, danach 4x20 und setzen die Zeitmessung nach 10m und 20m. Dann schauen wir mal, wie’s dir geht.“ erklärt der Vater bestimmt. Die Läufe selbst verfolgt er aus sicherer Entfernung, um danach ein direktes Feedback zu geben. „Das ist extrem wertvoll für mein Training und ich freue mich, dass mich mein Vater so unterstützt“ so ein motivierter Benny. Ein Lauf nach dem anderen wird abgespult, zwischen zwei Trainingsblöcken gibt’s einmal 10 Minuten Pause. Diese werden genutzt um das Training zu besprechen. „Wie hast du dich gefühlt?“ setzt der Vater einen qualitativen Schwerpunkt im Training. Benjamin ist gut gelaunt und dennoch sehr fokussiert. Die Zwei wirken wie ein eingespieltes Team. Weil das Training so gut läuft, wird noch ein Start draufgesetzt.



Anschließend macht sich im Gesicht des Feuerwehrmanns neben Freude auch etwas Erleichterung breit: „Das war ein gutes Training in Hinblick auf die nächsten geplanten Starts und ich bin gespannt, welche Zeit am Ende der Hallensaison herauschauen wird.“

20:00

Die Halle leert sich zunehmend und auch Benjamin packt zufrieden seine Sachen zusammen. Bei den Hallen-Staatsmeisterschaften will er sich das Limit für die Hallen EM in Prag zum Ziel machen. „Wenn mein Plan aufgeht, renne ich in drei Wochen in Tschechien. Für den Sommer hab ich mir eine weitere Verbesserung meiner Technik, die ich vor eineinhalb Jahren umgestellt habe, vorgenommen.“ Für heute heißt es Feierabend.



Vielleicht kann er seine Freundin – übrigens ehemalige Leistungssportlerin – dazu überreden, ihn zu mobilisieren. „Für Regeneration, wie Massage, Sauna oder Kältebecken bleibt nicht allzu viel Zeit in meinem Alltag, daher unterstützt mich meine Freundin wo sie kann.“ Oder es wird einfach auf der Couch entspannt, denn der nächste 24 Stunden Dienst beginnt schon wieder am nächsten Morgen in aller Früh.

Nachgefragt bei Karin Strametz

Mit der neuen Kategorie „Nachgefragt bei...“ haben wir uns zum Ziel genommen, junge, aufstrebende Talente ins Rampenlicht zu stellen. In der ersten Ausgabe haben wir bei der steirischen EYOF Teilnehmerin Karin Strametz (SU Kärcher Leibnitz) nachgefragt. Die Siebenkämpferin, die von Martin Zanner trainiert wird, ist weiters im Dreisprung sehr erfolgreich, wo sie sich 2014 zur Staatsmeisterin in der Halle kürte.



Meine Wintervorbereitung verlief... sehr gut. Ich hab ohne Verletzung oder Krankheit durchtrainieren können. An Kleinigkeiten müssen wir zwar noch arbeiten, aber meine jetzige Form stimmt.

Mit meinen bisherigen Leistungen in der Halle... bin ich zufrieden, allerdings sehe ich noch in einigen Disziplinen Steigerungspotenzial.

Mein nächster geplanter Wettkampf... sind die österreichischen U18 und U20 Meisterschaften in Linz.

Mein Ziel für heuer... ist die Teilnahme an der U18 Weltmeisterschaft in Cali/ Kolumbien.

Als Kind war ich... schon sportbegeistert.

Mein Traumberuf wäre... Sportpsychologin oder Lehrerin für Sport und Italienisch.

Ich schätze an Menschen... Ehrlichkeit, Verlässlichkeit, Humor und Offenheit.

Glücklich bin ich, wenn... ich das erreiche, was ich mir vorgenommen habe.

Gar nicht gerne trainiere ich... draußen bei extremer Hitze.

Eine besondere Gabe meines Trainers Martin Zanner ist... seine Zielstrebigkeit.

In zwanzig Jahren werde ich... meine sportlichen Ziele erreicht haben, wahrscheinlich Mutter sein und meinem Traumberuf nachgehen.

Mein sportlicher Traum wäre... es bei Olympia dabei zu sein.

Wenn ich nicht trainieren kann... bin ich unausgeglichen.

In der Schule bin ich... ehrgeizig.

Vor einem Wettkampf bin ich... motiviert und positiv eingestellt.

Mein sportliches Vorbild ist... Jessica Ennis-Hill.

Beim Training bin ich... konzentriert

und fokussiert.

Doping ist... für mich ein NO-GO und alles andere als „fair-play“!

Ein Trainer braucht für mich... Geduld, Durchhaltevermögen und Motivation.



Ich ärgere mich, wenn... etwas nicht so funktioniert wie ich es gerne hätte.

In den Ferien... fahre ich gerne ans Meer.

Wenn die Leichtathletik abgeschafft werden würde... würde ich wahrscheinlich in den Skisport wechseln.

Auf die Plätze – Fertig – Bumm!

In dieser Rubrik werdet ihr ab der jetzigen Ausgabe von den Autorinnen des kürzlich gegründeten Blogs „trackstories“ zu lesen bekommen. Eben jene Verantwortliche für den Text sind Rose Koppitsch, Valerie Kleiser und Viola Kleiser. Sie sind selbst aktive Leichtathletinnen und bilden die Trainingsgruppe der Sparte Leichtathletik von Philipp Wessely.

Es war ein kalter Februar Morgen, als sich drei Leichtathletinnen auf die Mariahilfer Straße wagten, um mit statistischen und qualitativen Methoden den Stellenwert der österreichischen Leichtathletik bei der Wiener Bevölkerung zu erfragen. Durch die Verwendung einer guten Mischung aus der bereits den alten Griechen bekannten Mäeutik, und der allseits bekannten Ö3-Mikromann-Fragerei, wurden den Wienern und Wienerinnen an diesem Tag ihre geheimen Kenntnisse zur Leichtathletik entlockt.

„DU machst doch Leichtathletik?“ – „Na, ich geh nur Laufen!“

„Ah Leichtathletik! Habe ich früher auch gemacht... Am Reck und auf den Ringen und so!“

Die erste Frage, mit der unsere noch ahnungslosen Befragungsoffer konfrontiert wurden, war, was die Disziplinen der Leichtathletik seien. Abgesehen von jenen der Spezies „Nichtwissend“, die allein mit dem Begriff „Leichtathletik“ nichts anzufangen wussten, waren wir doch über eine Vielzahl an Antworten, teilweise sogar richtigen, überrascht. Wie aus der Pistole geschossen kamen die Schlagwörter: Hochsprung, Hürden, Weitsprung, 100m Lauf, Diskus, Marathon, Schwimmen, Radfahren, Bodenturnen, etc. Offensichtlich erfasst unsere Sportart doch ein paar mehr Disziplinen als wir, „Alteingesessenen“, geahnt hätten.

„Die mit den langen Nägeln!“

Weitaus ernüchternder waren die Antworten auf die Frage, ob denn ein/eine aktiver/aktive Leichtathlet/Leichtathletin bekannt sei. Das Spektrum der Antworten reichte von „ich kenne niemanden“ bis zu „na i kenn kan“. Nichts desto trotz dürfen wir Georg Werthner, Elmar Lichtenegger und „der einen Sprinterin da“ (Annahme: Karin Mayr-Krifka) gratulieren. Die beiden Herren wurden namentlich genannt, als wir weiterfragten, ob man sich vielleicht an „nicht mehr aktive“ österreichische Leichtathleten erinnern könne.

Was im Gedächtnis bleibt, sind offensichtlich ausgefallene Merkmale. So wurden von den Befragten unter anderem die langen, bunten Fingernägel von Florence Griffith-Joyner erwähnt. Die Aussage „only bad news are good news“ scheint auf die Oscar Pistorius Schlagzeilen zuzutreffen. Dieser wird, wie es scheint, gleichermaßen als „blade runner“ aber eben auch als „der eine, der verurteilt worden ist“, im Gedächtnis behalten.

trackstories

Wir, Rose, Valerie und Viola, bilden seit circa einem Jahr eine Leichtathletik-Trainingsgemeinschaft und haben im Herbst 2014 den Blog „trackstories“ gestartet. Auf diesem Blog berichten wir aus unserem Alltag als Leichtathletinnen und beschreiben was zum Leistungssport so alles dazugehört. Schaut doch vorbei auf

trackstories.wordpress.com



„Einer hält die Pistole in die Luft und BUMM!“

„Auf die Plätze, fertig, bumm!“

Diese und weitere ähnliche Antworten erhielten wir auf die Frage hin, ob denn das Startkommando bekannt sei. Auch diesmal waren wir positiv überrascht, dass doch einige Leute diese Frage, mehr oder weniger richtig, beantworten konnten. Das war für uns, nach dem ein paar Monate zurückliegenden Erlebnis, mit einem bekannten österreichischen Fußballer, nicht selbstverständlich. Weniger ernüchternd, als viel mehr unterhaltsam, fanden wir sein Kommando „Auf eure Marken“, mit dem er uns ins Rennen schicken wollte. Es sei ihm verziehen, hat man als Fußball-Profi doch häufig Kontakt mit der internationalen Sportszene und mag das Englische „on your marks“ im Kopf haben.

Eine weitere Begegnung mit der Fußballwelt ergab sich nun auf der Mariahilfer Straße. Diesmal in Form von zwei Rapid-Fans, die, entgegen unserer Erwartungen, mit Leichtathletik - Kenntnissen trumpfen konnten. Damit nicht genug, hatten sie sogar Ideen, wie man die Leichtathletik in Wien unterstützen könnte. Hier ein Auszug:

„Die haben elf Trainingsplätze hinterm Happel-Stadion, da sollen's doch einen umbauen in a Leichtathletikbahn!“

Das wäre doch mal ein Anfang! Bis dahin ist es wohl noch ein weiter Weg. Und wie lautet das aktuelle Fazit? Die Mo-

ral von der Geschichte': Um die Bekanntheit der Leichtathletik muss man sich keine Sorgen machen. Vom „Bumm“ der Startpistole, bis zum Radfahren und Bodenturnen ist der Öffentlichkeit in Wien in Sachen Leichtathletik alles bekannt.



Und wenn eine der bekanntesten österreichischen Leichtathletinnen von einem lokalen Politiker mit der Frage, was denn die ideale Wassertemperatur für ihr Rennen sei, zu Olympia verabschiedet wird, untermauert dies nicht nur die Fachkunde der Öffentlichkeit sondern ebenso die der Politik zu unserem Sport. :-)

Bis zum nächsten Mal,

Euer trackstories Team

Philipp Kronsteiner greift nach dem U20 Hallenrekord im Dreisprung, der derzeit mit 15,30 m von Michael Mölschl gehalten wird. Foto: Roland Werthner.



Statistik

ÖLV Jahresbeste 2015 Halle

Männer

	6,82	Fuchs Markus
200	22,20	Meyer Andreas
400	49,05	Kain Thomas
800	1:47,72	Rapatz Andreas
1500	3:41,09	Vojta Andreas
3000	7:59,95	Vojta Andreas
60H	8,07	Prazak Manuel
Hoch	2,08	Kopic Josip
Stab	4,80	Wirth Lukas
Weit	7,48	Kellerer Julian
Drei	15,19	Kronsteiner P.
Kugel	18,97	Weißhaidinger L.
7-K	5488	Siedlaczek D.
3000G	15:23,62	Brzezowsky R.

Frauen

60	7,44	Urbankova P. (CZE)
200	24,69	Dadic Ivona
400	56,01	Walli Susanne
800	2:08,34	Märzendorfer P.
1500	4:31,78	Illes Sandrina
3000	9:06,25	Wenth Jennifer
60H	8,09	Schrott Beate
Hoch	1,82	Gollner Monika
Stab	4,40	Grünberg Kira
Weit	6,05	Lagger Sarah
Drei	12,03	Macht M.
Kugel	14,00	Scheffauer C.
5-K	4109	Preiner Verena
3000G	15:16,75	Schulze Kathrin

Schnellste Hürdensprinterin der Welt in St.Pölten

Die weißbrussische Hallen WM und EM Medaillengewinnerin Alina Talay trainiert seit letzten Herbst unter den Fitlichen von ÖLV Cheftrainer Philipp Unfried. Alina wohnt und trainiert in St. Pölten und absolviert ihre Trainingseinheiten oftmals mit ÖLV-Assen wie Ivona Dadic, Viola Kleiser oder Eva Wimberger. Ihre 60m Hürden Bestzeit konnte sie bei der ASVÖ Vienna Indoor Gala am 14.2. im Wiener Dusika Stadion auf fabelhafte 7,88 Sekunden steigern und liegt damit in der aktuellen Weltjahresbestenliste auf Platz 1.



Was sind die ÖLV Nachrichten?

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

Impressum

Herausgeber

Pressereferat des ÖLV

Inhaber

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

Redaktion

Helmut Baudis, Elisabeth Eberl, Robert Katzenbeisser, Matthias Madzak, Herbert Winkler

Anzeigen baudis@oelv.at

Internet www.oelv.at

Email office@oelv.at

Stand: 17.2.2015

Bild unten links: Zieleinlauf bei den Österreichischen U20 Meisterschaften.

Bild unten rechts: Sarah Lagger beim Sprung auf 6,05 m.





AUSTRIAN TOP MEETINGS 2015

27.05. Salzburger Leichtathletik-Gala / Salzburg-Rif

Männer: 100m | 800m | 400m Hü | Hochsprung | Dreisprung | Speerwurf

Frauen: 100m | 800m | 3.000m | 100m Hü | Weitsprung | Speerwurf

04.06. Liese Prokop Memorial / St. Pölten (Sportzentrum NÖ)

Männer: 100m | 200m | 400m | 110m Hü | Weitsprung | Diskuswurf | Hammerwurf

Frauen: 100m | 200m | 400m | 800m* | 100m Hü | Hochsprung | Stabhochsprung | Weitsprung | Hammerwurf | Speerwurf

17.07. Messe Ried LA-Meeting / Ried im Innkreis

Männer: 100m | 1.500m* | 110m Hü | 3.000m Hi ÖSTM | Stabhochsprung | Weitsprung | Diskuswurf

Frauen: 100m | 100m Hü | 3.000m Hi ÖSTM | Stabhochsprung | Weitsprung

01.08. Linzer Leichtathletik-Gala / Linz (Union LZ)

Männer: 200m | 800m | 110m Hü | 400m Hü | Hochsprung | Weitsprung* | 4 x 100m Staffel

Frauen: 200m | 800m | 100m Hü | Stabhochsprung | Speerwurf | 4 x 100m Staffel

15.08. Int. JOSKO Laufmeeting / Andorf

Männer: 100m | 200m | 1.000m | 3.000m | Hochsprung | Diskuswurf | Speerwurf

Frauen: 100m | 200m | 1.000m | 3.000m | Speerwurf