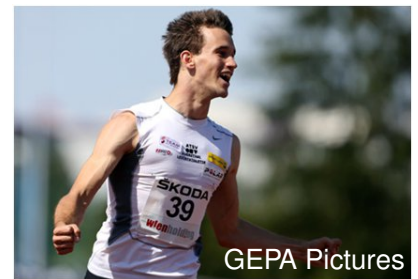


Thomas Kain

Österreichs schnellster 400m
 Hürdenläufer im Interview – S. 5



GEPA Pictures

Leichtathletik-Sommer: Sonnenschein & Regen



Der Leichtathletik-Sommer hatte einige Hochs und Tiefs zu bieten. Nach dem Berglauf-EM-Titel von Andrea Mayr und den beiden Universiade Bronze-Medaillen durch Andreas Vojta und Elisabeth Eberl sorgten Dominik Hufnagl und Gordon Skalvy (Foto oben) bei den EYOF mit Silber und Bronze für weiteren Medaillenzuwachs. Die Bilanz des August war leider durchwachsen. Bei der WM in Moskau schafften die beiden ÖLV-Vertreter leider keine Überraschungen.

Inhalt	
EM Zürich	2
Interview Kain	5
Kurzmeldungen	8
Millonig x 3	10

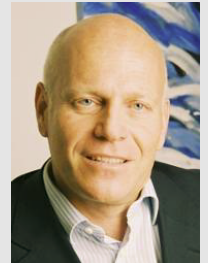
Story

Für Österreichs Leichtathleten steht ab sofort die nächstjährige Leichtathletik-EM in Zürich im Fokus. Im August 2014 werden in einer der traditionsreichsten Stätten der Leichtathletik, dem Letzigrund-Stadion, Europas beste Leichtathleten gekürt.

Aus diesem Grund werfen wir rund 12 Monate vor diesem Event, einen Blick in unser Nachbarland und baten Patrick Magyar, den CEO der EM in Zürich 2014, zum Interview.



EDITORIAL



Dr. Ralph Vallon
 ÖLV-Präsident

Neuer Sportförderungsfonds Arbeit auf **Bundes-nimmt**

Vor wenigen Tagen trat die Bundes-Sportkonferenz, das Leitungsorgan des neuen Bundes-Sportförderungsfonds, zur konstituierenden Sitzung zusammen. Diese Institution wird ab 1.1.2014 für das professionelle Fördermanagement der Bundes-Sportförderung verantwortlich sein. In Kürze erfolgt die Ausschreibung der Geschäftsführerposition, rund 10 weitere hauptamtliche Mitarbeiter werden folgen.

Als einer von 4 Fachverbandsvertretern in diesem Gremium werde ich die Interessen des Leistungs- und Spitzensports vertreten. Besonders wichtig sind mir dabei die Stärkung der Basis, beginnend bei den Vereinen, und der Aufbau von nachhaltigen Strukturen (Trainingsinfrastruktur, Trainer). Nur so kann es schrittweise gelingen, den Sommersport und insbesondere die Leichtathletik auf die Erfolgsspur zu bringen.

Ich freue mich, in den nächsten fünf Jahren die Grundzüge des Sports in Österreich in diesem neuen wichtigen Gremium mitgestalten zu können.

Europameisterschaften Zürich 2014: Noch ein Jahr!

In einem Jahr wird es soweit sein: Der erste Startschuss der Leichtathletik-EM in Zürich fällt am 12. August 2014. Der CEO des Großereignisses, Patrick K. Magyar (50), erzählt im Interview, was im verbleibenden Jahr noch alles gemacht werden muss und weshalb eine Europameisterschaft das richtige Format ist, um die Schweizer Leichtathletik nachhaltig zu fördern.

Patrick Magyar, in einem Jahr fällt der Startschuss zur Leichtathletik-EM Zürich 2014. Wie laufen die Vorbereitungen?

PM: Die organisatorischen Arbeiten für die EM laufen auf Hochtouren und nach Plan. Das Organisationskomitee – momentan bestehend aus 28 Mitarbeitern – arbeitet engagiert an der Umsetzung dieses für die Schweiz einmaligen Anlasses. Die Ampeln stehen ein Jahr vor dem Großevent in allen Projekten auf grün.



Das faszinierende Letzigrund-Stadion in Zürich

Wollen Sie damit sagen, dass die EM Zürich 2014 morgen stattfinden könnte?

PM: Nein, keinesfalls. Wir sind insbesondere im logistischen Bereich mit großen Herausforderungen konfrontiert, die es zu lösen gilt. Zwei Beispiele: Wir arbeiten mit 24 Hotels zusammen. Unsere Aufwärmstadien Sihlhölzli und Utogrund sind relativ weit vom Letzigrund-Stadion entfernt. Diese Umstände erfordern hinsichtlich der Transporte und Abläufe äußerst detaillierte Planungsarbeit.

Zudem ist und bleibt es eine unserer Kernaufgaben, die EM in der

Schweiz bekannter und dem Schweizer Publikum Lust auf diesen „Once-in-a-lifetime-Event“ zu machen. Uns wird es während des nächsten Jahres sicherlich nicht langweilig werden.

Worauf sollen denn Herr und Frau Schweizer Lust bekommen?

PM: Die EM ist der größte Einzelstandort-Anlass mit internationalem Renommee, der je in der Schweiz stattgefunden hat. 1400 Athleten und 800 Betreuer aus 50 Nationen werden im August 2014 nach Zürich reisen. 370 Millionen TV-Zuschauer aus ganz Europa werden live die Wettkämpfe am Bildschirm verfolgen. Zudem erwarten wir an sechs Tagen ein ausverkauftes Stadion mit 25'000 Besuchern, die im Stadion ein friedliches Sportfest mit vielen positiv Emotionen feiern werden. Neben den zahlreichen, sportlichen Highlights können sich die Zuschauer täglich auf spezielle Überraschungen freuen.

Ich bin stolz, dass wir für die Schweiz und die internationale Leichtathletik-Szene einen solchen Großevent organisieren dürfen.

Worauf sind Sie als CEO denn bislang am meisten stolz?

PM: Zwei Dinge: Unser unvergleichlich cooles Maskottchen „Cooly“, das zurzeit durch die ganze Schweiz tourt, ist schon einen Besuch der EM wert. Ich habe Cooly schon unzählige Male gesehen und habe immer noch Spaß zu sehen, wie unser Maskottchen mit seiner stets aufgestellten und etwas überdrehten Manier das Publikum begeistert.



Hindernisläuferin Fabienne Schlump

Viel wichtiger ist jedoch die Tatsache, dass es uns gelungen ist, die ganze Schweiz hinter der EM Zürich 2014 zu vereinen. Das belegen folgende Beispiele: Die Unterstützung seitens der Behörden ist uns sicher. Innerhalb von nur drei Monaten ist es uns gelungen, die für einen Anlass dieser Dimension elementar wichtigen 2000 Volunteers zu rekrutieren. Die Hotellerie der Region Zürich arbeitet vorbildlich mit uns zusammen. Und nicht zuletzt spüren wir, dass wir auf die Unterstützung und Begeisterung der Schweizer Sportfans aus jeglichen Sportarten zählen dürfen.

Als CEO müssen Sie Referenzpunkte haben, mit welchen Sie den Stand Ihres Projekts bewerten können. Wie schneiden die Vorbereitungen für Zürich 2014 mit jenen von früheren Europameisterschaften ab?

PM: Unsere primäre Referenz ist Barcelona 2010 - die letzte Europa-

meisterschaft, an der auch Straßenwettkämpfe stattfanden. Der Vergleich darf sich sehen lassen: Wir haben beispielsweise zum jetzigen Zeitpunkt bereits 30'000 Tickets verkauft. Das entspricht dem Sechsfachen dessen, was Barcelona zum selben Zeitpunkt vor vier Jahren verbuchen konnte. Zudem konnten wir bereits jetzt 2.5 Mal mehr an Sponsoring-Unterstützungen generieren, als Barcelona in der Endabrechnung vorweisen konnte.



Rolf Fongue, einer der starken Schweizer Sprinter, die in jüngster Vergangenheit auch in der 4x100m Staffel für Top-Plätze in Europa sorgten

Hat die Leichtathletik-EM in Zürich in dem Fall größere finanzielle Mittel als die EM in Barcelona?

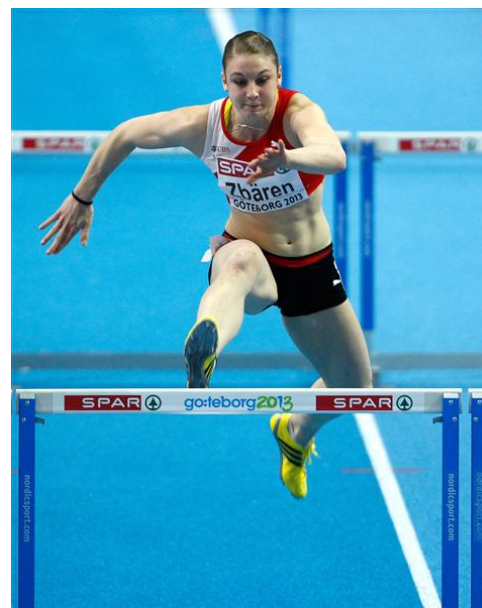
PM: Nein, das ist ein Trugschluss. Barcelona erhielt 20 Millionen Schweizerfranken von der öffentlichen Hand. Wir erhalten von Bund, Kanton und

Stadt Zürich eine Basisunterstützung in Höhe von 10 Millionen – worüber wir natürlich sehr dankbar sind - sind jedoch für mehr als zwei Drittel unseres 35 Millionen Schweizerfranken umfassenden Budgets selber verantwortlich. Einen Großteil unserer finanziellen Mittel generieren wir durch den Verkauf der Tickets und Sponsoring-Einnahmen.

Bislang haben wir einen, für das Gelingen eines unvergesslichen Sportfestes zentralen Punkt noch nicht angesprochen: Die Schweizer Athleten. Werden sie bis im August 2014 bereit sein?

PM: Das werden sie, da bin ich mir sicher. Die Schweizer Leichtathletik erhielt in der jüngeren Vergangenheit, nicht zuletzt durch die heimische EM großen Schub. Swiss Athletics hat viele, hoffnungsvolle Talente in seinen Kadern, die zwar an den Weltmeisterschaften in Moskau noch nicht ganz an die Weltspitze vorstoßen werden, jedoch in einem Jahr fähig sein werden, auf europäischem Niveau für Furore zu sorgen.

Bereits 19 Schweizer Athleten erreichten die Limits für eine Stadion-Disziplin. Dazu kommen neun Marathonläufer und zwei Geher, die an den Straßenrennen an den Start gehen werden. 2008 haben wir zusammen mit dem Verband das Ziel definiert, dass 30 Schweizer Athleten an der EM im Einsatz stehen sollen. So ambitioniert dieses Ziel vor vier Jahren klang, so realistisch scheint es heute. Aufgrund dieser Zahlen bin ich mir sicher, dass eine EM genau das richtige Format ist, um die Schweizer Leichtathletik nachhaltig zu fördern.



Noemi Zbären, eine Konkurrentin von Beate Schrott?

Offensichtlich hilft der anstehende Großevent vor heimischem Publikum einer jungen Leichtathletik-Generation, sich positiv zu entwickeln. Hat Zürich 2014 weitergehende, positive Aspekte, von der die Schweizer Leichtathletik profitieren wird?

Der Schweizer Leichtathletik nachhaltige Impulse zu verleihen war von Beginn weg ein Anliegen des Organisationskomitees. Deshalb führt der Veranstalter von Zürich 2014 zusammen mit Weltklasse Zürich und Swiss Athletics das Nachwuchsprojekt „UBS Kids Cup“ durch. Die EM ist maßgeblich dafür verantwortlich, dass dieses erfolgreiche Projekt existiert, das nun im dritten Jahr durchgeführt wird und auch dieses Jahr über 80000 Jugendliche bewegte.

- Weitere Infos & Ticketverkauf: <http://www.zuerich2014.com/>

Tipps für schmerzfreie Kniegelenke Verletzungsrisiko effektiv minimieren

Milde Temperaturen im Spätsommer und Herbst sind ideal für Sportler. Wenn die Schwimmsaison vorbei ist, beginnen viele gerne wieder mit Joggen und Co. Doch dabei ist vor allem bei Kälte Vorsicht geboten. Ein unaufgewärmter Körper birgt Verletzungsrisiken für Meniskus, Knorpel, Bänder & Co.

„Die beste Vorbeugung gegen Knieprobleme ist regelmäßiges Training“, so der renommierte Unfallchirurg und Knie-Experte Priv. Doz Dr. Patrick Weninger, „Nur wer regelmäßig trainiert, hat starke Muskeln, die das Kniegelenk ausreichend stützen und entlasten können.“

Speziell nach einer längeren Pause empfehlenswert, mit gelenksschonenden Sportarten zu beginnen. Schwimmen, Radfahren oder Nordic Walking eignen sich hervorragend, um die Muskeln risikoarm zu kräftigen und so das Kniegelenk für das spätere Ausüben von stark belastende Sportarten wie Joggen, Tennis oder Fußball vorzubereiten.

„Für die optimale Verletzungsvorbeugung sind auch Koordinationsübungen besonders wichtig,“ erklärt Weninger. „Sie können ohne zusätzlichen Aufwand im Alltag durchgeführt werden – wie z.B. das gelegentliche Stehen auf einem Bein – und trainieren ganz nebenbei das Gleichgewicht und die Koordination.“

Mit guter Koordination und einem trainierten Gleichgewichtsgefühl lassen sich Stürze und Sportunfälle oft schon im Vorhinein verhindern.

Sportbegeisterten und Knie-Geplagten sei der neue Ratgeber *„Mein Knie - endlich wieder schmerzfrei“* von Dr. Weninger empfohlen. Die Ursachen von Knieschmerzen, die aktuellsten und bewährtesten Behandlungsmethoden und die effektivste Nachbehandlung werden darin ausführlich und verständlich erklärt. Hier finden Sportler und Patienten Rat und Hilfe, sowohl bei Fragen zur richtigen Therapie, zur Nachbehandlung als auch zur Rückfalls-Prophylaxe.



Doz. Dr. Patrick Weninger
Mein Knie ... endlich wieder schmerzfrei
Meniskus, Kreuzband & Co

maudrich 2013, 168 Seiten, durchg. farbig,
zahlr. Abb., Klappenbroschur
ISBN 978-3-85175-976-1, EUR 19,90

Weitere Informationen, Leseprobe und Coverbild finden Sie [HIER](#).

Autor Dr. Patrick Weninger steht für weitere Informationen gerne zur Verfügung!
Mit freundlichen Grüßen,

Susanne Müller

Mag. Susanne Müller, Facultas Verlags- und Buchhandels AG, Stolberggasse 26, 1050 Wien,
T (+43) 01 310 53 56-38 / E presse@facultas.at



Erfolgreich über die Hürden – Thomas Kain im Interview

Nach seiner ersten internationalen Meisterschaft, den EYOF 2009, schaffte es Thomas Kain sich drei Mal hintereinander für große Meisterschaften über 400 Meter Hürden zu qualifizieren: 2011 (Junioren EM), 2012 (Junioren WM) und 2013 (U23-EM). Die ÖLV-Nachrichten baten den jungen Athleten des ATSV OMV Auersthal zum Interview.

Wann und wie bist Du zur Leichtathletik gekommen, ich glaube es war durch einen Kinder-Zehnkampf?

Ja, da war ich 7 Jahre alt und bin mit meinem besten Freund dort hingefahren. Wir hatten den ganzen Tag Action. Unsere Papas waren nachher genauso fertig wie wir.

Hast Du auch andere Sportarten betrieben?

Ich war immer sehr aktiv und hab alles Mögliche ausprobiert.

Wie bist Du dann zu dem Verein in Wien-Stadlau gekommen, wer war Dein erster Trainer?

Meine Mama hat gemeint, ich soll in einen Sportverein gehen. Am Anfang

habe ich mich immer unterm Tisch versteckt, weil ich schüchtern war. Horst Kraushofer war mein erster Trainer, er hat mich immer motiviert. Ohne ihn hätte ich wahrscheinlich gleich wieder aufgehört.

Soweit ich mich erinnern kann hast Du ja zu Beginn Mehrkampf trainiert, was waren hier Deine besten Disziplinen?

Der Hochsprung und die kurze Hürdenstrecke.

Wie bist Du dann bei den 400 Meter Hürden gelandet?

Als ich Jürgen Mallow kennenlernte. Er meinte, dass ich das am besten könnte.

Warum gefällt Dir gerade dieser Bewerb – der ja sicher einer der anstrengendsten ist, die man sich bei der Leichtathletik aussuchen kann?

Ja, das habe ich ihm damals auch gesagt :-). Aber da gibt's keine Ausreden, einfach kann ja jeder.

Der Kontakt zu Jürgen Mallow kam wie zustande?

Das war bei einem Impulsseminar. Er hatte einen Vortrag gehalten, und ich habe ihn danach beim Training angesprochen. Ich wusste damals nicht, dass ich es hier mit solch' einem Profi zu tun hatte. Er war gerade nach Österreich gezogen und hat mir dann angeboten mich zu trainieren. Mit Sicherheit der bisher größte Impuls für meine

Sportkarriere

Wer trainiert derzeit noch in Deiner Trainingsgruppe?

Meistens trainiere ich alleine. Ab und zu kann ich mit Michael Mayr oder Ali Hofmann trainieren, aber das ist leider nur selten der Fall.

Wie viele Trainings / Woche hast Du heuer im Frühjahr in der Aufbauphase absolviert?

Zu wenig. Ich habe mich sehr auf die Matura konzentriert. Neben 32 Stunden Schule sind sich nicht mehr als 5 Einheiten ausgegangen. Nächstes Jahr geht mehr, da kann ich mich voll auf den Sport fokussieren.

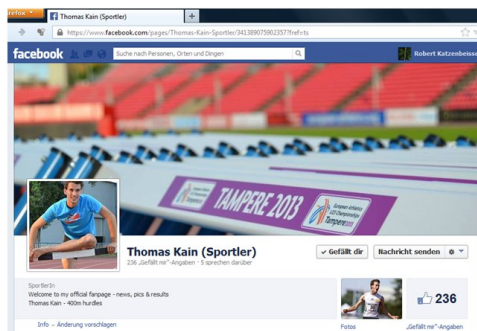
Du startest oft bei Wettkämpfen im Ausland – was sicher mit mühsamen Anreisen verbunden ist, was ist der Vorteil für Dich?

Ich suche die Konkurrenz. Wenn du bei 400m Hürden ohne Gegner auf die Zielgerade einbiegst rennst du einfach nicht so schnell. Außerdem ist das wichtig, um Erfahrung zu sammeln.

Du hast auch schnelle Bestzeiten über 100 (11,00s) und 200 Meter (21,88s) – auf den 400 Meter flach aber bisher noch keine 47er Zeit – woran liegt das Deiner Meinung

nach?

Ich bin bisher einfach zu selten über die flache Strecke gelaufen. Die 47er Zeit kommt aber sicher noch.



Du hast ja heuer Deine Matura absolviert – wie sind Deine weiteren Pläne?

Ich mache jetzt einmal meinen Präsenzdienst und dann sehen wir weiter. Wenn ich die Möglichkeit als Profisportler beim Heer bekomme, freut mich das natürlich sehr, ich will aber trotzdem meine Ausbildung nicht vernachlässigen.

Was war Dein bisher schönster Erfolg in der Leichtathletik?

Das Semifinale bei der U20 Weltmeisterschaft. Top 16 der Welt, omg.

Was sind Deine Ziele für die kommende Saison?

Ich will nächstes Jahr besser und öfter trainieren. Dann steigen die Leistungen automatisch. Das Highlight wird sicher die Europameisterschaft in Zürich. Da freue ich mich schon drauf.

Welche Zeit möchtest Du erreichen, und welche Voraussetzungen brauchst Du dazu?

Die Voraussetzungen dafür sind, dass ich weiter gut trainiere. Das ist hier ohne Trainingspartner ein schwieriges Umfeld. Deswegen sind die Trainingslager und Wettkämpfe im Ausland so wichtig. Da möchte ich mich auch für die Unterstützung bedanken. Und die Zeit ... bis 2015 klar unter 50 Sekunden. Dann sehen wir weiter.

Du hast ja auch eine eigene Facebook Site eingerichtet.

Ja, die Seite habe ich für Freunde gemacht, weil die immer gefragt haben, was ich mache und warum ich wieder nicht bei der letzten Party war. So bringt man den Leuten den Sport ein bisschen näher. 210 Fans sind jetzt nicht die Welt, aber immerhin. Vielleicht werden es durch den Bericht ja jetzt mehr ;)

Robert Katzenbeisser

Startschuss für die Bundes-Sportkonferenz



Die Bundes-Sportkonferenz, das 11-köpfige Leitungsorgan des neuen Bundes-Sportförderungsfonds trat am 29.8. zur konstituierenden Sitzung im Wiener Haus des Sports zusammen. Sportunion-Vertreterin Astrid Stadler wurde zur Vorsitzenden, der designierte BSO-Präsident Herbert Kocher (ASKÖ) zu ihrem Stellvertreter.

Die weiteren Vertreter/innen in diesem wichtigen Gremium sind Leo Windtner (Fußball), Peter Schröcksnadel (Ski), Christian Meidlinger (Schwimmen), Ralph Vallon (Leichtathletik), Siegfried Robatscher (ASVÖ) und Dr. Peter Wittmann (BSO), die von der Österreichischen Bundes-Sportorganisation gewählt und entsandt wurden sowie Christoph Schmörlzer (ehemaliger Ruder-Weltmeister), Ursula Profanter (ehemalige Kanu-Weltmeisterin) und Sport-Sektionschef Samo Kobenter, die von Bundesminister Gerald Klug nominiert wurden.



GEMEINSAM GEWINNEN

ERIMA ist stolz, neuer Ausstatter der Österreichischen Leichtathletik Nationalteams zu sein

www.erima.at



erima[®]

SPORTSWEAR SINCE 1900

Benjamin Grill und Linda Thoms auf wien.at

Die beiden schnellsten Wiener gaben auf wien.at ein ausführliches Interview:
<http://www.wien.gv.at/kultur-freizeit/interview-thoms-grill.html>



Andreas Lindner neuer Kommandant im HLSZ Faak



Andreas Lindner vom LC Villach, Marathon-Vizestaatsmeister von 2003 (PB 2:30:16), wurde zum neuen Kommandanten des Heeresleistungssportzentrum (HLSZ 07) bestellt und folgt damit dem im Vorjahr in den Ruhestand gewechselten „Joe Tiger“ Pachler nach: „Wenn man sein Hobby zum Beruf machen kann, ist das wunderbar. Zudem fasziniert mich die Arbeit mit jungen, aufstrebenden Spitzensportlern. Die Ernennung zum Kommandanten erfüllt mich mit Stolz“.

Leichtathletik Foto online

Johannes Brunner ist ein vielgesehener Besucher von Leichtathletik Veranstaltungen – dort sieht man ihn meistens hinter der Kamera. Auf seiner Website stehen mittlerweile ca. 4.600 Aufnahmen gratis zur Verfügung!

- <http://www.sportfoto-leichtathletik.at>

Buchtipp

Über den bekannten, erfolgreichen Paralympics-Speerwerfer Bil Marinkovic ist jetzt eine Biografie erschienen: „Als die Sonne für immer unterging ...“



POLAR[®]
LISTENS TO YOUR BODY

**YOUR
TRAINING
ONLY SMARTER**

POLAR FT4

In Form zu kommen bedeutet nicht gleichzeitig, dass man schneller und härter trainieren muss. Der Schlüssel zum Erfolg heißt smartes Training. Der Polar FT4 hilft dir, schneller fitter zu werden. Er sagt dir auch ganz genau, wieviele Kalorien du verbrannt hast. Smartes Training war noch nie so einfach wie mit dem Polar FT4.

**SMART
COACHING**

since 1977



› Entdecke das Segment **Fitness & Crosstraining** auf polar.com



Millonig x 3

Er, Dietmar Millonig, war einer der wenigen Leichtathletik-Europameister die Österreich bislang feiern konnte. In diesem Jahr vertraten seine beiden Töchter Julia und Lena Österreichs Farben bei internationalen Bewerben und beide stellten im Vorfeld auch österreichische Rekorde über 2000m Hindernis (U16) bzw. 3000m Hindernis (U20) auf.

ÖLV-Nachrichten: Vor 27 Jahren wurdest du in Madrid Halleneuropameister über 3000m. Heuer warst du mit Julia bei der U20-EM in Rieti als Betreuer mit dabei. Wie ist es für dich jetzt neben der Strecke mit mitzufiebern bzw. wie sehr freut es dich, dass deine Töchter mit dem Laufen dieselbe Leidenschaft wie du entwickelt haben?

Dietmar Millonig: Ganz ehrlich, es ist für mich viel schlimmer neben der Strecke zu stehen als selbst zu laufen. Ich bin auch sehr froh, dass die Beiden von meinem Bruder betreut werden und ich nur sporadisch als Betreuer aufhelfen muss. Es freut mich natürlich sehr, dass meine Töchter die Leichtathletik entdeckt haben.

Wie sehr hat sich die Leichtathletik in Österreich bzw. auch die Wahrnehmung in der Öffentlichkeit im Vergleich zu deiner aktiven Zeit aus deiner Sicht verändert? Welche Veränderungen siehst du positiv und welche eher negativ?

Dietmar: Ich hatte das Glück, Leichtathletik in der Hochblüte 80er Jahre erleben zu dürfen. Wir hatten damals als Läufertrio (Konrad, Nemeth, Millonig) einen extrem hohen Bekanntheitsgrad in der Öffentlichkeit. Die Stadien waren voll, und es wurde auch extrem viel in den Medien berichtet. Die Wahrnehmung war eine viel breitere. Heute hat die gesamte LA (nicht nur in Österreich) ein Problem sich zu positionieren, und es ist auch für einen Verband extrem schwierig Sponsoren und

Unterstützer zu finden.

Julia, für dich war die U20-EM das erste internationale Ereignis bei dem du Österreich vertreten durftest. Über die 3000m Hindernis bist du nahe an deine Bestzeit und damit an den österreichischen Rekord gelaufen, dennoch „hängen die Trauben“ international etwas höher. Wie war diese Erfahrung für dich, und was war für am beeindruckendsten bei der EM?

Julia Millonig: Beeindruckend waren für mich die Atmosphäre im Stadion und auch die gesamte Organisation der Veranstaltung. Natürlich war es für mich eine neue Erfahrung, da ich doch eine der jüngsten Teilnehmerinnen der ganzen EM war.



Lena, du warst heuer beim EYOF (European Youth Olympic Festival) in Utrecht über 2000m Hindernis dabei. Auch du konntest wie deine Schwester nahe an deine Bestzeit laufen und wurdest Fünfte. Welche Eindrücke hast du bei dieser Meisterschaft sammeln können? Was war für dich das aufregendste?

Lena Millonig: Vor der Saison hab ich nicht damit gerechnet, mich für Utrecht zu qualifizieren. Es war auf jeden Fall mein Höhepunkt der Saison und mein 5. Platz hat mir gezeigt, dass ich auch international mithalten kann. Besonders hat mir die internationale Atmosphäre gefallen, die ähnlich wie bei Olympischen Spielen war.

Da das EYOF in Utrecht vor der U20-EM stattfand, konntest du deiner Schwester ein paar Tipps geben und wenn ja, Julia hat dir das geholfen? Bekommt ihr eigentlich bzw. holt ihr euch auch Tipps vom Vater oder macht ihr eure Erfahrungen lieber selbst?

Julia: Die EYOF und die U20-EM haben sich mit der An- und Abreise überschritten, sodass wir keine Zeit hatten, unsere Erfahrungen auszutauschen. Ab und zu holen wir uns schon einige Tipps von unserem Vater, aber grundsätzlich möchten wir unsere Erfahrungen selbst machen.

Einige ÖLV-Rekorde von Dietmar haben ja auch noch heute bestand. Wie stolz bist du darauf bzw. wie stolz bist du auf die bereits erzielten Bestleistungen deiner Töchter? Julia/Lena, welche Bedeutung haben für euch die eigenen österreichischen Rekorde bzw. jene eures Vaters?

Dietmar: Meine Rekorde haben für mich nur mehr eine untergeordnete Bedeutung, da ich nicht jemand bin, der in der Vergangenheit lebt. Deshalb hat es mich auch nie sonderlich gestört, wenn sie verbessert werden. Auf die Leistungen meiner Töchter bin ich schon ein wenig Stolz. Man muss ja bedenken, dass beide noch relativ wenige Trainingsjahre als Läuferinnen in den Beinen haben. Julia hat erst vor 3 Jahren mit dem Mittelstreckentraining begonnen und für Lena ist es auch erst die 2 wirkliche Saison.

Julia: Für mich haben meine österreichischen Rekorde eine große Bedeutung, da es ja nicht Selbstverständlich ist, diese zu erreichen. Auf die Rekorde unseres Vaters sind wir stolz Lena: Ich bin ebenfalls stolz auf meine gelaufenen Zeiten.

Mit eurem Onkel und Trainer Hubert habt ihr denselben Trainer wie euer Vater und seid somit eine der erfolgreichsten österreichischen Leichtathletikfamilien. Hubert ist als Trainer durch seine Erfolge nicht nur in Österreich, sondern auch international bekannt. Wie geht ihr mit der Tatsache um, dass euer Onkel auch gleich euer Trainer ist? Dietmar, wie war das damals eigentlich bei Euch?

Julia: Ich habe damit kein Problem, dass mein Onkel auch gleichzeitig mein Trainer ist. Im Training sehe ich ihn mehr als meinen Trainer, als als meinen Onkel. Wir werden gleich behandelt wie seine anderen Athleten, da gibt es für uns keinen Bonus.

Lena: Sehe ich so wie Julia. Am Sportplatz ist er Trainer und privat Onkel.

Dietmar: Ich hab mir niemals was

dabei gedacht. Dadurch dass ich eigentlich sein erster Athlet war, bin ich damit aufgewachsen. Und später waren wir immer eine ziemlich große Trainingsgruppe, was natürlich auch ein großer Vorteil gewesen ist.

Ich nehme an ihr absolviert auch einige Trainings gemeinsam. Wie wichtig ist für Euch das gemeinsame Training bzw. wie oft „darf“ der Papa auch mit? Gibt es auch eine gewisse Trainingsrivalität zwischen Euch, die ihr positiv im Training nutzen könnt?

Julia: Für mich ist das gemeinsame Training sehr wichtig, da wir uns gegenseitig motivieren. Er begleitet uns hin und wieder bei den ruhigen Dauerläufen.

Lena: Auch ich sehe das Ganze sehr positiv, da wir uns im Training nach vorne pushen. Ich als jüngere, profitiere da natürlich besonders, da Julia doch noch um einiges schneller ist als ich.

Wie oft trainiert ihr gemeinsam bzw. in der Gruppe eures Vereins dem ULC Riverside Mödling? Gibt es im Verein auch andere Trainingskollegen/innen mit denen ihr euch messen könnt? Welche Trainingsumfänge absolviert ihr in der Vorbereitung und in der Wettkampfphase?

Julia: Wir trainieren ziemlich viel gemeinsam, jedoch nicht in unserem Verein, sondern in der Laufgruppe unseres Trainers. Die Trainingsumfänge sind in der Vorbereitungsphase wesentlich höher als in der Wettkampfphase. In der Vorbereitungsphase komme ich schon manchmal auf 80 Kilometer pro Woche. Lena: Bei mir waren es ca. 50 – 60 Km in der Vorbereitung.

Beim ÖLV wurde nach Olympia einiges über fehlende Infrastruktur und Trainer in der Öffentlichkeit diskutiert und ein Leistungskonzept vorgestellt. Wie gut fühlt ihr euch vom Verband unterstützt bzw. fehlt euch die Unterstützung in manchen Bereichen? Dietmar, was hat sich aus deiner Sicht im Vergleich zu deiner aktiven Zeit dahingehend verändert?



Julia: Dadurch, dass ich im U20-Elitekader bin, bekomme ich einige Unterstützungen vom Verband. Den Großteil finanzieren jedoch meine Eltern.

Lena: Bei mir ist es natürlich ähnlich wie bei Julia. Ich bekomme auch den einen oder anderen Zuschuss für Reisen und Trainingslager.

Dietmar: Ich bin meine ersten Ren-

nen 1969 gelaufen. Das ist schon extrem lange her. In den Jugendjahren war es eher der Verein, der einen unterstützt hat. Die beste Unterstützung habe ich jedenfalls durch das Bundesheer erhalten. Ohne HSNS hätte ich glauben den Weg nicht gehen können.

Was sind eure Ziele für die restliche Saison bzw. für die nächsten Jahre?

Julia: Die Saison ist mit den österreichischen U20 Meisterschaften für dieses Jahr abgeschlossen. Meine Ziele für die nächsten Jahre sind die Teilnahme an Großereignissen (wie U20-WM nächste Jahr in Eugene), die Verbesserung meiner bisherigen Bestleistungen und damit verbunden mit dem Anschluss an die internationale Spitze.

Lena: Mein Ziel war es noch die eine oder andere Bestzeit zu laufen, was mir in Regensdorf und Andorf über 3000m und 1000m auch gelungen ist. Zum Abschluss nehme ich noch an den österreichischen U16 Meisterschaften in Kapfenberg teil. Meine Ziele für die nächsten Jahre sind die Teilnahme an int. Meisterschaften wie Olympische Jugendspiele, U18-WM in Cali und eine deutliche Verbesserung meiner Bestleistungen.

Ich bedanke mich recht herzlich für das Interview und wünsche Euch viel Erfolg für die kommenden Aufgaben.

Hannes Riedenbauer

Savannah's tram



Ein Bild der U20-EM Teilnehmerin Savannah Mapalagama (DSG Volksbank Wien) zierte sein einigen Tagen einen Straßenbahn-Wagon der Linie D in Wien. Im Zuge der Aktion „Wissen macht Gesund“ wurde eine Straßenbahn-Garnitur im Sport-Layout gestaltet. Diese fährt nun die Strecken in der Wiener Innenstadt ab, um diese Aktion zu bewerben.



**see better.
be better.**

adizero tempo. Die leichteste Brille für die beste Performance. Mit ClimaCool™ Ventilationssystem für eine beschlagfreie Sicht und Double-Snap Nose Pads™ Nasenauflage für einen optimalen Sitz.

support your vision — adidas.com/eyewear



Silhouette International, Schmeid AG, adidas Global Licensee, adidas, the 3-Stripes logo, and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group. Silhouette International, Schmeid AG, adidas Global Licensee, adidas, the 3-Stripes logo, and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group. adidas, the 3-Stripes logo, and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group. adidas, the 3-Stripes logo, and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group. adidas, the 3-Stripes logo, and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group. adidas, the 3-Stripes logo, and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group.

Statistik

ÖLV Jahresbeste 2013 Freiluft

Männer

100	10,52	Benjamin Grill
200	21,62	D. Distelberger
400	48,23	Ali Hofmann
800	1:46,59	Andreas Vojta
1500	3:36,36	Andreas Vojta
5000	13:38,18	Brenton Rowe
10000	29:46,41	Valentin Pfeil
HM	1:03:39	G. Weidlinger
Mar	2:15:04	G. Weidlinger
110H	14,17	Manuel Prazak
400H	51,45	Thomas Kain
3000H	8:53,21	Christoph Sander
Hoch	2,15	Josip Kopic
Stab	5,15	Lukas Wirth
	5,15	Paul Kilbertus
Weit	7,56	Julian Kellerer
	7,56	J. Beckford (JAM)
Drei	15,65	Roman Schmied
Kugel	18,90	L. Weißhaidinger
Diskus	65,16	Gerhard Mayer
Hammer	57,12	Matthias Hayek
Speer	69,97	M. Kaserer
10-K	7872	D. Distelberger
20kmG	1:57,29	D. Hirschmugl
50kmG		

Frauen

100	11,67	P. Urbankova (CZE)
200	23,93	Doris Röser
400	55,29	Susanne Walli
800	2:05,85	Verena Menapace
1500	4:23,00	L. Leutner
5000	16:02,49	Jennifer Wenth
10000	37:08,39	Stefanie Perfler
HM	1:15:07	Andrea Mayr
Mar	2:55:02	S. Tramoy (FRA)
100H	12,87	Beate Schrott
400H	59,84	Verena Menapace
3000H	10:42,88	Stefanie Huber
Hoch	1,86	Monika Gollner
Stab	4,22	Kira Grünberg
Weit	6,29	M. Kraushofer
Drei	12,97	Michaela Egger
Kugel	13,62	Nicole Prenner
Diskus	47,96	Djeneba Touré
Hammer	55,35	Julia Siart
Speer	55,02	Elisabeth Eberl
7-K	5874	Raffaela Dorfer
20kmG	2:05,18	Viera Toporek

Stand: 25.8.2013

ÖLV-Rekorde der letzten Wochen

Bettina Weber

Geb. 8.10.1996, SVS Leichtathletik
Hammerwurf 3kg U18: **60,33 m.** 7.7.2013 (Amstetten). **62,25 m.** 3.8.2013 (Südstadt).
Alter Rekord: 58,57 m Bettina Weber (2013).

Lukas Wirth

Geb. 21.6.1995, ATSV Innsbruck
Stabhochsprung U20: **5,15 m.** 30.6.2013 (Mannheim).
Alter Rekord: 5,14 m Lukas Wirth (2013).

Kira Grünberg

Geb. 13.8.1993, ATSV Innsbruck
Stabhochsprung U23: **4,20 m.** 12.7.2013 (Tampere). **4,22 m.** 3.8.2013 (Südstadt).
Alter Rekord: 4,16 m Daniela Höllwarth (2009).

Maximilian Münzker

Geb. 15.7.1998, ULC Weinland
100 Meter U16: **10,84 s.** 6.7.2013 (Amstetten).
Alter Rekord: 11,03 s Maximilian Münzker (2013).

Andrea Obetzhofer

Geb. 15.2.1999, TS Raika Schwaz
Siebenkampf U16: **4901 P.** 22/23.6.2013 (Wolfsberg).
Alter Rekord: 4767 P. Karin Strametz (2012).

OÖLV U18 Team

Miggisch H. (96), Huemer I. (98), Walli S. (96), Scheftner A. (97)
4x100 Meter U18: **46,66 s.** 17.8.2013 (Arndorf).
Alter Rekord: 47,12 s ÖLV U18 Team (2013).

Zehnkampf Union

Schmid-Schutti F. (94), Kronsteiner (97), Haböck (94), Kopic (94)
4x400 Meter U20: **3:21,75 min.** 17.8.2013 (Arndorf).
Alter Rekord: 3:24,80 min ULB Wien (1985).



Maxi Münzker sorgte nicht nur für einen neuen 100m U16-Rekord, sondern sprintete im Juli auch ins EYOF-Finale.

Terminvorschau

7-8 09	Österr. U20- und U16 Meisterschaften	Kapfenberg
14-15 09	Österr. Masters Meisterschaften	Salzburg-Rif
5 10	Österr. Staatsmeisterschaften Gehen 20/50km	Wien
6 10	Österr. Meisterschaften Straßenlauf	Kirchberg / Pielach
13 10	Österr. Staatsmeisterschaften Marathon	Graz

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, Betina Germann, Robert Katzenbeisser, Matthias Madzak, Hannes Riedenbauer, Herbert Winkler

Anzeigen baudis@oelv.at

Internet www.oelv.at

Email office@oelv.at