

Sabine Reiner

Österreichs zweite Weltklasse-
 Bergläuferin im Interview – S. 15.



Foto: GEPA Pictures

In der Weltklasse angekommen



Dominik Distelberger gelang in Götzis der große Durchbruch. Österreich hat nun mit ihm wieder einen absoluten Weltklasse-Zehnkämpfer. Anlässlich dieser Top-Leistung widmen wir uns in der aktuellen Ausgabe der ÖLV-Nachrichten der Zehnkampf-Geschichte mit vielen Zahlen und Fakten. Mehr ab Seite 3 (Foto: GEPA Pictures).

Inhalt

8.000 Punkte im Zehnkampf	2
D. Distelberger im Interview	5
Flotte Athleten, smarte Phones	8
Kurzmeldungen	9
EM-Silber für Matthias Rebl	11
Der Kampfrichter meint	18
Sport respects your Rights	14
Weltklasse im Doppelpack	15
Statistik	19

Story

Ex-Leichtathlet Matthias Rebl feierte vor wenigen Wochen seinen größten sportlichen Erfolg und erlebte gleichzeitig eine seiner bittersten Niederlagen. Der American Football-Teamspieler im Gespräch – mehr dazu ab Seite 11.



Foto: Herbert Kratky – photokratky.com

EDITORIAL



Dr. Ralph Vallon
 ÖLV-Präsident

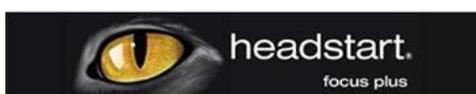
Countdown für Zürich

Unsere Top-Leichtathleten sind sehr gut in die Saison gestartet. Das Hypo Mehrkampf-Meeting, bei dem ich selbst vor Ort gewesen bin, war ein wirklich mitreißendes Erlebnis. Gratulation an Dominik Distelberger, Herwig Grünsteidl, Gregor Högler und Jan Siart, die gezeigt haben, wie Spitzen-Leistungen als Team geformt werden können. Ich freue mich auch über Andreas Vojtas Top-Zeiten und den neuen 1000m-Rekord.

Optimistisch sehe ich der EM in Zürich entgegen, wo wir auch auf Beate Schrott in Top-Form und das EM-Debüt einiger junger Athleten wie Jennifer Wenth, Kira Grünberg oder Thomas Kain hoffen, die sich in den letzten Wochen allesamt gut präsentiert haben.

Die mediale Präsenz ist besonders wichtig, daher freut es mich, dass es ORF-Sportchef Hans Peter Trost gelungen ist, die TV-Rechte zu sichern und die EM vollständig live im ORF Sport Plus übertragen wird.

Herzlich
 Ralph Vallon



Die Traummarke 8.000 Punkte im Zehnkampf

Dominik Distelberger lieferte in Götzis eine super Leistung ab und begeisterte das Publikum vor Ort und vor dem Fernseher. Er war der siebente ÖLV-Athlet, der die 8.000 Punkte-Marke, das Tor zur Weltspitze im Zehnkampf öffnete.

Vor dem Zehnkampf in Götzis hatte Dominik Distelberger mit seinen Bestleistungen in den Einzeldisziplinen 8.448 Punkte, mit gleichmäßigen Leistungen auf hohem Niveau schaffte er ausgezeichnete 8.168 Punkte. Das ist ein so genannter „Wirkungsgrad“ von 97%, was nur wenigen Weltklasse-Zehnkämpfern gelingt.



Mit Stand 31.12.2013 waren es 369 Athleten weltweit, die seit über 100 Jahren Zehnkampf die 8.000 Punkte-Marke – berechnet nach der 1985er Tabelle – erreicht oder übertroffen haben. Im Alltime-Nationenranking (Punkte der besten 10 Athleten addiert) lag Österreich mit 80.424 Punkten auf Platz 17. ¹⁾ Den Schweizern (80.628 Punkte, Platz 16) sind wir durch die Leistung von Dominik jetzt sehr nahe gerückt. In der Weltbestenliste 2013 haben 38 Zehnkämpfer +8.000 Punkte geschafft. ¹⁾ Im Siebenkampf bei den Frauen gelang es bisher noch keiner Österreicherin, die 6.000 Punkte-

Grenze zu „knacken“ – vielleicht wird nächstes Jahr Ivona Dacic die Erste sein.

Mit 31.12.2013 waren es 374 Siebenkämpferinnen, welche 6.000+ geschafft haben. ¹⁾ Dazu muss aber erwähnt werden, dass es den Siebenkampf erst seit 1981 gibt. Vorher waren es Fünfkämpfe, mit über die Jahre wechselnden Bewerben, was eine Vergleichbarkeit der Leistungen schwierig macht. Viele starke Mehrkämpferinnen, wie zum Beispiel auch die Österreicherinnen Liese Prokop oder Riki Lechner haben nie einen Siebenkampf absolviert.

Die Punktetabellen im Mehrkampf

Mit der Geschichte und Hintergründe der Punktetabellen im Mehrkampf könnte man ganze Diplomarbeiten füllen. Die aktuellen Tabellen, auf die alle Zehnkämpfe und Siebenkämpfe der aktuellen Alltime-Listen zurückgerechnet wurden, stammen aus dem Jahr 1985.

Ein paar interessante Fakten zu den Punktetabellen: Zum Einen hielt bis 1985 Jürgen Hingsen (GER) den Weltrekord im Zehnkampf mit 8.798 Punkten (1984) und verlor ihn dann an Daley Thompson (GBR), dessen 8.797 Punkte von 1984 mit der neuen Tabelle 8.847 Punkte wert waren.

In Österreich passierte das ebenso – alter Rekordhalter war bis 1985 Sepp Zeilbauer mit 8.311 Punkten (8.219 Punkte neue Wertung), neuer Rekordhalter wurde Georg Werthner mit 8.224 Punkten (1982 war diese Leistung 8.229 Punkte wert).

Im Jahr 1963 schaffte Yang Chuan-Kwang in den USA – ein Student

aus Formosa – mit den damals gültigen progressiven Punktetabellen einen Weltrekord mit 9.121 Punkten. Im Jahr darauf wurden die Tabellen grundlegend überarbeitet und es dauerte bis 1966 bis wieder ein Athlet die 8.000 Punkte-Marke übertraf. ²⁾

An den Tabellen ab 1964 hatte der eher im Vermessungswesen bekannte Österreicher Dr. Karl Ulbrich (†1987) einen wesentlichen Anteil. ³⁾ Er war auch sehr Leichtathletik-interessiert und veröffentlichte in den 1950er Jahren einige Artikel und Bücher, deren Überlegungen Grundlage für die neue Punktetabelle waren. Die Basis für die Punkte wurde die Geschwindigkeit, was auch noch bei der 1985er Tabelle zutrifft. ⁸⁾

Der neue und der alte Speer

Trotz Änderung der Schwerpunkte der Speere (1986 bei den Männern und 1999 bei den Frauen) hielt es die IAAF nicht für notwendig, die Punktetabellen wieder anzupassen oder neue Rekorde zu führen.

Auf der ÖLV-Website werden die Mehrkampfleistungen aber in getrennten Tabellen geführt, da alle Leistungen in einer Datenbank gespeichert sind und daraus alle Listen, Rekorde, etc. automatisch generiert werden – was die Nicht-Insider der Leichtathletik durchaus verwirren kann. Die Mehrkampfleistungen mit dem alten und neuen Speer sind nach derzeitigem Reglement trotzdem als gleichwertig anzusehen.

Mein Statistikkollege Dr. Karl Graf hat 1986 eine empirische Formel entwickelt, um die Speerleistungen

vergleichbar zu machen: 1,78·(alte Weite)^{0,85}

Wendet man diese Formel für die Zehnkampfleistungen vor 1986 an, so schaut die ewige österreichische Bestenliste wie folgt aus:

8.320 P	Gernot Kellermayer (1993)
8.174 P	Sepp Zeilbauer (1976)
8.168 P	Dominik Distelberger (2014)
8.165 P	Georg Werthner (1982)
8.122 P	Klaus Ambrosch (2001)
8.102 P	Roland Schwarzl (2004)
8.039 P	Thomas Tebbich (1999)

Äpfel und Birnen

Beim Vergleich von Leistungen über einen längeren Zeitraum hinweg vergleicht man eigentlich „Äpfel mit Bir-

nen“, so ähnlich sah es auch Dale Harder in seinem Buch „Sports comparisons: you can compare apples to oranges“. Zu viele Änderungen gab es in der langen Geschichte der Leichtathletik. Um herauszufinden, wer die beste Zehnkampfleistung aller Zeiten absolvierte, wurde daher die Methode der relativen Scores etabliert. Dazu werden die zum Zeitpunkt eines Zehnkampfes gültigen Weltrekorde in den Einzeldisziplinen hochgerechnet. Wenig überraschend führt diese Liste der „König der Athleten“ Jim Thorpe mit 77,94% an. Der US-Athlet gewann den ersten olympischen Zehnkampf 1912 in Stockholm mit Leistungen, welche der damaligen Zeit weit voraus waren. ²⁾

Im Rahmen dieses Wettkampfes wurde auch der erste Zehnkampf eines Österreicherers dokumentiert – Josef Schäffer wurde Zehnter.

Ein Jahr später wurde dann im Rahmen des Adriameetings in Wien der erste Zehnkampf in Österreich ausgetragen. Josef Schäffer wurde hier Zweiter hinter dem Deutschen Karl von Halt, der auch bei den Olympischen Spielen einen Platz vor ihm lag. ²⁾ Aus österreichischer Sicht lassen sich die Zehnkampfleistungen leichter relativieren. Da noch kein Österreicher einen Weltrekord aufgestellt hat, können die Bestleistungen gegen die jeweils gültigen Zehnkampf-Weltrekorde relativiert werden.

Die Top 10 sehen wie folgt aus

Relative Score	Athlete	Score	Date	World Record Holder	Score	Date
97,08%	Zeilbauer Josef	8.219	16.05.1976	Nikolay Avilov	8.466	08.09.1972
94,20%	Werthner Georg	8.224	08.08.1982	Daley Thompson	8.730	23.05.1982
94,16%	Vesely Ludwig	6.464	30.08.1931	Akilles Järvinen	6.865	20.07.1930
93,58%	Kellermayr Gernot	8.320	30.05.1993	Dan O'Brien	8.891	05.09.1992
92,59%	Mandl Horst	7.624	05.10.1969	Kurt Bendlin	8.234	14.05.1967
90,44%	Schäffer Josef	5.049	15.07.1912	Hugo Wieslander	5.583	21.06.1912
90,42%	Tebich Thomas	8.039	30.05.1999	Dan O'Brien	8.891	05.09.1992
90,36%	Distelberger Dominik	8.168	01.06.2014	Asthon Eaton	9.039	23.06.2012
89,98%	Ambrosch Klaus	8.122	27.05.2001	Roman Sebrle	9.026	27.05.2001
89,76%	Schwarzl Roland	8.102	24.08.2004	Roman Sebrle	9.026	27.05.2001



Der erfolgreichste Zehnkämpfer?

Über einen längeren Zeitraum hinweg sind auch die Erfolge der besten Zehnkämpfer nur schwer vergleichbar. So gab es in den ersten Jahrzehnten der Leichtathletik – außer alle 4 Jahre bei den Olympischen Spielen – kaum Möglichkeiten, sich international zu messen. Ludwig Vesely war in den Jahren 1925 – 1931 vier Mal in der Weltbestenliste unter den Top 10 platziert, 1930 war er sogar auf Platz 3. ⁹⁾ International war er aber nur einmal bei Olympischen Spielen am Start (Platz 7 – 1928). Die erste EM gab es 1934, den Mehrkampf-Europacup seit 1973.

In den 60er Jahren wurde viele Länderkämpfe für die Mehrkämpfer ausgetragen. In dieser Zeit gab es mit Horst Mandl, Walter Dießl und Gert Herunter gleich drei starke Zehnkämpfer. Alle drei waren bei den Olympischen Spielen 1968 am Start – bisher einmalig für Österreich – wenn dann auch nur Walter Dießl den Zehnkampf mit Platz 12 beenden konnte.

Von 1968 bis 1972 etablierte sich ein regelmäßiger Länderkampf in Schielfeilen, wo u.a. die Sowjetunion und die DDR gegen Österreich angetreten sind. 1975 wurde erstmals das internationale Mehrkampfmeeting in Götzis



Montreal schaffte er keine gültige Höhe im Stabhochsprung. Im Jahr 1973 wurde er vom „Track & Field News“-Magazin am Ende des Jahres als Nummer 1 der Weltrangliste gereiht – das schaffte außer ihm bisher kein anderer österreichischer Zehnkämpfer.²⁾ Er ist auch der bisher einzige heimische Athlet, der das Mehrkampfmeeting in Götzis gewinnen konnte, und das gleich zwei Mal 1977 und 1981. Von 1975 bis 1979 siegte er auch dreimal bei der Universiade.

abgehalten.

1971 verbesserte in Schielleiten Sepp Zeilbauer den Junioren-Weltrekord auf 7.527 Punkte, bei den Europameisterschaften der Allgemeinen Klasse in Helsinki dann nochmal auf 7.783 Punkte, wo er als Junior Platz 5 belegte.



In seiner langen Karriere wurde er dann u.a. Vierter bei den Olympischen Spielen 1980 sowie Neunter 1972. Am Weg zu einem Top-Ergebnis 1976 in



Georg Werthner arbeitete sich zunächst im Schatten von Sepp Zeilbauer an die Weltspitze heran, konnte dann bei den Olympischen Spielen 1980 erstmals die 8.000 Punkte Grenze durchbrechen und wurde überraschend vor Zeilbauer Vierter – die bisher beste Platzierung eines männlichen österreichischen Leichtathleten bei Olympischen Spielen in der Geschichte. Er war auch der erste Zehnkämpfer weltweit, der 4 olympische Zehnkämpfe beenden konnte (1976 – 1988). Zu seinen Erfolgen zählt u.a. auch ein zweiter Platz bei Junioren-Europameisterschaften (1975). Roland Schwarzl wurde 1999 Dritter bei den Junioren-

Europameisterschaften im Zehnkampf. Im Hallenmehrkampf war er der bisher stärkste ÖLV-Athlet. Bei den Hallen-Europameisterschaften 2005 schaffte er als bisher einziger Österreicher über 6.000 Punkte und wurde mit dieser Leistung Dritter. Im Jahr 2010 konnte er seinen Rekord nochmal auf 6065 Punkte steigern.



Mannschaftlich schaffte das ÖLV-Mehrkampfteam unter Nationaltrainer Sepp Schmidl Anfang der Jahrtausendwende seine größten Erfolge. Das Team Thomas Tebbich, Klaus Ambrosch und Thomas Walser qualifizierte sich durch einen Sieg in der 1. Liga 2001 in Ried für die Superliga. Dort schafften 2002 Klaus Ambrosch mit den beiden Brüdern Thomas und Markus Walser den 5. Platz und Klassenerhalt. Das war der bisher beste Platz eines ÖLV-Zehnkampfteams beim Europacup.

Hier die Anzahl der Leistungen über 8.000 Punkte von Österreichern mit der 1985er Tabelle:

- Sepp Zeilbauer: 10x (1973 - 1981)
- Georg Werthner: 6x (1980 - 1984)
- Gernot Kellermayr: 3x (1992, 1993)
- Roland Schwarzl: 3x (2004, 2010)
- Klaus Ambrosch: 2x (2000, 2001)
- Thomas Tebbich: 1x (1999)
- Dominik Distelberger: 1x (2014)

Ist Schummeln erlaubt, solange man nicht erwischt wird?

Wie im täglich Leben gibt es auch im Sport immer wieder Fälle, wo Athleten beim „Erschummeln“ von Leistungen erwischt werden, sei es durch falsche Messungen, nicht erlaubte zusätzliche Versuche, manipulierte Wurfgerä-

te, falsche Zeitmessungen, zu kurze Strecken, Einnahme verbotener Substanzen, absichtliches Behindern von Gegnern, usw.

Im Laufe der Jahre habe ich viele solcher Geschichten gehört – manche gehören wohl in die Ecke der „Legenden und Märchen“, andere stimmen vielleicht.

Die Frage ist, ob der Athlet wissenschaftlich „geschummelt“ hat. Die Leichtathletik war auch nicht immer so streng reglementiert wie heute. Im Jahr 1902 hatte das erste österreichische Regelwerk gerade einmal 6 bedruckte Seiten (ohne Einband)⁵⁾. Die IWR 2014 bringt es mittlerweile auf 302 Seiten. Anlassbezogen wird das Regelwerk laufend dicker, die Liste der verbotenen Substanzen immer länger – wodurch lückenlose Kontrollen ohnehin immer unmöglicher werden.

Bei den ersten Zehnkämpfen war es nicht unüblich, dass diese über 3 Tage gingen – die Disziplinen wurden gemeinsam mit den Spezialisten in irgendeiner Reihenfolge ausgetragen.⁴⁾ Gerade in der 1970er Jahren gab es große Verwirrungen wegen handgestoppten, halbelektronischen und vollelektronischen Zeitnahmen – wo in einigen Fällen die Statistiker bis heute noch keine Klarheit haben. Mit den Windmessungen wird es auch heute manchmal noch nicht so genau genommen, bzw. gab es diese früher gar nicht.

Immer beliebter wird das öffentliche Spekulieren über Doping. Zahlreiche Reportagen, Bücher und Artikel darüber mit Großteils Halbwahrheiten oder „Legenden“ von Dopinggegnern oder sogenannten „Insidern“ füllen die Medienlandschaft.

Pioniere im Erforschen von leistungssteigernden Substanzen waren übrigens zwei bekannte Wissenschaftler aus Österreich, einer davon bekam 1923 den Chemie-Nobelpreis.⁶⁾ Ende des 19. Jahrhunderts führten sie Selbstversuche mit Testosteron durch und haben die Ergebnisse dann in der renommierten wissenschaftlichen Zeitschrift „Pflügers Archiv“ veröffentlicht.⁷⁾

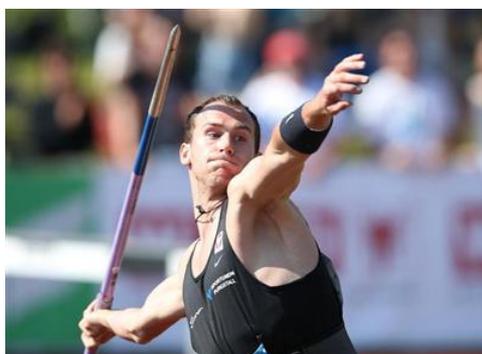
Trotz aller Regelwerke und Spekulationen weiß aber am Ende immer nur der Athlet selbst, ob er seine Leistung ehrlich erzielt hat oder nicht – und abhängig von seinem Charakter wird er die Leistung so stehen oder sie annullieren lassen.

Robert Katzenbeißer

Referenzen

- 1) Hans van Kuijen: 2013 Annual Combined Events
- 2) Frank Zarnowski: The Decathlon 1989
- 3) http://81.10.184.26:9001/personen_add/Ulbrich_Karl_Wiss_Arbeiten_Burgenland_79_0503-0511.pdf
- 4) <http://anno.onb.ac.at/cgi-content/anno?apm=0aid=iosdatum=19130802seite=3zoom=2>
- 5) <http://www.oelv.at/static/history/wettkampfregelein1902.pdf>
- 6) <http://graz.radln.net/cms/beitrag/10827763/25359419/>
- 7) http://archive.org/stream/pflgersarchiveu14unkngoog/pflgersarchiveu14unkngoog_djvu.txt
- 8) <http://www.oocities.org/mdetting/sports/decathlon-points-history.html>
- 9) Hans van Kuijen: 2012 100 Years Olympic Decathlon

Dominik Distelberger im Interview



Du hast in Götzis mit 8.168 Punkten 97% der Summe deiner Einzelbest-

leistungen als Zehnkampfergebnis erreicht – ein sehr guter Wert. Wie lässt sich da noch etwas draufsetzen?

Dominik Distelberger: Ich habe allgemein mein ganzes Niveau angehoben. Bestimmte Leistungen in den Würfeln und den Sprints kann ich jetzt fast immer abrufen. Wenn die Bedingungen passen, sind auch 8.200 Punkte drin.

Bezogen auf Götzis gibt es im Diskuswurf die größte Verbesserungsmöglich-

keit. Da habe ich nur 40,55 Meter geschafft, es sind aber sicher 43-44 Meter für mich möglich. Ein ganz großer Sprung über 300 Punkte wie diesmal wird jetzt nicht drin sein. Ich muss die Punkte zusammenhamstern und darf mir keinen Ausreißer nach unten leisten. Es gibt so viele Varianten, in denen noch Punkte liegen. Zum Beispiel eine Höhe mehr im Hochsprung oder Stabhochsprung, was ich im Training schon gesprungen bin.

Du hast Götzis weit besser verkraftet als bisherige Zehnkämpfe. Woran liegt das?

Wir haben viel mehr Umfang trainiert. Wir haben auch viel härter trainiert und ich war verletzungsfrei. Außerdem haben Herwig und Gregor einen Ernährungsplan für mich erstellt. Getränke, Essen und Zusatzernährung waren genau auf den Zeitplan und die Bewerbe abgestimmt. Man soll nie Hunger oder einen Einbruch bekommen. Auch das können wir noch verbessern. Gerade für die EM wird das sehr wichtig, weil der Zeitplan in Zürich viel anstrengender ist. Der Wettkampf dauert dort an beiden Tagen über zehn Stunden lang.

Ist der österreichische Rekord machbar für dich?

Dieses Jahr wohl nicht, aber natürlich

ist das mein Ziel. Nächstes Jahr könnte es schon möglich sein. Ich will mich Step by Step annähern. Der Siebenkampfrekord könnte vom Niveau her in der kommenden Hallensaison schon drin sein. Wenn ich im Zehnkampf 8200 Punkte schaffe, kann ich auch den Rekord von 8320 Punkten angreifen.



Denkst du daran, dass der Zehnkampfrekord manchmal in Frage ge-

stellt wird, weil der Inhaber Gernot Kellermayer kurze Zeit danach positiv auf Doping getestet worden ist?

Ja, auf alle Fälle. Ich habe die Geschichten gehört und will nichts unterstellen, aber es ist mit Zweifeln verbunden. Es wäre schön zu sehen, wenn der Rekord in sauberen Händen ist.

Wie sieht dein Weg bis zu den Europameisterschaften aus? Woran wirst du noch arbeiten?

Ich bin recht gut wieder ins Training eingestiegen. Wir werden einen kleinen Aufbau machen. Zwei bis drei geblockte Wochen sind jeweils härter, in den leichteren Wochen werde ich auch einzelne Wettkämpfe bestreiten. Aber ich will nicht zu viele Starts machen. Wichtig ist, dass ich in Zürich richtig gut in Form bin.

Dominik Distelberger

Geb. 16. März 1990

Verein: Union Volksbank Purgstall

Trainer: Herwig Grünsteidl, Gregor Högler

HSZ-Athlet, Bundesleistungszentrum Südstadt

Bestleistung Zehnkampf 8.168 Punkte

7. Platz Götzis 2014

100m 10,73sec (-0,2) – Weit 7,57m (0,0) – Kugel 13,02m

– Hoch 2,00m – 400m 48,53sec

110mH 14,34sec (+0,9) – Diskus 40,55m – Stab 4,86m –

Speer 59,80m – 1500m 4:32,77min

Ergebnisse bei internationalen Meisterschaften:

11. Platz Hallen-EM 2013 Göteborg

15. Platz EM 2012 Helsinki

7. Platz U23-EM 2011 Ostrava

15. Platz Hallen-EM 2011 Paris

6. Platz U20-EM 2009 Novi Sad

10. Platz U18-WM Ostrava





LEICHTATHLETIK

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

Partner des

AUSTRIAN ATHLETICS



ERHARD[®] SPORT

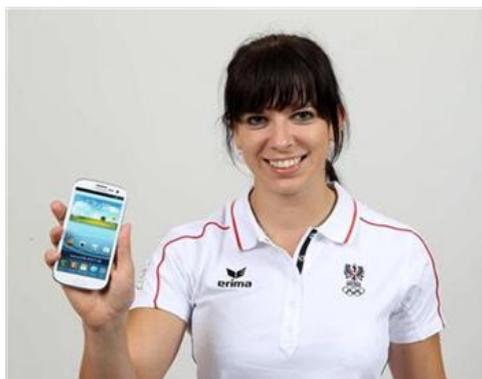


ATHLETIK

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

Von flotten Athleten und smarten Phones

Monika sitzt auf der Tribüne im Wiener Hallenstadion. Siebzehn Jahr, blondes Haar. In einer Stunde sind die ersten Vorläufe über 60 m angesetzt. Bald wird sie mit dem Aufwärmen beginnen. Doch noch gilt ihr einziges Interesse einem kleinen Plastikding, das man Smartphone nennt.



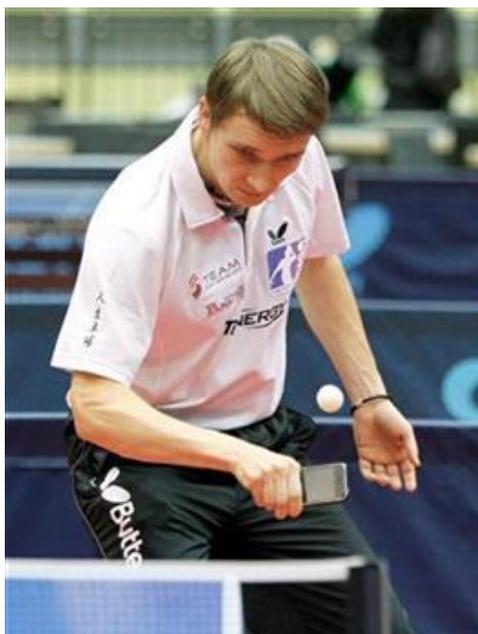
Im Minutentakt schaut sich nach, ob ihr wer geschrieben hat. Vermutlich bekommt sie Nachrichten, denn sie schmunzelt in einem fort. Dann wiederum tippt sie eine Nachricht. Ihre Fertigkeit, blitzschnell und ohne hinzuschauen auf dem Smartphone zu schreiben, ist wahrlich magisch. Das Geschehen im Stadion ist für sie weit weg, ihre persönliche Welt dagegen ganz nah.

Der Name Monika ist erfunden. Eigentlich könnte es jede Leichtathletin und jeder Leichtathlet sein. Schau ich mich im Stadion um, sind viele Sportler körperlich hier, aber geistig nicht da. Sie sitzen zwar im Konzert einer Gruppe, spielen aber ein Solo. Das Smartphone macht's möglich. Das Smartphone ist die Standleitung zur sozialen Welt geworden und hat eine eigene Gruppendynamik geschaffen. Monika schnürt bereits ihre Laufschuhe und beschäftigt sich nun statt mit der Null und Eins der Computersoftware mit dem Aufwärmen. Das aufgemotzte Handy kommt in die Sporttasche.

Die Situation, dass Menschen ständig mit ihrem Smartphone beschäftigt sind, kann man in der U-Bahn, im Bus, ja sogar auf Rolltreppen und auf Laufbändern im Fitnesscenter beobachten.

Schon die Generation 12 plus ist sowohl offline wie online. Eine Demarkationslinie zwischen beiden Welten ist nicht immer erkennbar. Das Facebook ist kostenfrei und bietet einen sozialen Kachelofen für alle an. Ein gutes Smartphone kann alle medialen Wünsche erfüllen. Die Geräte verfügen über Kameras, beherrschen die Bildtelefonie, haben GPS-Navis und alle Internetspielereien. Mit ihm ist man immer mit der Welt auf du, und zwar rund um die Uhr.

Monika hockt einstweilen in ihrer Startmaschine. Der Schuss katapultiert sechs Athletinnen in ihre Bahnen und auf die 60-m-Strecke. Monika wird Zweite und steigt in den nächsten Lauf auf. Bald darauf liegt sie wieder auf der Tribüne und holt sich ihr Handy aus der Tasche. Für einen elektronikmüden Erwachsenen ist das absurd. Häme ist allerdings nicht angebracht.



Klar, dass diese Entwicklung für einige Erwachsene, die noch im beschauli-

chen Zeitalter der Viertel-Telefone und des Fax groß geworden sind, eine Bedrohung von eigentlicher allem ist. Noch vor Jahren prangerten die Pädagogen den Fernseher als größte Bedrohung des Kinderzimmers an. Heute sind Facebook, LinkedIn und Xing die neuen Gespenster.



Die professionellen Skeptiker fürchten eine VerNERDisierung der Menschheit. Die Frage, wie oft und wie lange Jugendliche surfen, chatten oder spielen dürfen, ist ein großes Feld für die pädagogischen Wahrsager und Schwarzseher geworden. Mit Panikparolen befürchtet man, dass die Gesichtsbücher die Jugendlichen immer isolierter und der Sprache beraubt werden.

Das hält den neueren Untersuchungen nicht im Geringsten stand. Die Jugendlichen feiern und chillen genauso gerne wie die Altvorderen. Sie leben nur in mehreren Peergroups und nicht nur im Leichtathletikverein. Die Meinung, dass Jugendliche durch ihre Online-Besessenheit das Lesen verlieren und bald nur mehr die Stummersprache beherrschen werden, ist gänzlich daneben. Jugendliche texten und lesen genau so viel wie die Generation davor. Allerdings bedienen sie sich einer neuen Sprachkultur mit Kürzeln und Codewörtern. Auch, dass das

oftmalige Verwenden des Computers schädlich fürs Gehirn sei, eignet sich bestenfalls für eine Legendenbildung. Die meisten Neurowissenschaftler verweisen auf die Plastizität des Gehirns, das ihr neuronales Programm auf Dauer dem neuen Informationsregen anpassen wird.

Ich setze mich neben Monika und spreche sie an. Nein, sie chattet nicht nur mit Freundinnen. Sie verwendet ihr Smartphone auch für die Schule und hat sich heute Karten für ein Popkon-

zert gesichert. Und natürlich hat sie ihre Platzierung aus dem Lauf sofort ihren Eltern mitteilen müssen.



Ein Leben ohne Smartphone kann sie sich nicht vorstellen. Es hilft ihr, ihr Lebensjetzt schneller und besser zu organisieren. Das Internet ist für sie ein Internet geworden.

Am Ende des Tages steht Monika auf dem Stockerl und gewinnt eine Medaille. Vielleicht steht das demnächst auf ihrer Homepage. Dank dem Smartphone weiß es jedenfalls bald die ganze Welt.

Herbert Winkler

Rudi Siart mit dem Professorentitel ausgezeichnet

Dem langjährigen ÖLV-Nationaltrainer für Hammerwurf und stellvertretenden Schatzmeister des ÖLV Mag. Rudolf Siart wurde für seine Verdienste um die österreichische Leichtathletik, seine Lehrtätigkeit in der Trainer- und Instruktorenausbildung sowie seine Fachbeiträge über gesetzeskonforme Abrechnung in Sportverbänden und -vereinen, die er für den ÖLV, die ASKÖ und die Österreichische

Bundes-Sportorganisation im Rahmen seiner beruflichen Tätigkeit als Steuerberater verfasst hat, der Titel Professor verliehen. Die Überreichung der Urkunde durch Frau BM Gabriele Heinisch-Hosek und BM Dr. Wolfgang Brandstetter erfolgte vor wenigen Tagen im Bundesministerium für Bildung und Frauen. Der ÖLV gratuliert recht herzlich und bedankt sich für die jahrelange Zusammenarbeit.



„Erfolgreiches individuelles Coaching“

Am 16. Mai fand in Kapfenberg der ÖLV-Trainerworkshop zum Thema „Erfolgreiches individuelles Coaching“ statt. Zu Beginn des von ÖLV-Sportpsychologen Mag. Thomas Kayer geleiteten Workshops schlüpften die Trainer im Rahmen einer Übung sowohl in die Rolle des Athleten als auch in die des Trainers und erlebten welche Aspekte für ein erfolgreiches Coaching wichtig sind.

Der anschließende inhaltliche Input gab den Teilnehmern Anregungen für die ef-

ektivere Gestaltung der Zusammenarbeit von Trainer und Athlet. Neben Beispielen aus der Praxis hatten die Trainer die Möglichkeit, sich über eigene Erfahrungen auszutauschen und auf akute Themen wie Wettkampfcoaching näher einzugehen. Der gelungene Nachmittag wurde mit einem sehr positiven Feedback aller Teilnehmer abgeschlossen, bei dem nur der Wunsch nach mehr Zeit offen blieb.



Nächste Termine

- 15.07. Dornbirn, Landessportschule (ab 17:00 Uhr): Ausschreibung (PDF)
- 16.11. Linz, Landessportschule (ab 18:30 Uhr): Ausschreibung (PDF)



GEMEINSAM GEWINNEN

Offizieller Ausstatter der Österreichischen
Leichtathletik Nationalteams
www.erima.at



erima®

SPORTSWEAR SINCE 1900



Österreichs Nationalteam feierte einen sensationellen Vorrunden-Erfolg gegen Frankreich. Über 9.500 Zuschauer in der Grazer UPC Arena jubelten mit Matthias Rebl (Nr. 22) und seinen Teamkollegen.

EM-Silber für Matthias Rebl

Der 10-fache österreichische Nachwuchsmeister in der Leichtathletik, der auch das ÖLSZ Südstadt bei ÖLV-Nationaltrainer Herwig Grünsteidl absolvierte, feierte vor wenigen Wochen seinen größten sportlichen Erfolg, erlebte gleichzeitig aber auch eine seiner bittersten Niederlagen. Nicht in der Leichtathletik, sondern im American Football. Die ÖLV-Nachrichten baten Matthias Rebl zum Interview.

Wenn du auf deine Leichtathletik-Karriere zurückblickst, was waren deine persönlichen Highlights?

Matthias Rebl: Also die persönlichen Highlights meiner Leichtathletik-Karriere waren mit Abstand meine internationalen Großwettkämpfe. Allen voran die U-20 EM in Tallinn, wo ich im Zehnkampf am Start war. Doch daran war ich nicht alleine beteiligt, ich hatte riesen Unterstützung durch meinen Trainer Herwig Grünsteidl.

Warum bist du eigentlich zum American Football gewechselt und nicht in der Leichtathletik geblieben? Talent hattest du ja auch hier.

Mit der Zeit habe ich gemerkt, dass mir die körperliche Härte fehlt, die es beim Football in jeder Sekunde gibt.



Matthias Rebl hat den Dänen fest im Griff

Du hast nach deinem Abschluss im ÖLSZ Südstadt und dem Grundwehrdienst deine Leichtathletik-Karriere beendet und bist in die USA gegangen, um dort American Football zu spielen. Wie ist es dir dabei ergangen?

Ja, das ist wahr. Leider ist es mir nicht so gut dabei ergangen. Als ich am Montag ankam, stellte ich fest, dass wir statt

wie abgemacht zu fünft in einem 4-Bett Zimmer plus Couch, zu siebend in einem leeren großen Apartment sind. Es waren insgesamt 4 kleine Matten drinnen, also musste ich auf dem Boden schlafen. Weiters musste ich jeden Tag 3 Kilometer mit Schulsachen, Sportgewand (Kleidung + Rüstung) zur Uni gehen. Im Vorhinein wurde mir gesagt, dass sich das Schuljahr mit ca. 6.000 \$ ausgehen würde. Ich habe mich für zwei Kurse auf der Uni angemeldet, welche beide 2 Monate gingen und sie verlangten 2.000 \$. Also das Jahr wäre sich mit 6.000 \$ nicht ausgegangen, da war noch keine Miete, Lebensmittel, usw. dabei. Also unter 30.000 \$ wäre ich nicht davon gekommen. Beim ersten Training waren dann 130 Spieler, was sogar für American Football abartig viele Menschen sind und somit

ein sinnvolles Training kaum ermöglichen. Aus diesen Gründen habe ich mich dazu entschlossen, sofort wieder nach Österreich zurückzukehren.

Seit wann bist du wieder in Österreich bzw. seit wann spielst du bei den Danube Dragons?

Insgesamt war ich nur 1 Woche weg, also sozusagen ein Kurz„urlaub“. Ich habe im Jahre 2003 bei den Dragons zu spielen begonnen, habe dann von 2007-2012 nicht gespielt und habe dann das Spielen wieder aufgenommen.



Welche Position spielst du? Was ist deine Aufgabe dabei?

Ich spiele als Cornerback. Das ist ein Passverteidiger. Meine Aufgabe ist es, den gegnerischen Passempfänger (Receiver) daran zu hindern, den Ball zu fangen.

Was sind dabei deine Stärken und Schwächen? Nachteil kann ja deine 100m-Bestzeit von 10,92 keiner sein.

Also meine Schnelligkeit ist meine Riesenstärke. Dazu kommt noch meine Sprungkraft und meine sicheren Hände (Ball fangen). Aber das Wichtigste ist mein Spielinstinkt, zu wissen, wo der Ball als nächstes hingehen wird. Eine Schwäche ist mit Sicherheit meine Körpergröße. Mit 1,73m bin ich meistens der kleinste Spieler am Feld.

Wie oft trainierst du jetzt pro Woche? Und was?

Ich trainiere 3mal bei meinem Verein am Feld, und dann 2-3 im Fitnessstudio.

Die American Football-Saison ist ja relativ kurz, was machst du in restlichen Zeit des Jahres?

In der restlichen Zeit des Jahres mache ich sehr viel Grundlagentraining. Wie in der Leichtathletik werden die Footballer auch in der „Offseason“ gemacht. Und sonst lebe ich mein Leben weiter. Ich studiere auf der WU in Wien und arbeite bei der UNIQA als Versicherungskaufmann.

Mit Running Back Andreas Hofbauer hat ja auch noch ein zweiter Spieler des aktuellen Football-Nationalteams Leichtathletik-Background. Wie wichtig war die leichtathletische Grundausbildung für deine jetzige Karriere als Footballer?

Sehr wichtig, weil ich weiß, wie ich was am besten trainieren kann.

Bei der Heim-EM hat das österreichische Nationalteam den EM-Titel zwar knapp verpasst, aber über 27.000 Zuschauer im Ernst Happel-Stadion begeistert. Wie sieht dein EM-Fazit für den heimischen Sport aus?

Als erstes möchte ich mich bei allen Menschen bedanken, die uns unterstützt und alles mitverfolgt haben. Also im Finale in der zweiten Verlängerung wegen sehr fragwürdigen Schiedsrichter-Entscheidungen zu verlieren, ist sehr hart. Aber ich glaube, was wir für den American Football in Österreich getan haben, ist unbezahlbar. Natürlich wollten wir Gold gewinnen und den Titel nach Österreich holen, aber es hat halt dieses Mal nicht wollen sein.

Was ist für das Football-Nationalteam in den nächsten Jahren noch möglich?

2015 ist die Football-WM in Stockholm. Unser Ziel ist es, die beste europäische Nation zu sein und uns mit einer Medaille zu krönen. Die nächste EM wird dann erst wieder 2018 stattfinden, wo wissen wir noch nicht, aber nach der

Silbernen kann es nur ein Ziel geben und zwar GOLD!

Wie würdest du deine eigene Leistung bei der EM einschätzen?

Ich war sehr zufrieden mit meiner Leistung. Auf was ich positiv zurückschauen, sind die begeisterten Massen in den Stadien, die uns so angefeuert haben. Natürlich das große Ärgernis sind die Schiedsrichter, die über die ganze EM fragwürdige Entscheidungen getroffen haben. Das finde ich sehr schade, denn sie sind die Einzigen auf dem Spielfeld, die damit Geld verdienen. Keiner von den Spielern verdient auch nur einen Cent damit, im Gegenteil wir bezahlen alle unseren Mitgliedsbeitrag und unsere Ausrüstung.

Welche Ziele verfolgst du in deiner Football-Karriere?

Meine Ziele sind fit zu bleiben und den Spaß daran nicht zu verlieren. Auf Vereinsebene mal wieder in den Austrian Bowl zu kommen und diesen auch zu gewinnen. Und auf Nationalteamebene europaweit alles zu gewinnen und der Welt beweisen, dass wir die beste europäische Footballnation sind.

American Football lebt von der Inszenierung inkl. Pyrotechnik, Cheerleader und so weiter. Könnte sich die Leichtathletik da etwas abschauen?

Ja natürlich, das heißt die Zuschauer dann immer voll an, nur leider ist das bei der Leichtathletik ein bisschen schwieriger, weil man ja über den ganzen Tag verteilt Events hat und nicht nur ein Ereignis wie beim Football. Aber ich bin mir sicher, dass es da ein paar kluge Köpfe gibt, die so etwas verbinden können. Als Abschluss möchte ich noch allen eine erfolgreiche Saison wünschen, vor allem bei den Großereignissen, welche ich natürlich mitverfolgen werde.

Vielen Dank für das interessante Interview. Alles Gute für das AFL-Playoff.

Deine Freiheit beginnt mit uns.

VOLKSBANK

20 Euro
Trainingsbonus*



Mopedführerschein Klasse AM
Mehrphasen Training PKW
Mehrphasen Training Motorrad

Jetzt buchen in allen 9 Fahrtechnik Zentren österreichweit
unter www.oeamtc.at/fahrtechnik oder Tel. (02253) 817 00 32100.

Hol Dir Deine Startvorteile!

- Gratis ÖAMTC Mitgliedschaft für alle jungen Leute von 15-19 Jahren
- Jetzt 20 Euro Volksbank-Trainingsbonus sichern*

* Gültig für Mehrphasen Training oder Mopedführerschein als Volksbank Kunde
im Rahmen von „Aktiv Bonuspunkte sammeln“. Infos unter www.aktivcard.at

Für aktives Fahren

Sport respects your rights @ BLC-U18

Über 150 Jugendliche beteiligten sich am vergangenen Wochenende an der Mitmach-Aktion zum EU-Projekt „Sport respects your rights“ des Österreichischen Leichtathletik-Verbands beim Bundesländercup U18 in St. Pölten.



Die Aufgabe des ÖLV als Partnerorganisation im Rahmen dieses Projekts sah neben der Abhaltung von Workshops beim Osterkurs in Schielleiten auch eine Kampagne vor, bei der weitere junge Menschen ab 16 Jahren mit den Themen respektvoller Umgang miteinander, persönliche Grenzen sowie Prävention von sexueller Belästigung und Missbrauch erreicht werden.

Erfolgreiche Mitmach-Aktion

In einem Infozelt hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Wettbewerbs zwei Tage lang Zeit, Fragen zum Thema zu beantworten. Dies war nur möglich, wenn man sich 10-20 Minuten mit der Materie beschäftigte.

Die Antworten waren im Video (Link siehe unten) des ÖLV und in einer Infomappe versteckt. Alleine oder im Team versuchten die Jugendlichen die Lösungen herauszufinden. Insgesamt 156 Personen füllten den Fragebogen vollständig aus, erhielten als Dankeschön eine coole Sonnenbrille, welche aus den Projektmitteln finanziert wurde, und nahmen an einem Gewinnspiel teil, bei dem ÖLV-Einkleidung verlost wurde.



Fortsetzung in Innsbruck

Aufgrund der regen Beteiligung und des positiven Feedbacks von mehreren Seiten wird der Infostand und

diese Mitmach-Station auch bei den kommenden Österreichischen U23- und U18-Meisterschaften, 26./27.7., in Innsbruck angeboten.

Best Practice-Konferenz im September

Parallel zu den Aktivitäten in Österreich waren auch alle anderen teilnehmenden Länder und Organisationen aktiv. Die nationale Umsetzung der jeweiligen Partner und die Erkenntnisse daraus werden im Rahmen einer Best Practice-Konferenz im September in Köln vorgestellt und diskutiert werden. Darüber werden wir in einer unserer nächsten Ausgaben berichten.



Weitere Infos

- Offizielle Webpage des Projekts: [HIER KLICKEN](#)
- Projektvideo des ÖLV: [HIER KLICKEN](#)
- Fotogalerie vom BLC-U18: [HIER KLICKEN](#)



Sport respects your rights – mit finanzieller Unterstützung des DAPHNE-III-Programms 2011/2012 der Europäischen Union

Weltklasse im Doppelpack

Doppelten Grund zur Freude gab es am 8. Juni beim Muttersberglauf in Bludenz. Bei der ersten Station des Berglauf-Weltcups landeten Andrea Mayr (SVS-Leichtathletik) und Sabine Reiner (hellblau.Powerteam) gleich einen Doppelsieg, und das gegen starke Konkurrenz aus aller Welt.

Somit darf man gespannt auf die Berglauf-Europameisterschaften (Uphill/Downhill) im Juli in Frankreich und die Berglauf-Weltmeisterschaften (Uphill) im September in Italien vorausblicken. Andrea Mayr, in den letzten Jahren nur in den reinen Berglauf-Bewerben am Start, erwägt aufgrund ihrer bestechenden Form sogar einen Start in Gap, bei der Berglauf-Bergab-Konkurrenz. Für die aktuelle Ausgabe der ÖLV-Nachrichten sprach Hannes Riedenbauer mit der Vorarlbergerin Sabine Reiner über ihre bisherige Saison und ihre Ziele. Die B-Kaderathletin hat sich ein wenig im Schatten Mayrs an die Weltklasse gepircht.



Sabine Reiner beim Aufwärmen mit der Läuferin Susanne Mair

Erstmal herzliche Gratulation zum tollen Rennen beim Muttersberglauf. Vor diesem zweiten Platz hat man dich heuer nur bei kleineren Läufen gesehen. Beim Weltcuprennen musstest du dich dann nur, der aktuell besten Bergläuferin der Welt, Andrea Mayr um ca. 2 Minuten geschlagen geben. Gleichzeitig warst du allerdings knapp 3 Minuten vor der restlichen Konkurrenz aus Italien und Kenia. Lief dein Training im Vorfeld so gut, dass du dir eine derartige Leistung erwartest hast?

Sabine Reiner: Mein Training war auf

jeden Fall sehr gut. Ich habe einiges alternativ trainiert und habe mich am Berg extrem wohl gefühlt. Die Strecke am Muttersberg kommt mir außerdem sehr zu gute, da sie extrem steile Passagen hat, das liegt mir (und Andrea). Einzig der Mittelteil liegt mir nicht ganz so gut, Andrea und Valentina Belotti können ihre Stärke in diesem Teil sicher noch besser ausspielen. Ich hatte allerdings schon nach dem ersten Kilometer das Gefühl, dass mir von den Anderen heute niemand folgen kann.

Mit der angesprochenen Valentina Belotti (Italien) lag die aktuelle Vize-Europameisterin knapp 3 Minuten hinter dir. Welches Selbstvertrauen gibst dir das für dein Training und deine nächsten Wettkämpfe?

Für mich ist sie nach der Andrea, die zweitbeste Bergläuferin der Welt. Mich stimmt das sehr positiv, dass ich drei Minuten vor ihr sein konnte, und ich hätte mir das niemals gedacht. Ich kann auf jeden Fall behaupten, dass ich zu diesem Zeitpunkt in einer besseren Form war als sie. Vor zwei Jahren bei der Berglauf-WM war sie mit Platz 2 noch drei Plätze vor mir. Mental hat mir dieser Erfolg sehr viel gebracht und ich hoffe, ich kann darauf aufbauen und die Form halten. Bei meinem Start beim LGT Halbmarathon Plus in Liechtenstein und dem Kanzelwandtrail lief es danach nochmal richtig gut.

Bereits am 12. Juli finden die Europameisterschaften in Gap (Frankreich) statt. Wird man dich dort am Start sehen oder spezialisierst du dich, wie in der Vergangenheit, eher auf reine „Uphill“ Rennen? Am 14. September findet die Weltmeister-

schaft in Casette di Massa (Italien) statt, tags zuvor gibt es den Jungfrau Marathon in Interlaken, wo du mit Platz 2 und 4 in den letzten beiden Jahren bereits sehr erfolgreich warst.

Ich habe mit Berglaufreferent Helmut Schmuck bereits über die EM gesprochen und die EM ist vermutlich nicht optimal für mich. Einerseits weil mir Berglauf-Strecken besser liegen und andererseits weil ich in der Vergangenheit bei vermehrten Bergab- und Straßenläufen öfter Verletzungen (Ödeme) bekommen habe. Bei der Staatsmeisterschaft am Sonntag in Gaal werden wir nochmal darüber reden. Die WM im September ist aber realistischer und mein großes Saisonziel. Der Jungfrau Marathon ist immer ein super Bewerb, und ich wurde auch schon gefragt, ob ich heuer wieder laufe. Internationale Meisterschaften bedeuten mir aber, vor allem mit der jetzigen Form, mehr. In Interlaken kann und möchte ich auch in den nächsten Jahren noch laufen.



ÖLV-Berglaufreferent Helmut Schmuck mit Sabine Reiner und Susanne Mair

Sind weitere Weltcuprennen in Zukunft auch ein Thema für dich oder bereitest du dich lieber bei lokalen Rennen vor?

Ich hab mir den Weltcupkalender schon mal angesehen und möchte vor der WM im September eventuell noch zwei Rennen mitlaufen. Ins Auge gefasst habe ich die WMRA Weltcuprennen am 27. Juli in Kamnik (Slowenien) und den Asitz Berglauf am 31. August in Leogang.



In der Vergangenheit warst du ja auch bereits sehr schnell auf der Straße unterwegs. War für dich der EM-Marathon in Zürich, quasi vor der Haustüre, gar nie ein Thema?

Der EM-Marathon war schon ein Thema. Aber nachdem ich im Vorjahr den Frankfurt-Marathon aufgrund von Problemen mit dem Schienbein absagen musste, habe ich die Pläne für die EM verworfen. Anscheinend waren meine Knochen für die nötigen Trainingskilometer noch nicht belastbar genug.

Ich möchte aber auf jeden Fall meine Marathonzeit (2:43:09) noch verbessern, da ich mir sicher bin, dass ich weitaus schneller laufen kann. Dazu muss ich erst mal die Vorbereitung gut überstehen und je nachdem wie gut die Regeneration von der WM verläuft, sieht man mich vielleicht heuer am Start beim Frankfurt Marathon. Als Vorbereitung möchte ich auch meine Halbmarathonbestzeit verbessern, da ich seit 3 Jahren nahezu die gleiche Zeit gelaufen bin. Da bietet sich vielleicht die Ö. Halbmarathon-Staatsmeisterschaft in Salzburg an.

Auf deiner Homepage bietest du neben deinem alltäglichen Beruf als Projektmanagerin an der FH Vorarlberg, auch Laufcamps in Lech und Kärnten an. Lässt sich das alles mit deinem Training gut vereinbaren?

Ich mache das gerne, weil ich gerne mit Leuten zusammen arbeite. Langfristig möchte ich die Laufcamps weiter intensivieren. Ich habe ja die Ausbildung zur Fitness- und Gesundheitstrainerin abgeschlossen. Beim Camp nutze ich das Training mit den Leuten für mich oft als Regeneration und als Techniktraining. In Lech kommt automatisch der Höhenfaktor dazu und es ist schön, wenn man sieht, dass die Leute begeistert sind und etwas lernen. Das Weitergeben meiner Erfahrungen ist mir sehr wichtig.

Was war dein bisher schönster Erfolg bzw. welche Ziele setzt du dir selbst für die nächsten Jahre auf der Straße und am Berg?

Mein schönster Erfolg war auf jeden Fall der (inoffizielle) Vizeweltmeistertitel auf der Langdistanz beim Jungfrau

Marathon 2012. Für mich ist das ein spezieller Lauf, wo man den Berg und das Flache gut kombinieren muss. Ich hätte nie gedacht, dass ich dort so mithalten kann. Auch der 5. Platz bei der Berglauf WM im selben Jahr hat mir extrem viel bedeutet, da dort die Dichte doch noch etwas höher ist und ich gesehen habe, dass mir auch auf die Medaillentränge nicht viel gefehlt hat. Diese Erfolge motivieren mich auch heute noch.

Ich finde, man muss sich hohe Ziele stecken und wenn ich die derzeitige Form halten bzw. ausbauen kann, möchte ich auf jeden Fall unter die Top-3 bei der WM im September. Spannend wird schon die Staatsmeisterschaft am Sonntag. Andrea wird mir vermutlich noch zu stark sein, aber die restlichen Läuferinnen möchte ich klar unter Kontrolle haben.

Ich freue mich auf alles was noch kommt. Diese Saison hat sich bereits super entwickelt und ich möchte mich für die gute Unterstützung bedanken, die ich bislang bekommen habe und in Zukunft sicher auch bekommen werde, recht herzlich bedanken.



Dir, recht herzlichen Dank und alles Gute für deine weitere Saison!

Weitere Infos

- Homepage Sabine Reiner: [HIER KLICKEN](#)

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

Der Kampfrichter meint zum Thema Startnummern

Startnummern dienen der Identifikation der Athleten gegenüber Konkurrenten, Zuschauern und Kampfrichtern (Entgegen dem Wortlaut dürfen aber statt Nummern auch Namen verwendet werden, siehe Regel 143.7). Sie müssen daher stets gut sichtbar getragen werden, was besonders bei Laufbewerben, die nicht in Bahnen ausgetragen werden, wichtig ist. Sie müssen in voller Größe verwendet und dürfen auch nicht teilweise überklebt werden (Regel 143.8).

Laut Regel 143.7 sind zwei Startnummern auszugeben, die auf Brust und Rücken zu tragen sind (Ausnahme: vertikale Sprünge, hier muss nur eine – wahlweise auf

Brust oder Rücken – getragen werden, siehe Regel 143.7).

Wenn das Tragen auf der Brust verlangt wird, so muss das nicht kleinlich ausgelegt werden. Wenn aber mehr als die Hälfte unterhalb des Nabels befestigt ist, kann man diese Forderung nicht als erfüllt betrachten. Die Startnummer ist kein Lendenschurz! Oft wird damit argumentiert, dass man sonst das Logo des Sponsors nicht sehen könne. Dann sind meiner Meinung nach aber die Dressen nicht entsprechend sinnvoll gestaltet. Nach Regel 143.9 darf ein Athlet nicht am Wettkampf teilnehmen, wenn er die Startnummern nicht sichtbar trägt!

Adolf Rieck



Das Tragen auf der „Brust“ wird auch bei Weltmeisterschaften großzügig ausgelegt. Wichtig ist auch dort, dass die Startnummer zu jedem Zeitpunkt gut sichtbar ist.

Zürich 2014 in Zahlen und Fakten

Rund 1400 Athletinnen und Athleten aus 50 Nationen werden in Zürich zwischen dem 12. und 17. August 2014 an den Europa-meisterschaften teilnehmen. Mit Ihnen reisen rund 800 Betreuer mit nach Zürich. Insgesamt werden in den 6 Tagen 47 verschiedene Medallensätze vergeben. Das 50 Kilometer Gehen ist die einzige Disziplin, welche nur für die Männer im Programm steht. Pro Tag erwarten die Organisatoren 25.000 Besucher im Stadion Letzigrund. Zusätzlich werden Zehntausende von Zuschauern die Marathon- und Geher-Wettkämpfe in der Stadt Zürich verfolgen.

ORF live dabei

Die Leichtathletik-EM ist in Europa ein riesiges TV-Ereignis. Es werden rund 370 Millionen Live-TV-Zuschauer den Anlass verfolgen. Auch in Österreichs kann man mittels Übertragung des ORF auf ORF Sport Plus die EM zur Gänze live mitverfolgen.

Bis zu 92 Kameras sorgen für optimale Bilder

Das Schweizer Fernsehen produziert als Host Broadcaster das internationale TV-Signal. Für die SRG ist es die bisher größte und aufwändigste Eigenproduktion überhaupt. Die Produktion wird von 70 Kameras im Stadion eingefangen. Für die Geher-Marathon-Wettkämpfe kommen weitere 22 Kameras dazu. Rund 300 Mitarbeitende der SRG sind während der EM im Einsatz.

Rund 2000 Medienschaffende werden in Zürich erwartet. Die Veranstalter rechnen mit 2.100 freiwilligen Helfern, sogenannten Volunteers, welche bei Zürich 2014 im Einsatz stehen werden. Über 25.000 Hotelübernachtungen wurden alleine vom Veranstalter für die Europa-meisterschaften gebucht. Übernachtungen der Zuschauer sind nicht mit eingerechnet. Das Budget der Veranstaltung beträgt rund 35 Millionen Schweizer Franken. Der Ticketverkauf läuft sehr gut, Interessenten sollten daher demnächst ihre Buchungen online über die offizielle EM-Webpage (<http://www.zuerich2014.com/>) durchführen.



Cooly, das EM-Maskottchen, machte auch beim Hypomeeting in Götzis Stimmung für den Event im Nachbarland.



Statistik

ÖLV Jahresbeste 2014 Freiluft

Männer

100	10,62	R. Kwitt
200	22,03	Benjamin Grill
400	48,53	D. Distelberger
800	1:46,78	N. Franzmair
1500	3:36,43	Andreas Vojta
5000	13:47,96	B. Rowe
10000	29:30,00	V. Pfeil
H.Mar	1:06:17	R. Weger
Mar	2:18,00	C. Pflügl
110H	14,32	D. Distelberger
400H	51,60	Thomas Kain
3000H	8:43,67	C. Steinhammer
Hoch	2,03	D. Siedlaczek
Stab	5,21	Paul Kilbertus
Weit	7,57	D. Distelberger
Drei	15,61	Julian Kellerer
Kugel	17,94	L. Weißhaidinger
Diskus	61,45	Gerhard Mayer
Hammer	58,05	M. Hayek
Speer	69,39	M. Kaserer
10-K	8168	D. Distelberger
20kmG	-	
50kmG	-	

Frauen

100	11,80	Viola Kleiser
200	24,35	S. Mapalagama
400	55,41	Susanne Walli
800	2:07,64	E. Niedereder
1500	4:24,67	L.-M. Leutner
5000	15:36,96	Jennifer Wenth
10000	34:00,48	Anita Baierl
H.Mar	1:13:36	Andrea Mayr
Mar	2:44:16	C. Köpper
100H	13,14	Beate Schrott
400H	59,92	V. Menapace
3000H	10:37,58	Julia Millonig
Hoch	1,86	Monika Gollner
Stab	4,30	Kira Grünberg
Weit	5,86	Michaela Egger
Drei	12,87	Michaela Egger
Kugel	14,05	M. Scheffauer
Diskus	47,78	Veronika Watzek
Hammer	54,92	Bettina Weber
Speer	56,99	E. Eberl
7-K	5386	Verena Preiner
20kmG	-	

Stand: 26.6.2014

Dominik Hufnagl

Geb. 10.1.1997, SV Schwechat
400 Meter Hürden U18: **51,80**. 1.6.2014 (Baku).
Alter Rekord: 52,47 Thomas Kain (2010).

ÖLV-Rekorde der letzten Wochen

Andreas Vojta

Geb. 9.6.1989, team2012.at
1000 Meter Allgemeine Klasse: **2:18,06 min.**
17.06.2014 (Ostrava).
Alter Rekord: 2:18,20 Robert Nemeth (1982).

Lukas Weißhaidinger

Geb. 20.2.1992, ÖTB OÖ LA
Diskuswurf U23: **60,68m.** 15.05.2014 (Hainfeld).
Alter Rekord: 60,02 L. Weißhaidinger (2014).

Nikolaus Franzmair

Geb. 18.2.1995, ULC Linz
800 Meter U20: **1:46,78 min.** 7.6.2014 (Regensburg).
Alter Rekord: 1:47,61 Mika Hillardt (1980).

Julia Millonig

Geb. 24.11.1995, ULC Riverside Mödling
3000 Meter Hindernis U20, U23: **10:37,58 min.**
6.6.2014 (Regensburg), **10:42,80 min.**
9.5.2014 (Südstadt).
Alter Rekord: 10:51,80 min Julia Millonig (2013).

Bettina Weber

Geb. 8.10.1996, SV Schwechat
Hammerwurf U20, U23: **54,92 m.** 31.5.2014 (Wien).
Alter Rekord: 53,68 m Julia Siart (2005).

Lena Ungerböck

Geb. 7.11.1997, DSG Volksbank Wien
5km Straßengehen U18, U20: **24:38 min.**
31.5.2014 (Borsky Mikulas), **25:16 min.**
18.5.2014 (Naumburg).
Alter Rekord: 26:10 Lena Ungerböck (2013).

Sarah Lagger

Geb. 3.9.1999, Zehnkampf Union
Siebenkampf U16: **5286 Punkte.** 14/15.6.2014 (Götzis).
Alter Rekord: 4901 Andrea Obertzhofer (2013).

Karin Strametz

Geb. 18.4.1998, SU Kärcher Leibnitz
100 Meter Hürden U18: **13,82 s.** 21.6.2014 (St. Pölten).
Alter Rekord: 13,85 s Junel Anderson (2007).

Kira Grünberg

Geb. 13.8.1993, ATSV Innsbruck
Stabhochsprung U23: **4,30 m.** 25.6.2014 (München). **4,25 m.** 21.6.2014 (Riga).
Alter Rekord: 4,22 m Kira Grünberg (2013).

Terminvorschau

29 06	ÖSTM Berglauf	Gaal
05-06 07	DLV Junioren-Gala	Mannheim/ GER
05-06 07	ÖM Ultralauf (24h)	Irdning
11 07	Messe Ried LA-Meeting	Ried/ Innkeis
12 07	Berglauf-EM (up/downhill)	Gap/FRA
12-13 07	ÖM Masters	Wolfsberg
14 07	Gugl Games	Linz
	Linzer	
19 07	Leichtathletik-Gala	Linz
22-27 07	U20-WM	Eugene/ USA
26-27 07	ÖM U23/U18	Innsbruck
02-03 08	ÖSTM	Amstetten
09 08	Internat. JOSKO Laufmeeting	Andorf
10 08	ÖM Bergmarathon	Kainach
12-17 08	Europameisterschaft	Zürich
16 08	Bergmarathon World Challenge	Manitou Springs/ USA
16-28 08	Olympische Jugendspiele	Nanjing/ CHN
21-31 08	Masters-EM	Izmir/TUR

Aktueller Terminkalender: [HIER](http://www.oelv.at/static/wettkampf/termine14.pdf)
(<http://www.oelv.at/static/wettkampf/termine14.pdf>).

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, Robert Katzenbeisser, Matthias Madzak, Andreas Maier, Herbert Winkler

Anzeigen baudis@oelv.at

Internet www.oelv.at

Email office@oelv.at