

01 | 2017

Leichtathletik-News aus erste Hand



Die neue Austrian
Athletics Card

Seite 10

Serienstart: Von
Trainern, Coaches
und Mentoren

Seite 6

Vorschau zur Hallen-EM in Belgrad

Seite 4

HOCH- UND STABHOCH- SPRUNGMATTEN

empfohlen vom **AUSTRIAN ATHLETICS** **ÖLV**



– 10% Rabatt
auf ausgewählte Produkte bei
Bestellung über ÖLV-Geschäftsstelle

Mehrkampf-Power

Ivona Dadic und Verena Preiner waren zu Jahresbeginn schon in Rekordlaune



Fotos: ÖLV, GEPA-pictures

Am 15. Jänner verbesserte Verena Preiner den rot-weiß-roten Fünfkampf-Rekord auf 4.486 Punkte. Ivona Dadic konterte am 5. Februar mit einer neuen Bestmarke von 4.520 Punkten. Beide Athletinnen etablierten sich damit in der absoluten Weltspitze.

INHALT

Hallen-EM in Belgrad	4
Von Trainern, Coaches und Mentoren: Philipp Unfried	6
Im Interview: Niki Franzmair	8
Die neue Austrian Athletics Card	10
Quer durch Wien (2. Teil)	13
Nachgefragt bei Magdalena Lindner	17
Karriereende und Neustart	18
Portrait: Valentin Pfeil	20
Nationenwechsel derzeit nicht möglich	23
Olympic Moms – Schwangerschaft und Leistungssport	24
Statistik	26



Mag. Sonja Spindelhofer
 ÖLV-Präsidentin

EDITORIAL

Das erste Vorwort, das ich als neue ÖLV-Präsidentin schreibe, möchte ich nutzen, mich ein wenig vorzustellen: Meine Leidenschaft für die Leichtathletik wurde im Alter von 11 Jahren geweckt, nachdem meine Schwester bei einem Schulwettkampf angesprochen wurde und ich sie daraufhin zum Verein begleitete. Im Jahr 1983 feierte ich mit dem Gewinn des ö. Jugend-Mehrkampfmeistertitels meinen ersten großen Erfolg. Nach meiner Spezialisierung auf die Wurfdisziplinen folgten noch einige Nachwuchs- und 25 Staatsmeistertitel in einem Zeitraum von 25 Jahren. Parallel dazu absolvierte ich die Trainerausbildung und trainierte mit Nachwuchswerfer/innen. Meine Funktionärskarriere im ÖLV begann im Jahr 2005 als Frauensportwartin, 2011 wurde ich Vizepräsidentin mit Zuständigkeit für den Nachwuchs. In meiner neuen Rolle als Präsidentin möchte ich die Kommunikation verstärken und Entscheidungen transparent darstellen. Und gemeinsam mit euch die Leichtathletik voranbringen, denn nur im Zusammenspiel aller Partner sind Spitzenleistungen unserer Athletinnen und Athleten möglich!

Herzliche Grüße an die gesamte Leichtathletik Familie, der ich nun seit mehr als 14.100 Tagen in verschiedensten Rollen angehören darf 😊

Sonja Spindelhofer

Велцоме Еуропе – Willkommen Europa

Belgrad ist von 3. bis 5. März 2017 Austragungsort der 34. Hallen-Europameisterschaften der Geschichte. Nach dem eher bescheidenen Abschneiden in den letzten Jahren lassen uns diesmal vor allen die Mehrkämpferinnen optimistisch auf diese Titelkämpfe blicken.

Für die serbische Hauptstadt sind es nicht die ersten kontinentalen Leichtathletik-Titelkämpfe. Bereits 1962 fanden die Freiluft-Europameisterschaften in Belgrad statt. 1969 wurden die letzten Europäischen Hallenspiele, Vorläufer der Hallen-Europameisterschaften, hier ausgetragen. Die bis zu 25.000 Sitzplätze fassende Kombank Arena, die „gemeinsam mit der Prag Arena auf höchstem technischen Level in Europa“ steht (Webpage der Veranstalter), ist eine würdige Wettkampfstätte. Hier wurden bereits die Handball-EM 2012, das Davis-Cup-Finale 2013 und auch der Eurovision Song Contest 2008 in Szene gesetzt.



Das Sportland Serbien

Sport hat am Balkan traditionell einen sehr hohen Stellenwert. Serbien und die anderen sechs Nachfolgestaaten Jugoslawiens stellen dies in vielen Sportarten erfolgreich unter Beweis. Die Bilanz des 7,1 Millionen Einwohner zählenden Binnenlandes bei den Olympischen Sommerspielen in Rio 2016 war mit zweimal Gold, viermal

Silber und zweimal Bronze deutlich besser als jene Österreichs. Was dabei auffällt, dass 50 Prozent des Olympia-Edelmetalls in Team-Sportarten gewonnen wurden. Gold im Wasserball bei den Männern, Silber im Volleyball der Damen sowie Silber und Bronze im Basketball bei den Männern und Frauen. Der aktuell berühmteste Einzelsportler Serbiens ist wohl Tennis-Superstar Novak Đoković.

Titelverteidigerin als Gold-Hoffnung für Serbien

Für die einzige Leichtathletik-Medaille in Rio sorgte Weitspringerin Ivana Španović (Bronze). Die 26-Jährige ist auch das Cover-Girl der Hallen-EM und auf Gold programmiert. Ihre Leistung nahm eine stetige Entwicklung von 6,64m (2012), 6,88m (2014), 7,02m (2015) auf 7,10m (2016), was nationaler Rekord ist. Sie gewann WM-Bronze 2013 und 2015 bzw. Hallen-WM-Silber und Freiluft-EM-Gold 2016. Es wäre eine Riesenüberraschung ginge die Titelträgerin von Prag 2015 diesmal vor Heimpublikum leer aus.

Weitere Medaillen-Aspiranten aus serbischer Sicht sind der Kugelstoßer Asmir Kolašinac. Er war Hallen-Europameister 2013 und Zweiter 2015 sowie der Siebenkämpfer Mihail Dudaš, Bronze-Medaillengewinner 2013 und die Mittelstreckenläuferin Amela Terzić.

Hallen-EM in Rot-weiß-rot

Die ersten Hallen-Europameisterschaften der Geschichte fanden 1970 in der Wiener Stadthalle



statt. 1979 und 2002 richtete Österreich dieses Event in Wien neuerlich aus. Auch die heimische Medaillenbilanz kann sich durchaus sehen lassen: Sieben Mal Gold sowie je neun Mal Silber und Bronze stehen in der 47-jährigen Geschichte zu Buche. Allerdings sind einige dieser MedaillengewinnerInnen mit dem Makel behaftet, während ihrer Karriere oder danach mit Dopingvergehen konfrontiert worden zu sein.

Die letzten Stockerlplätze liegen übrigens bereits zwölf Jahre zurück, als in Madrid gleich drei Medaillen gewonnen wurden. In Paris 2011, Göteborg 2013 und Prag 2015 waren ein achter, ein elfter und ein neunter Platz die Ausbeute unseres Nationalteams.

Das ÖLV-Team 2017

Für Andreas Vojta (team2012.at) und Dominik Distelberger (UVB Purgstall) werden die Wettkämpfe in Belgrad bereits ihr viertes Auftreten bei Hallen-Europameisterschaften sein. Distelbergers beste Platzierung war Platz 11 im Siebenkampf 2013 in Göteborg. Vojta versuchte bisher dreimal sein Glück im 1.500m-Lauf. Zuletzt war er 2015 in Prag beim 3.000m-Lauf am Start. Bisher war für ihn immer im Vorlauf Endstation. Vojta hat das Limit sowohl für die 1.500m wie für die 3.000m erbracht und wird kurzfristig entscheiden, welche Strecke er in Belgrad unter die Beine nimmt.

Eine doppelte Premiere feiern unsere beiden Siebenkämpferinnen Ivona Dadic (Union St. Pölten) und Verena Preiner (Union Ebensee). Sie starten als Fünfkämpferinnen erstmals bei einer Hallen-EM und sind überhaupt Österreichs erste Mehrkämpferinnen bei diesen Kontinentalmeister-

schaften in der Geschichte. Das Potential für Top-Platzierungen haben beide. Sie haben in den letzten Wochen mit neuen Bestmarken aufgezeigt.

Sprinter Markus Fuchs (ULC Riverside Mödling), der vor zwei Jahren vom ÖLV für Prag nominiert wurde, schaffte dieses Mal die Qualifikation im 60m Lauf mit persönlicher Bestleistung. Was im Hundertstelkrimi auf der Sprint-Kurzstrecke möglich ist, zeigte Ryan Moseley 2011, der in Paris mit 6,68s bzw. 6,69s sogar den Einzug ins große Finale schaffte. Hürden-Sprinterin Stephanie Bendrat (Union Salzburg LA), letztes Jahr 13. bei den Hallen-Weltmeisterschaften in Portland, ist heuer stärker in Form. Sie hat das Semifinale im Visier.

Helmut Baudis

Österreichs Medaillen-Bilanz bei Hallen-Europameisterschaften

Gold: Maria Sykora (800m, 1970) | Ilona Gusenbauer (Hoch, 1970) | Dietmar Millonig (3000m, 1986) | Andreas Berger (60m, 1989) | Klaus Bodenmüller (Kugel, 1990) | Theresia Kiesel (1500m, 1998) | Stephanie Graf (800m, 2000)

Silber: Maria Sykora (400m, 1971) | Frauen-Staffel (4x1 Runde, 1973) | Karoline Käfer (400m, 1980) | Ljudmila Ninova (Weit, 1994) | Elmar Lichtenegger (60m Hü, 2002) | Karin Mayr-Krifka (200m, 2002) | Stephanie Graf (800m, 2002) | Karin Mayr-Krifka (200m, 2005) | Susanne Pumper (3000m, 2005)

Bronze: Frauen-Staffel (4x200m, 1970) | Frauen-Staffel (4x1 Runde, 1972) | Karoline Käfer (400m, 1978) | Karoline Käfer (400m, 1979) | Sabine Tröger (200m, 1989) | Hermann Fehringer (Stab, 1990) | Klaus Bodenmüller (Kugel, 1992) | Sabine Tröger (200m, 1992) | Ljudmila Ninova (Weit, 1992) | Sigrid Ortner-Kirchmann (Hoch, 1994) | Roland Schwarzl (Siebenkampf, 2005)

In den kommenden ÖLV-Nachrichten werden Personen und Persönlichkeiten vorgestellt, die ihr Wissen, ihre Erfahrung und ihre Leidenschaft einbringen, um Athletinnen und Athleten zu Höhenflügen zu verhelfen. Diese Ausgabe berichtet über

Philipp Unfried

Jahrgang: 1978
Funktion: ÖLV-Nationaltrainer für Sprint, inkl. Hürden
Stärken: neugierig, engagiert
Schwächen: oft zu emotional und zu direkt

Die Sport-Biographie von Philipp Unfried liest sich als interessantes Has-been. Er gehörte einst zu den österreichischen Eliteathleten, die die 110m Hürden unter 14 Sekunden liefen. Zweimal nahm er an Europameisterschaften teil. Nach dem Ende seiner Karriere stieg er in den Trainerberuf ein. Anfangs war das im niederösterreichischen Weinburg, wo er in einem Sport-Therapie-Kletter-Zentrum arbeitete.

Als Leichtathletiktrainer wurde Unfried bekannt, als er Beate Schrott aufs Hochplateau der weltbesten Hürdenläuferinnen führte. Die Erfolge von Beate sind jedem sportinteressierten Fußgänger bekannt. Jene, die sich für gehobenen Leistungssport interessieren, wissen darüber hinaus, dass Philipp auch die mehrfache Medaillengewinnerin Alina Talaj aus Weißrussland trainiert hat. Auch an Ivona Dadic' Erfolgen hat Philipp einen beträchtlichen Anteil und zwar nicht zu knapp.

Gegenwärtig kommen die Namen der Sprinterinnen, die Philipp trainiert, wie Running sushis daher: Viola Kleiser, Steffi Bendrat, Carina Pözl, Ivona Dadic, Eva Wimberger. Da geht echt was ab. Auch Dominik Siedlaczek und Julian



Kellerer nehmen einen neuen Anlauf und stehen in seinem Coachkalender. Unfried ist zum Dauerpendler zwischen der Südstadt und St. Pölten geworden.

„Ich plane im Frühjahr mit meinen Athletinnen ein Trainingslager im Mekka der weltbesten Sprinter“, verrät er mir. Der Cliffhanger heißt Jamaika.

Unfrieds Arbeit als Nationaltrainer ist für den ÖLV sicher ein Gewinn. Er ist ein präziser Analytiker und immer am Letztstand moderner Trainingsmethoden. Der Weg zum Spezialisten führt für ihn über das Fundamentale. Stehgeiger kann nur jemand werden, der Musik liebt und die Geige umfassend beherrscht. Die Erfolge geben ihm Recht. Ein Trotzdem bleibt trotzdem.

„Die Arbeit als Nationaltrainer ist immer Work in progress. Ich sehe mich keinesfalls als Oberlehrer oder Besserwisser, und es liegt mir fern, jemanden einen Athleten abspenstig zu machen“, sinniert Philipp. Solche Ängste kennt man aus allen Strukturen, in denen es Hierarchien gibt. Wenn jemand aus einer Riege von Experten zum Oberexperten ernannt wird, läuft es sozialpsychologisch ins Diffuse. Man erntet nicht nur Empathie.

Nationaltrainer haben gegenüber dem Verband eine Bringschuld, andererseits funktioniert das nur,



wenn Heimtrainer diese als Holschuld einlösen. Dabei kann man Unfried nicht nur fachlich „anzapfen“. Er hat auch ein Netzwerk von Physios oder Ärzten und kennt auch so manche finanzielle Quelle.

„Ich stelle jeden und jeder meine Erfahrungen und Expertisen zur Verfügung, kann das aber nur, wenn man auf mich auch zugeht.“

Diese Aussage gilt wohl für jeden, der das Pickerl eines Cheftrainers hat. Ohne Kooperationswillen kann man nicht kooperieren. Einige VereinstrainerInnen nützen Philipps Kompetenzen und arbeiten intensiv mit ihm zusammen. Carina Pözl und Markus Fuchs profitieren von dieser Kooperation und verzeichnen steile Steigflüge.

Und noch etwas ist Philipp wichtig:

„Ich sehe mit Respekt die Arbeit der Landes- und Vereinstrainer. Da haben wir in Österreich ein großes Potential. Mit all den engagierten Trainerinnen und Coaches einen sachlichen Austausch zu pflegen, wäre mein großer Wunsch. Dabei könnten wir alle etwas lernen.“

Nur so geht Spitzen-Leichtathletik, denke ich am Ende des Gesprächs. Wie sagte Federico Fellini: Der einzig wahre Realist ist der Visionär.

Herbert Winkler



Fotos: privat, GEPA-pictures

Niki Franzmair – Comeback in Österreich

Nach zwei Jahren, die Niki Franzmair (TGW Zehnkampf-Union) an der Laufuniversität der USA verbracht hat, ist er wieder zurück in Österreich und trainiert seit Herbst in Salzburg. Warum er nicht die volle NCAA-Zeit in Oregon ausgeschöpft hat, kann man hier lesen.



ÖN: Nach der U20-WM in Eugene 2014 folgten zwei eher schwierige Jahre bei den Oregon Ducks. Rückblickend gesehen, würdest du dieselben Entscheidungen jetzt wieder treffen?

Niki: Ich bin froh, dass ich den Schritt gemacht habe. In den zwei Jahren habe ich viele tolle Sachen erlebt, die ich nie vergessen werde. Ob ein Semester oder vier Jahre, ich würde es jedem empfehlen. Die Zeit hat mich auf jeden Fall geprägt. Also ja! Ich würde es nochmals machen. Nur dann wäre ich ein bisschen vorsichtiger und würde mehr auf meinen Körper hören.

ÖN: Hast du von der Universität, die ja die erfolgreichste Leichtathletikuniversität in diesen Jahren war, Erfolgsdruck erfahren oder hast du dir diesen eher selbst auferlegt?

Niki: Den meisten Druck habe ich mir wohl selber gemacht. Wenn du an einer amerikanischen

Uni bist, läufst du nicht nur für dich allein, sondern auch für das Team. Der Teamspirit ist groß und du willst immer dein Bestes geben. Dazu kommt noch, dass du eigentlich immer in einem vollen Stadion läufst, und das Fernsehen immer vor Ort ist. Da will man zeigen, was man drauf hat.

ÖN: Wie wurdest du allgemein in Oregon aufgenommen, und wie waren die Bedingungen im Vergleich zur Situation davor in Oberösterreich und jetzt in Salzburg?

Niki: Das ganze Team hat mich gut aufgenommen. Werfer, Springer und Läufer haben sich gut verstanden. Man hat sich gegenseitig geholfen, unterstützt und angefeuert. Wir waren ein Team. Auf einer amerikanischen Uni bist du ein Star, wenn du Leichtathletik machst und wirst auch so behandelt. Linz ist meine Heimat, und ich komme immer gern nach Linz. Meine Familie und viele Freunde sind hier. Hier fühle ich mich wohl. In Salzburg ist es wunderschön zum Laufen und das Leistungssportzentrum ist echt super. Alles, was man braucht, liegt in Gehdistanz.

ÖN: Seit Herbst absolvierst du den Grundwehrdienst, bist in Salzburg stationiert und hast mit Karin Haußecker eine neue Trainerin gefunden. Wie unterschiedlich ist das Training zu deinen bisherigen Trainern Andy Powell und Robert Johnson in Oregon und Wolfgang Adler in Linz?

Niki: Ich bin zurzeit total happy mit der Situation. Mit Karin als sehr gute Trainerin, dem



Bundesheer als Unterstützer und Salzburg als neue Heimat sehe ich zuversichtlich in die Zukunft. Alle meine bisherigen Trainer waren auch großartige Trainer. Ich konnte von Wolfi, Andy und Robert sehr viel Erfahrung mitnehmen. Ich weiß jetzt, welche Trainings mir gut tun und welche nicht. Sie hatten nicht alle die gleiche Trainingsphilosophie, aber sie wollten alle dasselbe, nämlich mich schneller machen.

ÖN: Blicken wir nach vorne. Welche Ziele stehen für dich heuer im Vordergrund, und auf welche Distanz möchtest du den Fokus legen?

Niki: Das Ziel ist eigentlich ganz einfach: Ich möchte wieder schnell laufen. Ich möchte mir wieder einen Namen in Europa machen. Wenn ich verletzungsfrei bleibe, denke ich, dass ich im Sommer mein Ziel erreichen kann. Ich werde wieder zwischen 1500m und 800m hin und her

switchen. Der Fokus sollten aber wieder die 800m sein.

ÖN: Hast du deine Wettkampfsaison schon durchgeplant? Hast du deinen Saisonstart schon fixiert?

Niki: Ich werde bei den Hallen-Staatsmeisterschaften meinen ersten Wettkampf seit über einem Jahr machen. Bin gespannt, wie das wird. Ich will wieder im Wettkampf laufen und sehen, wo ich stehe. Im Frühjahr werde ich dann wieder den einen oder anderen Crosslauf bestreiten. Das hat mir immer gut für die Freiluftsaison getan.

ÖN: Du warst sehr früh sehr schnell und hältst viele ÖLV-Laufrekorde im Nachwuchsbereich. Welche langfristigen Ziele setzt du dir nun, und was möchtest du sportlich gesehen noch unbedingt erreichen?

Niki: Ich bin 21 Jahre. Ich habe noch einige Jahre vor mir. Ich möchte die nächsten Jahre konstant gute Leistungen zeigen, verletzungsfrei bleiben und international für Österreich starten. 2016 war ich verletzt und mit den Olympischen Spielen wurde es nichts. 2020 soll es aber funktionieren.

Hannes Riedenbauer



Die neue Austrian Athletics Card

Der Österreichische Leichtathletik-Verband freut sich, dass mit dem Unternehmen Lyoness eine tolle Kooperation gelungen ist, die einen Mehrwert für jedes ÖLV-Mitglied und auch für die österreichische Leichtathletik bringt

Ab diesem Wochenende wird mit der Ausgabe der Austrian Athletics Card begonnen, der ersten bundesweiten ÖLV-Mitgliedskarte in der 115-jährigen ÖLV-Geschichte. Rund 4.000 Personen, die in den letzten 14 Monaten eine ÖLV-Lizenz gelöst haben, erhalten diese in einem ersten Schritt. Ab sofort können alle Mitglieder in ÖLV-Vereinen (Athleten, Trainer, Funktionäre) ihre eigene Austrian Athletics Card in der ÖLV-Geschäftsstelle bestellen.

Nutzen in der Leichtathletik

Derzeit wird daran gearbeitet, dass die Meldungen bei Österreichischen Meisterschaften, Landesmeisterschaften und in späterer Folge bei allen Leichtathletik-Wettkämpfen in Österreich mit dem Strichcode auf der Austrian Athletics Card möglich zu machen. Spätestens im Wettkampfsjahr 2018 sollte dies klappen, dann gehören die zahlreichen kleinen Strichcode-Kärtchen zum Scannen bei Meisterschaften der Geschichte an. Weitere Einsatzmöglichkeiten der neuen Karte zum Beispiel bei Zutrittssystemen in Trainingshallen, etc. sind möglich, da der Strichcode auch in der ÖLV-Datenbank bei jeder Person hinterlegt wird.

Geld zurück bei jedem Einkauf

Doch damit nicht genug: Dank unserer Kooperation mit Lyoness können Sie mit Ihrer Austrian Athletics Card bereits jetzt zahlreiche Vorteile genießen. Gehen Sie einfach auf www.oelv.at, aktivieren Sie die Cashback-Funktion Ihrer Karte und schon können Sie bei rund

70.000 Partnerunternehmen in 47 Ländern weltweit einkaufen und Geld sparen. Bei jedem Einkauf werden Ihnen bis zu 5 Prozent der Einkaufssumme als Cashback gutgeschrieben und Sie erhalten zusätzlich wertvolle Shopping Points, die für attraktive Angebote eingelöst werden können.

Leichtathletik-Nachwuchs fördern

Die Nachwuchsarbeit in den 428 Vereinen, in den neun Landesverbänden und beim Österreichischen Leichtathletik-Verband bilden die Basis der heimischen Leichtathletik und zukünftiger Erfolge. Mit jedem Einkauf mit der Austrian Athletics Card können Sie hier unterstützen.

Bis zu 1% der Einkaufsumsätze mit der kostenlosen Karte kommen dem Leichtathletik-Nachwuchs in Österreich zu Gute. Damit kann der ÖLV Toptalente gezielt fördern (Trainingslager, hochwertige Wettkampfstarts, Top-Trainer, Massage, Physio, etc.). Über den Mitteleinsatz werden wir in regelmäßigen Abständen informieren.

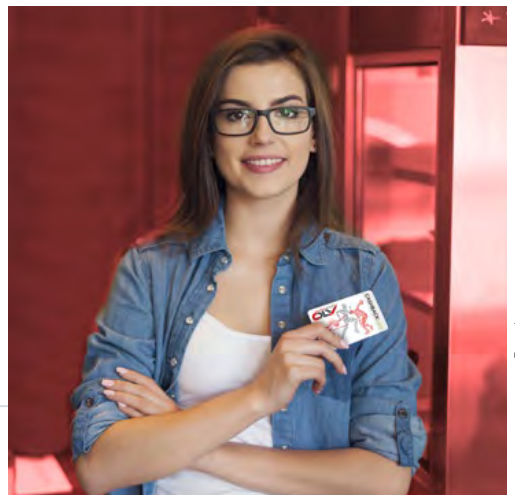


Foto: Lyoness

HOLEN SIE SICH IHRE **VORTEILE** MIT DER **AUSTRIAN ATHLETICS** **CASHBACK CARD**

- Einkaufen bei über **70.000** Partnerunternehmen
- Bis zu **5%** Cashback und zusätzlich Shopping Points für Sie*
- Bis zu **1%** Förderung für den Leichtathletik-Nachwuchs*



operated by
LYONESS

JETZT KOSTENLOS ONLINE
ANMELDEN AUF **WWW.OELV.AT!**

* Beim Einkauf bei Lyonesse Partnerunternehmen

SCHLAU VERGLEICHEN, SCHLAU SPAREN

DIE FINANZFUCHSGRUPPE IST AB SOFORT OFFIZIELLER PARTNER DES ÖLV!

Unter dem Motto „Schlau vergleichen, schlau sparen“ hat die Finanzfuchsgruppe gemeinsam mit zahlreichen renommierten Anbietern im Banken-, Versicherungs- und Veranlagungsbereich Speziallösungen entwickelt, um Ihnen als ÖLV-Mitglied die besten Konditionen bieten zu können.

„Wir sind stolz auf unsere Zusammenarbeit mit dem ÖLV und mit Lyoness. So können wir den ÖLV-Mitgliedern maßgeschneiderte Lösungen zu unschlagbaren Preisen bieten.“

Christian Mattasits,
geschäftsführender Gesellschafter der
Finanzfuchsgruppe GmbH



Ihrer Gesundheit zuliebe!

Gesundheit kann man nicht mit Geld kaufen. Gemeinsam können wir aber dafür sorgen, dass Sie als Sportler im Falle eines Falles in den besten Händen sind.

Egal ob Sie sich die beste medizinische Versorgung, den höchsten Komfort, Wellness und Fitness oder auch finanzielle Sicherheit wünschen – schon ab 10 Euro monatlich gibt es die ideale Lösung für Sie!

SO EINFACH GEHT'S:

- Kontaktieren Sie uns unverbindlich!
Finanzfuchs-ÖLV-Hotline:
0664 20 22 843
E-Mail: oelv@finanzfuchsgruppe.at
- Sichern Sie sich günstigere Prämien!
- Erhalten Sie zusätzlich 5% Cashback und 6 Shopping Points



Quer durch Wien – die große Laufveranstaltung (2. Teil)

In der letzten Ausgabe wurde von der ersten großen Laufveranstaltung in Wien im Jahr 1919 berichtet, die nach dem Vorbild des Laufes „Potsdam – Berlin“ etabliert wurde. Diesmal wird erzählt, wie es mit „Quer durch Wien“ weiterging und welche anderen Laufveranstaltungen es noch gab

Das Duell WAF gegen WAC

Das spannende Duell zwischen WAC und WAF setzte sich in den Folgejahren fort. Die Sieger wechselten sich ab:

1919 bis 1923: WAC vor WAF

1924 bis 1926: WAF vor WAC

1927: WAC vor Hakoah. WAF kam zwar als Erster ins Ziel, wurde aber nachträglich wegen eines nicht beim ÖLV gemeldeten Athleten in der Vereins-Staffel disqualifiziert.

1928: WAC vor WAF

1929: WAF vor WAC

1930: WAF vor Hakoah. WAC war nicht am Start.

1931 bis 1932: WAC vor Hakoah

Nach 14 Rennen stand es 8:6 für den WAC.

Die Damenrennen

Ab 1920 gingen auch Staffeln für Damen an den Start. Bei der Premiere waren es gleich 105 Läuferinnen. Allerdings mussten 35 Läuferinnen je Staffel starten, da man den Damen die langen Teilstrecken nicht zumuten wollte. Es gewann der Damenschwimm-Club Danubia, der auch sehr gute Leichtathletinnen in seinen Reihen hatte. Aufgrund der geringen Zahl an Staffeln wurde die Streckenlänge in den nächsten Jahren verkürzt, um mit weniger Teilnehmerinnen je Staffel antreten zu können. Ab 1924 hat sich dann die Teilnahme für die Damen mit jeweils 15 Läuferinnen je Team etabliert. Der Start war am Praterstern. Danubia

blieb zunächst Seriensieger, bis 1926 das Team von Vienna ihre Siegesserie durchbrach. Der WAF gewann erstmals 1928.

Die Strecke war „reformbeständig“

Die Strecke bei den Männern vom Westbahnhof über den Ring in den Prater hielt sich beständig. Das Ziel musste allerdings 1924 und 1930 auf den Cricket-Platz verlegt werden, da der WAC-Platz renoviert wurde. Das nahm 1930 auch der WAC zum Anlass, nicht teilzunehmen, da die traditionelle Aufstellung von 15 Teilnehmern je Staffel beibehalten wurde, und der Lauf dadurch zu mittelstreckenlastig wurde. Hintergrund war aber eher eine Auseinandersetzung zwischen dem WAC und dem WLV, welcher mittlerweile die Veranstaltung vom ÖLV übernommen hatte.



Foto: Ribbett

1927 hätte es die ersten Reformen geben sollen. Die Vereine bestanden aber wegen der Wanderpokale an der Beibehaltung des bisherigen Modus.

1931 musste eine neue Strecke und ein neuer Modus gefunden werden, da die Polizei keine Sperre des Rings mehr erlaubte. Nach langen Diskussionen wurde die Strecke von den ursprünglichen 7,5 km auf 4,5 km verkürzt. Start war am Deutschmeisterplatz und über den Kai ging es zum WAC-Platz. Es gab 12 Läufer und 21 mögliche Ablösezeiten. Die Staffeln wurden dadurch sprintlastiger und auch unübersichtlich.

1932 durfte nochmal auf die ursprüngliche Strecke zurückgekehrt werden. Kurz vor dem Start entschied allerdings die Polizei, dass der Gürtel nicht gesperrt wird, und der Start wurde um ca. 100 Meter zur Gumpendorfer Straße hin verlegt. Dadurch wurde der WAC um einen möglichen Streckenrekord gebracht. Er gewann in 16:43 min. Der alte Rekord auf der etwas längeren Strecke stand bei 17:08 min. Er war 1925 von der Staffel des WAF aufgestellt worden.

Wobei eine „Sperre“ für eine Laufveranstaltung damals anders aussah wie heute. An den Kreuzungen standen Polizisten und sperrten den Verkehr für maximal fünf Minuten durch Handzeiten ab. Die Zuschauer mussten also entweder am Gehsteig bleiben oder schnell wieder weggehen, um von keiner Straßenbahn überrollt zu werden.

Die Teilnehmer und das Wetter

Die 1.275 Teilnehmer von 1919 wurden 1920 mit 1290 noch übertroffen. Dann nahmen die Teil-



nehmerzahlen aber langsam ab. Ein Grund war sicher, dass die Arbeitersportvereine ab 1922 nicht mehr teilnahmen und zehn Jahre lang ihr eigenes „Quer durch Wien“ veranstalteten. Den Abgang der Teilnehmer konnten die Heeresstaffeln etwas kompensieren. 1930 waren sie sogar mit 15 Staffeln am Start. Beim letzten Rennen 1932 gab es noch ca. 700 Nennungen.

Zu Beginn hatte „Quer durch Wien“ immer Glück mit dem Wetter. Ausnahme war das Jahr 1928, in dem gleichzeitig mit dem Start ein starkes Gewitter einsetzte. Die damals üblichen Leder- oder Gummisohlen waren gänzlich ungeeignet, sodass es zu zahlreichen Stürzen kam. Nur die Hanfsohlen, welche bei Tennisschuhen im Einsatz waren, boten am glitschigen Kopfsteinpflaster Halt. Die WAC-Staffel hatte dieses Schuhwerk, was ihnen den Sieg vor dem favorisierten WAF brachte.

Das Ende nach 14 Jahren

1933 war es dann so weit. Es gab immer mehr sogenannte „Propagandaveranstaltungen“ in der Innenstadt, welche die Polizei wegen der Straßensperren massiv beschäftigten. So untersagten sie alle Läufe.

„Quer durch Wien“ wurde dann in die Hauptallee verlegt und zur „Praterstaffel“. Es ging vom Praterstern zum Lusthaus und retour über die Rustenschacherallee zum WAC-Platz. Es gab 450 Nennungen und am WAC-Platz eine Liveübertragung des Rennens im Radio. Gewonnen hat damals der WAF.

Impulse für den Laufsport in Wien

Aufgrund des großen Erfolges von „Quer durch Wien“ entstanden auch andere Veranstaltungen. Den ersten „Wien-Marathon“ gab es bereits 1924. Die klassische Strecke, die bereits 1901 zum ersten Mal von Wr. Neustadt nach Wien gelaufen wurde,



geriet in der Zwischenkriegszeit etwas in Vergessenheit. So entstand die Idee, einen Lauf für „Jedermann“ zu veranstalten – startberechtigt war man auch ohne Verein. Die Teilnehmer mussten sich vor dem Start aber einer ärztlichen Untersuchung unterziehen. Von den 41 Teilnehmern wurde aber nur einer zum Lauf nicht zugelassen. Der Termin war zwar mit dem 21. September spät angesetzt, trotzdem war es an dem Tag sehr heiß, und die Strecke vom Wiener Sportklub Platz bis Tullnerbach und retour bewirkte, dass nur 27 Teilnehmer erschöpft ins Ziel kamen. Auch der Sieger, Josef Franz vom Wiener Sportclub, musste eine Pause einlegen. 3:21:53 Stunden war seine Siegerzeit.

Am 15. Mai 1927 wurde mit dem Lauf „Ring Rund“ von der Wiener Zeitung eine weitere sehr erfolgreiche Veranstaltung etabliert. Start und Ziel war vor dem Rathaus, und es ging gegen die Fahrtrichtung eine Runde um den Ring bzw. Kai. 120 Läufer waren bei der Premiere am Start, und ca. 100.000 Zuschauer standen an der Strecke. Durch den wertvollen, goldenen Wanderpokal der Wiener Zeitung kamen auch einige starke Läufer aus dem Ausland.

Bräutigam aus Leipzig gewann in 17:44 min. vor dem Österreicher Bierbrauer (WAF). Als Sprecher wurden für die Veranstaltung immer wieder be-

kannte Schauspieler wie zB. Attila Hörbiger gewonnen.

1928 gewann dann wieder Bräutigam und durfte den Goldpokal behalten. Der ÖLV übernahm 1929 die Veranstaltung und konnte wieder einen Sponsor für einen Goldpokal gewinnen. Der Tscheche Kosziak gewann in 17:19 min. (Streckenrekord). 1930 gewann der Ungar Hevele vor Karl Leban (WAC).

Neben „Quer durch Wien“ der Arbeitersportvereine gab es 1925 und 1926 auch ein „Quer durch Schönbrunn“ über 9,6 km mit 15 Teilnehmern je Staffel, welches der WAF veranstaltete.

Neuanfänge in der Nachkriegszeit

Bereits am 3. Juni 1945 lebte „Quer durch Wien“ wieder auf. Wegen der vielen Bombenschäden allerdings auf komplett anderer Strecke. Vom Matteottiplatz in Ottakring ging es über 7,5 km zum Konzerthaus. Sieger war Cricket vor Rapid und dem WAC.

Am 18.5.1947 gab es eine „Ring Rund“ Staffel mit jeweils 12 Läufern. Es gewann der WAF vor Cricket und Rapid.

1951 und 1952 veranstaltete der WLV wieder ein „Quer durch Wien“, welcher annähernd der alten Strecke entsprach. Beide Mal gewann der WAF vor dem WAC.

Der WAC war es schließlich, der 1964 und 1966 den bisher letzten Lauf „Quer durch Wien“ veranstaltete und auch gewonnen hat. Start war beim Kaufhaus STAFA auf der Mariahilfer Straße, Ziel war am WAC-Platz. Bei der letzten Veranstaltung am 23. Oktober 1966 waren 14 Staffeln mit den traditionell 15 Läufern am Start. Womit es insgesamt 11 : 8 für den WAC ausging. Es wird wohl bei diesem Endergebnis bleiben, denn die Leichtathletikvereine WAC und WAF gibt es nicht mehr.

Robert Katzenbeißer



GEMEINSAM GEWINNEN

Offizieller Ausstatter der Österreichischen
Leichtathletik Nationalteams
www.erima.at



erima[®]

SPORTSWEAR SINCE 1900

Nachgefragt bei ...

Magdalena Lindner

Das Sprinttalent des ULV Krems nahm 2016 an der U18-EM in Tiflis teil. In der Hallensaison 2017 konnte sie über 60m und 200m bereits blitzschnelle Zeiten auf den Tartan zaubern.

- **Als Kind war ich ...**
aufgedreht und immer in Bewegung
- **Mein Traumberuf wäre ...**
puhhh... das weiß ich gar nicht
- **Ich schätze an Menschen ...**
wenn sie ehrlich sind
- **Glücklich bin ich, wenn ...**
ein Wettkampf nach meinem Wunsch verläuft, das war heuer schon oft der Fall ;)
- **Gar nicht gerne trainiere ich ...**
wenn ich alleine bin
- **Eine besondere Gabe meines Trainers ist ...**
dass er immer ein offenes Ohr für mich hat
- **In zwanzig Jahren werde ich ...**
hoffentlich immer noch von der Leichtathletik begeistert sein
- **Mein sportlicher Traum wäre ...**
auch in einigen Jahren noch an internationalen Wettkämpfen teilzunehmen, also zum Beispiel bei einer EM in der Allgemeinen Klasse
- **Wenn ich nicht trainieren kann ...**
werde ich ganz nervös und warte gespannt aufs nächste Training
- **In der Schule bin ich ...**
eigentlich nicht so schlecht
- **Vor einem Wettkampf bin ich ...**
ein bisschen nervös, aber das ist gut so
- **Mein sportliches Vorbild ist ...**
Marcel Hirscher. Mich fasziniert wie stark er mental ist.
- **Beim Training bin ich ...**
top motiviert und für jeden Spaß zu haben
- **Doping ist ...**
für mich ein No-Go
- **Ein Trainer braucht für mich ...**
Zeit für jeden seiner Athleten
- **Ich ärgere mich, wenn ...**
etwas nicht so läuft wie ich es möchte
- **In den Ferien ...**
bin ich immer draußen, egal ob im Winter, im Schnee oder im Sommer in der Hitze
- **Wenn die Leichtathletik abgeschafft werden würde ...**
ich sie neu erfinden



Foto: Johannes Brunner

Karriereende und Neustart

Sie sind die modernen Gladiatoren. Sie schaffen scheinbar Unmögliches und haben ein Heldenimage. Sie sind Vorbilder für viele: Die Rede ist von Spitzensportlern. Ihr oberstes Ziel ist, ganz oben zu stehen. Am Podest, der Rangliste, der Rekordliste. Der Lohn: Medaillen, Bewunderung und Selbstvertrauen.

Mag. Judith Draxler-Hutter analysiert die Problematik des Karriereendes aus sportpsychologischer Sicht.

Warum beenden Athleten ihre Karriere?

Es gibt diejenigen, die aufhören, weil sie verletzt sind oder weil die Leistung fehlt. Der Rücktritt ist ungeplant, passiert spontan und von den Umständen erzwungen.

Dann gibt es diejenigen, deren Rücktritt geplant ist, weil leistungsmäßig alles erreicht wurde. Diese AthletInnen setzen sich mit der Frage auseinander, was danach kommt.

Und wie geht es den Sportlern damit?

Ob geplant oder ungeplant, die Frage, wie es weitergeht, beschäftigt alle. Was tue ich nachher? Welche Alternativen habe ich? Diejenigen, die das

Karriereende vorausplanen, tun sich leichter. Aber alle ehemaligen Leistungssportler kämpfen damit, wenn die Tagesstruktur wegfällt. Die Bezugspersonen verschwinden, der Freundeskreis ändert sich. Das Hilfswerk aus dem Alltag bricht abrupt weg, weil es über den Sport geregelt war. Alles ist plötzlich anders. Ein großer Umbruch, vielleicht sogar eine Art Identitätskrise.

Wie geht es dann weiter?

Die meisten Sportler definieren sich stark über Erfolge und arbeiten stets auf Ziele hin. Wenn diese Ziele abseits vom Stadion unklar sind, oder man vom Sieger zum Niemand „zurückfällt“, kann es entspannend und lässig sein. Danach ist es aber essentiell, anspornende Ziele zu setzen, den Ehrgeiz zu wecken, sonst kann große Antriebslosigkeit einsetzen. Die Erfolge bleiben aus, das Ego leidet. Es kann sogar zu Depressionen kommen. Alles, was wichtig war, worauf jahrelang hingearbeitet wurde, woran Motivation und Wertvorstellungen geknüpft waren, liegt in der Vergangenheit.

Wer kann wie unterstützen?

Der Sportler selbst, die Betreuer, der Verein müssen schon während der aktiven Zeit Prävention betreiben. Eine Ausbildung, zumindest der Anfang, bildet eine Perspektive und hilft, Ideen zu entwickeln. Dann ist der Übergang leichter. Das Umfeld soll Hilfestellung geben, aus eigener Erfahrung erzählen, keinen Druck machen. Ein



Fotos: GEPA-pictures

Ex-Rad-Weltmeister Roland Königshofer nun Sports Marketing Manager und Judith Draxler-Hutter

weiterer wichtiger Schritt ist, zum Profi zu gehen. Sportspsychologen begleiten schließlich nicht nur während der aktiven Karriere, sondern auch danach. Leider ist das ein vernachlässigter Bereich. Förderstellen begleiten solange man aktiv ist und Medaillen macht. In der Umstellung werden Sportler alleine gelassen. Hier sehe ich Nachholbedarf bei Vereinen, Verbänden und Trainern. Denn Abtrainieren muss man nicht nur medizinisch, sondern auch emotional. Selbstständigen Athleten fällt der Übergang leichter als abhängigen. Sie sind nicht nur fremdgesteuert.

Außerdem ist es für die Athleten wichtig, etwas zu finden, wo sie „glänzen“. Im Berufsleben oder auch in einer Zweitsportart. So lässt sich das Abtrainieren ohne direktem Vergleich zu früheren Leistungen erledigen. Erfolgserlebnisse sind notwendig, auch wenn der „Kick“ vom Wettkampf kaum zu ersetzen ist.

Grundlegend ist zu lernen, die Leistungszeit gehen zu lassen. Der Ehrgeiz jedoch muss nicht abgelegt, der Beruf aber passend ausgesucht werden. Eine neue „Bühne“ für ähnliche Erlebnisse muss her.

Zusammengefasst ist wichtig,...

... die Welle der Hilflosigkeit zu vermeiden: Vorher planen, darüber reden, Alternativen vorab sichern, Hilfe holen, offen für neue Chancen sein. Man sollte auch Freunde außerhalb des Sports haben, so fallen nicht alle auf einmal weg. Es ist wie bei einem Zirkusartisten: Athleten brauchen ein Fangnetz, bestehend aus Ausbildung und Umfeld. Wer Sicherheit hat, ist mutiger und gelöster, bringt oft bessere Leistungen. Das Sicherheitsnetz wird vielleicht nicht unmittelbar gebraucht, aber es ist da und beflügelt bei den Saltos, die das Leben so zu bieten hat.

Julia Siart



Günther Weidlinger: Spitzenläufer und nun beruflich erfolgreich u.a. als Athletenkoordinator des Linz Marathons



Thomas Tebbich, ehemaliger Top-Zehnkämpfer seit dem Vorjahr Sturm Graz Manager



Günther Matzinger, seit kurzem Heeressportler arbeitet schon jetzt mit der „SportboXX“ an der Karriere nach der Karriere

Valentin Pfeil – der Wien-Marathon kann kommen

Der 23. April 2017 ist ein Sonntag, wie jeder andere auch. Vielleicht ein Tag zwischen Sonne und Schein, vielleicht zwischen Regen und Tropfen. Was für die meisten Menschen belanglos ist, wird für Valentin Pfeil wichtig sein. Er hat ein Jahr lang für diesen Tag trainiert. Am 23. April startet er beim Vienna City Marathon.

„Ich bin jetzt in der Phase, in der das Training besonders hart ist. Zwölf Einheiten und bis zu 200 Kilometer sind mein Wochenpensum“, erzählt er mir als ich ihn in einem Kaffeehaus in Wien treffe. Die letzten zwei Wochen hat Valentin in einem Trainingslager in Andalusien zugebracht und mit deutschen Marathonläufern trainiert. Leider kam ihm auch ein grippaler Infekt dazwischen. Das macht besonders kribbelig, da Krankheiten auch Energieentsafter sind und das geplante Training durcheinander bringen.

Marathonläufer haben keine Vorläufe und auch nicht mehrere Versuche. Es gibt im Jahr höchstens

zwei Chancen. Und noch etwas macht den Unterschied: Ein Springer oder Werfer oder Sprinter kann im Training seine momentane Leistungsgrenze überprüfen. Ein Marathonläufer kann das nicht. Es gibt keinen Probemarathon. Eine genaue Prognose der Leistungsgrenze entzieht sich der gängigen Koordinaten. Auch wenn die Trainingsleistungen gut sind, sitzt man bis zum Tag X im Wartesaal.

Valentin ist optimistisch. Er hat voriges Jahr beim VCM Erfahrungen gesammelt. „Ich bin jetzt weiter und weiß einstweilen, was bei Kilometer 30, 35 und 40 passieren kann“, gesteht er sich ein. Das



waren die Marken, wo sich 2016 sein Wunsch vom Olympialimit nicht erfüllte. Seine Zeit war dennoch imponierend. Er beendete sein Marathondebüt mit 2:16 Stunden.

Sein Faible für die ganz langen Strecken hat sich ziemlich schnell entwickelt. Als Kind hat er sich für Schifahren, Tennis und Fußball begeistert. Als Leichtathlet wurde Valentin U20-Meister über 3.000m Hindernis, und von da weg nahm er hauptsächlich die Strapazen der Langstrecken auf sich. Sein Erfolgskalender listet viele Staatsmeistertitel im Cross- und Straßenlauf, über 3.000m Hindernis, 5.000m genauso wie über die 10.000m auf. Er ist aber nicht nur Frischluftläufer. Auch in der Halle wurde er 2014 Staatsmeister über 3.000m.

Seit 2008 ist Pfeil in der Trainerobhut von Hubert Millonig. Damit erübrigt sich jede weitere Frage, wer die Topleistungen aus dem Hintergrund steuert. 2016 war ein besonderes Jahr. Valentin nahm an zwei Europameisterschaften teil und stellte über 5.000m mit 14:03 min und im Halbmarathon mit 1:04 Stunden persönliche Bestleistungen auf. Diesen Aufwind möchte er heuer weiter nützen.

„Meine ganze Konzentration gilt jetzt dem Wien-Marathon. Für diesen Lauf habe ich alles andere zurück gestellt“, sagt Valentin, der seit dem 1. Februar dem Kader der Heeressportler angehört. Damit übersiedelt er auch von Steyr, wo sein Leichtathletikverein zu Hause ist, in die Südstadt. In Steyr ist auch sein mögliches Berufsdomizil. Pfeil hat das Studium für Veterinärmedizin abgeschlossen, und es liegt nahe, dass er die Praxis seiner Eltern übernehmen wird. Die Entscheidung, ob noch Laufsport oder schon Tierarzt ist ihm nicht leicht gefallen. Da er aber nun beim Heeressport die Möglichkeiten hat, sich ganz auf das Laufen zu konzentrieren, freut er sich umso mehr darauf.



Valentin Pfeil trug auch bei den European Games in Baku 2015 das Nationaltrikot

„Ich spüre noch viel Feuer für das Laufen und möchte herausfinden, was ich noch drauf habe. Die Chancen im Sport habe ich nur jetzt, den beruflichen Weg kann ich auch noch später gehen“, sagt Valentin über den Treibstoff seiner Gefühle. Er wird heuer 29 Jahre alt und will für den ÖLV noch nicht zur Erinnerung werden. Das Ziel für heuer ist eine Teilnahme an der Weltmeisterschaft in London. Das ganz große Ziel sind die Olympischen Spiele 2020.

Doch vorerst steht das große Ereignis in Wien im Vordergrund, bei dem Valentin wieder groß im Fernsehen ins Bild kommen wird. Österreichs schnellster Marathonmann macht Werbung für die Leichtathletik.

Als Valentin nach dem Gespräch seine Lauftasche nimmt und die GPS-gesteuerte Uhr einstellt, beginnt es zu schneien. Sein heutiges Trainingsprogramm ist eher gemütlich, sagt er. Acht Kilometer auf dem Laufband einlaufen und dann 18 Kilometer draußen mit 3.33min pro Kilometer.

Ich selbst bleibe im Warmen sitzen und bestelle mir noch einen Kaffee. Am 23. April werde ich aber mit Hupe und Pfeiferl am Straßenrand stehen und Valentin anfeuern.

Herbert Winkler

Empfohlen von Apotheken !



headstart®



- Hilft Konzentrationsfähigkeit zu verbessern!
- Gegen oxidativen Stress!
- Hilft Erschöpfung und Müdigkeit zu verringern!
- Vitaminhaltig!
- Ohne Koffein!

Der ideale Begleiter

- Im Beruf
- In der Schule
- In Stresssituationen
- Im Alltag
- Beim Sport



www.headstart.at



IAAF-Präsident Sebastian Coe
 und Vize-Präsident Sergey Bubka
 Foto: Philippe Fitte for IAAF

Nationenwechsel derzeit nicht möglich

Der Welt-Leichtathletikverband, IAAF, hat in seiner 208. Council-Sitzung am 6. Februar 2017 in Frankreich einige richtungsweisende Entscheidungen getroffen.

Die Kritik an den Nationenwechsel in der Leichtathletik wuchs in den letzten Jahren immer mehr an. Zahlreiche Länder begaben sich auf Einkaufstour nach Afrika oder in die Karibik und verzerrten so das Kräfteverhältnis in der Leichtathletik. Speziell die Laufbewerbe bei Europameisterschaften verkamen zu „Afrika-Meisterschaften“.

Hamad Kalkaba Malboum, Präsident des Afrikanischen Leichtathletik-Verbands, sieht die Lage sehr kritisch: „Die derzeitige Situation ist falsch. Wir haben einen Ausverkauf von afrikanischen Talenten an den Höchstbieter.“ Letzte Woche hat nun die IAAF die Nationenwechsel eingefroren und eine Arbeitsgruppe eingesetzt, die bis zum Ende des Jahres ein neues Regulativ ausarbeiten soll.

Russland weiter ausgeschlossen

Russland bleibt weiterhin ausgeschlossen und wird auch bei der WM in London nicht teilnehmen.

Einzelne Athleten werden aber unter neutraler Flagge starten können, wie dies Weitspringer Darya Klishina bereits in Rio 2016 tat. Diese Ausnahmeregelung wird auch explizit für die russischen Nachwuchsatleten beim European Youth Athletics Festival (EYOF) in Győr sowie der U18-WM in Nairobi Anwendung finden. Die Liste jener Länder, die sich gegen eine Teilnahme ihrer Jugendlichen in Kenia entschieden haben, wird indes immer länger: USA, Kanada, Australien, Neuseeland, Großbritannien, Norwegen, Schweden, Niederlande, Schweiz, Österreich.

Neuer WM-Vergabemodus

Für alle Weltmeisterschaften nach 2021 wird ein neues Auswahlverfahren zur Anwendung kommen. Der bisherige Bewerbungsprozess wird radikal verändert. Strategische Ziele zur Weiterentwicklung der Leichtathletik sollen in den Mittelpunkt rücken.

Helmut Baudis

Olympic Moms – Schwangerschaft und Leistungssport

Vor zwei Jahren bei den US-Track-and-Field-Championships Outdoor gab es im 800m Vorlauf der Frauen eine außergewöhnliche Leistung. Alysia Montano, eine Mittelstreckenläuferin, war in der 34. Woche schwanger und bestritt das Rennen mit einem nicht zu übersehenden Babybauch.



Alysia Montano im 800m Finale der Olympischen Spiele in London 2012

„Ich wollte nur nicht überrundet werden“, sagte die damals 28-jährige Athletin mit einem Schmunzeln gegenüber einer amerikanischen Zeitung. In den vier Jahren zuvor hatte Alysia Montano das 800m Rennen jeweils für sich entschieden. Immerhin hat die Läuferin eine Bestzeit von 1:57:34 Sekunden vorzuweisen. Und auch in diesem Jahr, betonte sie, sei der athletische Prozess der gleiche, sie sei eben „nur“ schwanger. Ihre Ärzte empfahlen ihr sogar, ihr Training weiterzuführen, und da sie sich bei Lauftrainings sehr wohl fühlte, beschloss sie an den US-Championships teilzunehmen.

Immer öfter hört und sieht man auf Social media Plattformen ähnliche Elite-Moms. Frauen, die während ihrer sportlichen Karriere schwanger werden und teilweise während, fast immer aber

nach der Schwangerschaft, den Leistungssport wieder aufnehmen.

Hard Facts

Aus medizinischer Sicht kann ein Training während der Schwangerschaft durchaus Vorteile bringen. Alleine das „Mehrgewicht“ während dieser Trainingsmonate macht eine Athletin stärker. Hinzu kommt ein erhöhtes Schlagvolumen des Herzens, ein Anstieg des Gesamtblutvolumens um bis zu vierzig Prozent, eine Vergrößerung des Herzens und eine Vermehrung der roten Blutkörperchen. Den größten Anteil an den oftmals besseren Leistungen von Athletinnen nach einer Schwangerschaft spricht man der Psyche zu. Man kann als Frau durch eine Schwangerschaft aus dem Trainingsalltag ausbrechen, ist befreit von Ver-



Jana Pittman, die zweifache Leichtathletik-Weltmeisterin ist seit 2013 im Bobsport als Antrieberin aktiv.

Fotos: GEPA-pictures

sagensängsten und erkennt, dass es im Leben auch etwas anderes als den Sport gibt. Eine Schwangerschaft kann also eine Veränderung des Selbstverständnisses einer Frau im Leistungssport auslösen.

Moms that went Pro

Wenn man an Frauen denkt, die nach einer Schwangerschaft zurück auf die Weltbühne des Sportes gekommen sind, so fallen einem sofort einige prominente Namen ein: Jessica Ennis-Hill, Paula Radcliffe, Priscilla Lopes-Schliep oder Jana Pittman. Tony Minchiello, Jessica Ennis-Hills Trainer, meinte dazu, dass seine Athletin maximal einen Tag trainingsfrei bekommt, nämlich den Tag der Geburt. Während des ersten Trimesters der Schwangerschaft sei der sportliche Trainingsalltag für die Britin ohne große Veränderungen absolvierbar gewesen. Mit wachsendem Babybauch wurden die Trainingsmethoden – zum Beispiel die Drehbewegungen beim Kugelstoßen und beim Speerwurf – verändert.

Abtreibung als Dopingmittel

Leider hat das Thema Schwangerschaft und Leistungssport auch eine Schattenseite, nämlich das Doping. „Abortion Doping“ bezeichnet den Vorgang einer geplanten Schwangerschaft zur Leistungssteigerung des Körpers und einer zeitgerechten Abtreibung des Fötus. Vor allem in den ersten drei Monaten einer Schwangerschaft erfährt der Körper, wie oben beschrieben, leistungssteigernde Prozesse. Hinzu kommt noch eine sehr positive Hormonumstellung, wobei nicht nur vermehrt Progesteron und Östrogene, sondern auch Testosteron ausgeschüttet werden. In den 1970ern und 1980ern kamen erstmals Gerüchte auf, dass in der ehemaligen DDR diese Schwangerschaftsvorteile genutzt würden. Athletinnen würden sich absichtlich schwängern lassen und



Siebenkämpferin Jessica Ennis-Hill, Olympia-Gold 2012 und als junge Mutter -Silber 2016



Paula Radcliffe und Haile Gebrselassie 2012 beim damaligen Bundespräsidenten Heinz Fischer

später abtreiben, um ihre Leistung in diesem Zeitraum zu steigern. Dr. Poul-Erik Paulev von der Universität in Kopenhagen war der Erste der diesen Verdacht verschriftlichte und als Dopingmethode bezeichnete. Offiziell ist diese Methode verboten, jedoch auch nicht nachweisbar.

Jessica Ennis-Hill, Desiree Singh, Jana Pittman und viele andere brechen die Tabus von Müttern im Spitzensport. Sie alle zeigten Leistungen auf Weltniveau, auch nach einer Schwangerschaft. Sie sind damit in Bezug auf das Management des Trainingsalltags durchaus ein Vorbild. Diese Power-Moms zeigen, dass frau nicht allein im Sport erfolgreich sein kann.

Rose Koppitsch, Viola Kleiser

ÖLV-Jahresbeste 2017 – Halle

Männer

60m	6,71	Markus Fuchs
200m	21,72	Dominik Distelberger
400m	48,32	Mario Gebhardt
800m	1:51,85	Dominik Stadlmann
1500m	3:42,74	Andreas Vojta
3000m	7:55,83	Andreas Vojta
60m Hü	8,07	Dominik Distelberger
4x200m	---	---
Hoch	1,99	Andreas Steinmetz
Stab	4,87	Dominik Distelberger
Weit	7,51	Dominik Distelberger
Drei	16,23	Julian Kellerer
Kugel	15,37	Gerhard Zillner
Diskus	62,23	Lukas Weißhaidinger
7Kampf	5.939	Dominik Distelberger
3000m Gehen	15:25,04	Rainer Hainzl

Frauen

60m	7,50	Viola Kleiser
200m	23,96	Viola Kleiser
400m	56,14	Carina Schrempf
800m	2:07,88	Carina Schrempf
1500m	4:29,37	Nada Ina Pauer
3000m	9:28,81	Nada Ina Pauer
60m Hü	8,15	Stephanie Bendrat
4x200m	---	---
Hoch	1,86	Ekaterina Krasovskiy
Stab	4,11	Brigitta Hesch
	4,11	Agnes Hodi
Weit	6,39	Ivona Dadic
Drei	12,70	Michaela Egger
Kugel	14,65	Verena Preiner
5Kampf	4.520	Ivona Dadic
3000m Gehen	14:35,77	Agnes Kovacs (HUN)

Stand: 14.02.2017

Österreichische Rekorde

Hier finden Sie die österreichischen Rekorde der letzten Wochen:

Karin Freitag (geb. 1980; LG-Decker Itter)

100km-Lauf – Allgemeine Klasse

Neu: 7:45:58 Std. – Los Alcazares 27.11.2016

Alt: 7:58:33 Std., Sabine Hofer – Steyr, 19.09.2009

Cornelia Wohlfahrt (geb. 2000, LAC Klagenfurt)

1000m, Halle – U18 Halle

Neu: 2:56,01 min – Bratislava, 18.12.2016

Alt: 2:56,53 min, Franziska Schwarzmüller – Bratislava 29.11.2011

Verena Preiner (geb. 1995, Union Ebensee)

Fünfkampf, Halle – Allgemeine Klasse

Neu: 4.486 Punkte – Linz, 15.01.2017

Alt: 4.260 Punkte, Ivona Dadic – Tallinn, 14.02.2016

Ivona Dadic (geb. 1993, Union St. Pölten)

Fünfkampf, Halle – Allgemeine Klasse

Neu: 4.520 Punkte – Wien, 05.02.2017

Alt: 4.486 Punkte, Verena Preiner – Linz, 15.01.2017

Cornelia Wohlfahrt (geb. 2000, LAC Klagenfurt)

800m, Halle – U18

Neu: 2:11,12 min – Bratislava, 29.01.2017

Neu: 2:10,96 min – Linz, 10.02.2017

Alt: 2:13,07 min, Franziska Schwarzmüller – Wien, 21.02.2009

IMPRESSUM

Herausgeber: ÖLV-Pressereferat | **Inhaber:** Österreichischer Leichtathletik-Verband, Prinz-Eugen-Straße 12, A-1040 Wien, Tel. 01/5057350, ZVR-Zahl: 831713114 | **Redaktion:** Helmut Baudis, Elisabeth Eberl, Robert Katzenbeißer, Viola Kleiser, Rose Koppitsch, Hannes Riedenbauer, Julia Siart, Herbert Winkler | **Layout:** SHW – Stephan Hiegetsberger Werbe-
grafik-Design GmbH | **Anzeigen:** baudis@oelv.at
Internet: www.oelv.at | **e-Mail:** office@oelv.at

#POLARM200

GPS

INTEGRIERTES
GPS



PULSMESSUNG
AM HANDGELENK



TÄGLICHES
AKTIVITÄTSZIEL



WECHSELBARE
ARMBÄNDER



GRATIS APP &
WEBSERVICE



POLAR M200

GPS-LAUFUHR

Find the joy of running



Freude kommt in vielen Farben. Finde deine auf polar.com

POLAR

PIONEER OF WEARABLE SPORTS TECHNOLOGY

ÖSTERREICHISCHE HALLEN-STAATSMEISTERSCHAFTEN ÖSTERREICHISCHE HALLEN-MEISTERSCHAFTEN

Zeitplan Samstag, 18. Februar 2017

ZEIT	U18-M	AK-M	AK-W	U18-W	CALL-ROOM	EIN-MARSCH
13:00	Weit			Hoch	12:15	12:25
13:00		3000m BGZL			12:40	12:50
13:25			3000m BGZL		13:05	13:15
14:00		60m VL			13:30	13:40
14:15		Stab			13:15	13:25
14:15			60m VL		13:45	13:55
14:30	60m VL				14:00	14:10
14:45				60m VL	14:15	14:25
14:45			Drei		14:00	14:10
15:10		60m EL			14:40	14:50
15:20			60m EL		14:50	15:00
15:30	60m EL				15:00	15:10
15:40				60m EL	15:10	15:20
16:00		800m ZL			15:40	15:50
16:15		Hoch		Weit	15:30	15:40
16:15			800m ZL		15:55	16:05
16:45	800m ZL				16:25	16:35
17:00				800m ZL	16:40	16:50
17:15			Stab		16:15	16:25
17:15		200m ZL			16:45	16:55
17:30			200m ZL		17:00	17:10
17:45	200m ZL				17:15	17:25
18:00				200m ZL	17:30	17:40
18:00		Drei			17:15	17:25
18:30	Hoch				17:45	17:55
18:30				3000m ZL	18:10	18:20
18:45			3000m ZL		18:25	18:35
19:00	3000m ZL				18:40	18:50
19:15		3000m ZL			18:55	19:05

Zeitplan Sonntag, 19. Februar 2017

ZEIT	U18-M	AK-M	AK-W	U18-W	CALL-ROOM	EIN-MARSCH
10:30	Kugel	Weit			09:45	09:55
10:30				60m Hü VL	10:00	10:10
10:35				Stab	09:35	09:45
10:50			60m Hü VL		10:20	10:30
11:10	60m Hü VL				10:40	10:50
11:30		60m Hü VL			11:00	11:10
11:45				Kugel	11:00	11:10
11:50			Weit		11:05	11:15
11:50				60m Hü EL	11:20	11:30
12:05			60m Hü EL		11:35	11:45
12:20	60m Hü EL				11:50	12:00
12:35		60m Hü EL			12:05	12:15
13:00	Stab				12:00	12:10
13:00		Kugel			12:15	12:25
13:00				400m ZL	12:30	12:40
13:15			400m ZL		12:45	12:55
13:15				Drei	12:30	12:40
13:30			Hoch		12:45	12:55
13:30	400m ZL				13:00	13:10
13:45		400m ZL			13:15	13:25
14:00				1500m ZL	13:40	13:50
14:15			1500m ZL		13:55	14:05
14:15	Drei				13:30	13:40
14:20			Kugel		13:35	13:45
14:30	1500m ZL				14:10	14:20
14:45		1500m ZL			14:25	14:35
15:10			4x200m ZL		-	-
15:25		4x200m ZL			-	-
15:40	4x200m ZL			4x200m ZL	-	-

