

# GO ATHLETICS

**DOMINIK OSTELBERGER:**  
Der junge Zehnkämpfer  
will eine komplette Saison  
hinlegen und hofft, für  
Götzis fit zu werden.

## Marathon

Die besten Bilder vom Frühjahr  
Massen laufen, Legenden siegen

## Götzis ruft!

38. Auflage: Best of Zehnkampf im Ländle  
Weltstars und Local Heroes beim Traditionsmeeting

## EM startet neu

Premiere im Lande Nurmis: EM im Olympiajahr  
Österreichs Asse und ihre Ziele für Helsinki



aportmedienvetlag.at

# inhalt



Im Staffellauf: Felix Schmid-Schuffl und Gümmer Matzinger.

B  
I  
R  
I  
O  
T  
I  
P  
@



Dr. Ralph Volken  
Präsident des ÖLV

## Liebe Leichtathletik-Freunde!

Nach bewegenden Marathon-Veranstaltungen in Wien, Linz und Salzburg gehören die nächsten Wochen der Stadion-Leichtathletik. Ende Mai trifft sich die weltweite Mehrkampf-Elite in Götzis. Bereits Mitte Juni werden wir wissen, wer Österreich bei der Freiluft-EM in Helsinki vertreten wird. Erstmals seit langem greift auch wieder eine heimische 4x100m Staffel nach den EM-Tickets. Nur wenige Tage nach dem kontinentalen Saisonhöhepunkt ist Limitschluss für die Olympischen Spiele in London. Derzeit haben bereits sechs ÖLV-Athleten die Norm erbracht, eine Handvoll hat noch realistische Chancen, ebenfalls den Sprung zu den Spielen in der britischen Hauptstadt zu schaffen.

Halten Sie unseren Assen die Daumen oder noch besser: besuchen Sie uns im Stadion und feuern Sie unsere Athletinnen und Athleten an, damit ihre Olympiaträume in Erfüllung gehen.

Volken

Manfred Schütz



Dr. Manfred Schütz  
Verleger und Herausgeber

**Impressum:** Medieninhaber und Verleger: SMV SportMedienVerlag OG (Schützer/Oberzeller), Klönggasse 43, 1110 Wien, Tel.: +43/1/347 05 44, office@sportmedienverlag.at, www.go-athletics.at Herausgeber: Tobias Oberzeller & Manfred Schütz **Chefredaktion:** Andreas Maier **Redaktion:** Helmut Salzwimmer (CoD), Herbert Winkler, Helmut Baudis, Robert Katzenbeisser, Georg Frank **Grafik:** No Budget Productions/© KAISA **Fotos:** GEPA Pictures, Jean-Pierre Durand, Georg Stübner **Korrektur:** Markus Egger **Anzeigen/Marketing:** Tobias Oberzeller, Christoph Mitzelbauer, Stefan Höfner, Martin Kuen (anzeigen@sportmedienverlag.at) **Druck:** Gutenberg Druck GmbH © 2011 by SMV SportMedienVerlag, 1. Jahrgang  
Zugunsten einer besseren Lesbarkeit wurde auf die geschlechterspezifisch korrekte Anrede verzichtet. Selbstverständlich sollen nicht nur GO ATHLETICS-Leser, sondern auch -Leserinnen angesprochen werden.

**4 Auto Focus**  
Österreich, wie es läuft und springt – die Schnappschüsse des Monats!

**8 Gewitters**  
In Götzis starten Jahr für Jahr die besten Mehrkämpfer der Welt. Ende Mai ist es so weit!

**12 Athlet Schwaib schaut**  
Der Zehnkämpfer träumt von Olympia und trainiert jetzt in Saarbrücken.



**14 Proben für Susi Badi**  
Die junge Hallen-Rekordlerin startet erstmals in Götzis.

**16 Marathon-Musik**  
Die Bilderstory zu den Marathons in Wien, Linz & Salzburg.

**20 Bare & Sandy**  
Immer auf dem Laufenden: Neues, Spannendes und Lustiges aus der Leichtathletikszene.

**24 EM in Helsinki**  
In Finnland steigt Ende Juni die erste EM im neuen 2-Jahres-Rhythmus.



**28 Europas Spitzen im West**  
Der ÖLV brachte die europäische Leichtathletik-Führung nach Österreich.

**30 Ist Leistungswort gerecht?**  
Ein Essay von Herbert Winkler.

**32 ÖLV Termine**  
Meisterschaften, Highlights, Lauftermine für Fans & Aktive.

Fotos: GEPA Pictures (4)



Zwei Weltstars in Wien: Haile Gebrselassie und Paula Radcliffe haben das Publikum elektrisiert.

# Die Größten!

**Haile Gebrselassie strahlt und Paula Radcliffe kann schon wieder lachen. Die beiden besten Läufer der jüngsten Jahrzehnte haben beim Vienna City Marathon begeistert.**

**E**in Halbmarathon-Verfolgungsrennen, das OMV Champions Race, zwischen der äthiopischen Lauflegende und der Marathon Weltrekordlerin aus Großbritannien hat weltweit für Schlagzeilen gesorgt. Am Ende war Haile klar als Erster im Ziel am Wiener Hel-

denplatz und glänzte mit der Laufzeit von 60:52 Minuten. Paula musste hingegen von einer Bronchitis geschwächt hart kämpfen und braucht für ihr großes Ziel, eine Marathon-Olympiamedaille im heimatischen London, eine deutlich bessere Form.

Foto: GEPA Pictures



**Markus Hohenwarter auf den letzten Schritten zu seiner neuen Marathonbestzeit von 2:15:34 Stunden.**

**E**in fast perfekter Marathon“, jubelte der Kärntner. Beim Borealis Linz Donau Marathon hat er erstmals über die klassische 42,195 Kilometer Distanz auf der Straße sein Potenzial ins Ziel gebracht. Nur sechs andere österreichische Läufer waren bisher schneller als er.

# Durchbruch!

Foto: GEPA Pictures

Götzis



Götzis ist im Mehrkampf das Maß aller Dinge. Die besten der Welt setzen sich hier in Szene.

# Götzis

**Das Hypo Mehrkampf Meeting begeistert mit Weltklasseathleten im Zehnkampf und Siebenkampf. Ende Mai sind in Vorarlberg wieder die Besten der Besten am Start.**

Text: Andreas Maier

An einem Wochenende im Mai verdichtet sich in der Vorarlberger Gemeinde Götzis alles zu einem außergewöhnlichen sportlichen Ereignis. Das Hypo Mehrkampf Meeting lockt Fans, Gäste und Athleten aus der ganzen Welt

an. Im Zehnkampf der Männer und im Siebenkampf der Frauen sind die Besten der Besten am Start. Keine andere österreichische Veranstaltung in einer Wertsportart kann etwas Vergleichbares auf die Beine stellen. Tennis, Fußball, Radsport...? No chance. Wenn am Ende des Jahres Bilanz gezogen wird, ist Götzis mit der Summe seiner Leistungen weltweit stets ganz an der Spitze, allenfalls bei Weltmeisterschaften oder Olympischen Spielen ist das sportliche Niveau noch einen Tick höher.

Zum 38. Mal geht die Veranstaltung über die Bühne, diesmal am Pfingstwochenende 26. und 27. Mai. „Das Interesse bei den internationalen Medien ist enorm“, freut sich Christoph Kathan, der zum zweiten Mal als Organisations-Chef einem Team von 400 freiwilligen Mitarbeitern vorsteht, nachdem sich Konrad Lerch, einer der vier Meeting-Gründer, von der Spitze zurückgezogen hat. Bei den Siebenkämpferinnen liegen die Zusagen der letztjährigen Götzis-Siegerin Jessica Ennis aus Großbritannien, der regierenden Weltmeisterin Tatjana Chernova (RUS) und der Hallenweltrekordlerin Natalija Dobrynska (UKR) vor. Bei den Männern wird Weltrekordler Roman Sebrle aus Tschechien ein weiteres Mal begeistern. Seine 9026 Punkte, die er in Götzis im

Juni! Der Tscheche Roman Sebrle schwebt 2001 in Götzis mit seinem Weltrekord Sportschicht.

Fotos: GEPA Pictures (7)

Go Athletics 03/2012

ÖLV-Zehnkampfschutze will Wertschätzung für das Götzis-Start lit sein. Sein Sprunggelenk ist verletzt.



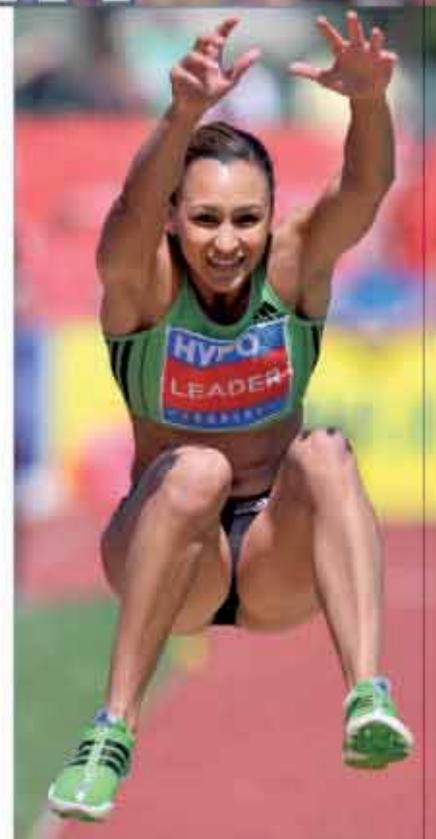
# hoch zehn!

Jahr 2001 erzielt hat, sind nach wie vor das Maß aller Dinge.

Im Vorfeld der Olympischen Spiele kommt dem Meeting heuer besondere Bedeutung zu. „Es sind Topathleten aus 27 Nationen am Start. Es kann wohl kurzfristige Absagen geben, weil kein Sportler ein Risiko eingehen will. Auch die US-Amerikaner fehlen aufgrund der Konzentration auf Olympia diesmal. Aber die Besetzung wird hochklassig“, so Kathan. Und das, obwohl in Götzis traditionell keine Startgelder bezahlt werden. „Wir pflegen das Netzwerk zu den Sportlern das ganze Jahr über. Sie kommen, weil wir gute Rahmenbedingungen bieten, von der Unterbringung und den technischen Abläufen bis zur Atmosphäre im Stadion.“ Jährliche Spitzenleistungen und legendäre Auftritte wie die Weltrekorde von Daley Thompson und Roman Sebrle haben einen Mythos gefestigt, den Mehrkämp-

fer und Fans unbedingt selbst erleben wollen.

Im Feld der Weltelite sind auch Österreicher gut vertreten. Routinier Roland Schwarzl will sich im Rennen um die Olympiateilnahme in Position bringen. 8000 Punkte sind dafür nötig. Mit 7800 Zählern hätte er zumindest die EM-Qualifikation geschafft. Bei den Frauen ist die 18-jährige Ivona Dadić zum ersten Mal am Start. Die ÖLV-Rekordlerin im Hallen-Fünfkampf hat die U20-WM in Barcelona im Visier. Ein Fragezeichen steht hingegen hinter dem geplanten Start von Dominik Distelberger. Der 22-jährige Zehnkampfaufsteiger hat sich Mitte April einen Bänderiss am rechten Sprunggelenk zugezogen. „Es geht in der Regeneration gut vorwärts. Ich werde alles versuchen, aber vielleicht wird es knapp für Götzis“, so Distelberger. Er hat seit Oktober ohne Unterbrechungen sehr gut trainiert.



Welt- und Europameisterin Jessica Ennis bringt sich in Götzis für die Olympischen Spiele in Schwung.

Go Athletics 03/2012

9



Götzis-Sieger und Weltmeister Iry Hurdle wird von jungen Fans bestaunt.



Resultate über der 8000-Punkte-Marke wird man Ende Mai in Götzis mehrfach bejubeln können. Zu sehen ist das komplette Programm auch live auf ORF Sport +. OK-Chef Kathan freut sich auch über eine Drei-Jahres-Verlänge-

rung mit Haupt- und Titelsponsor Hypo: „Wir setzen auf Nachhaltigkeit und Langfristigkeit in allen Bereichen. Bei der Veranstaltung wollen wir den Event-Charakter in manchen Bereichen etwas verstärken. Im Mittelpunkt steht aber der Sport. Das Niveau der Veranstaltung ist sehr hoch und das wollen wir halten.“

#### Zehnkampf (Männer)

Tag 1: 100m – Weitsprung – Kugelstoß – Hochsprung – 400m  
Tag 2: 110m Hürden – Diskuswurf – Stabhochsprung – Speerwurf – 1500m

#### Siebenkampf (Frauen)

Tag 1: 100m Hürden – Hochsprung – Kugelstoß – 200m  
Tag 2: Weitsprung – Speerwurf – 800m

Strahlende Siegerin: Karin Jessica Ennis ihren Sieg im Ländle wiederholen? Die Konkurrenz wird sehr stark!

#### Zehnkampf Olympiaqualifikation Österreich

**8000 Punkte:** Wenn bis 8. Juli ein Athlet – Schwarzl oder Distelberger – diese Marke erreicht, ist er in London dabei. Sollten beide diese Marke schaffen, kann trotzdem nur einer teilnehmen. In diesem Fall entscheidet der ÖLV-Vorstand, wer dem ÖOC zur Nominierung vorgeschlagen wird.

**8200 Punkte (= A-Limit):** Wer diese Marke erreicht, ist fix bei den Olympischen Spielen. Schafft ein Athlet die 8200 Punkte und ein anderer die 8000 Punkte, ist nur der mit dem höheren A-Limit qualifiziert.

#### ► INFOS:

38. Hypo Mehrkampf Meeting  
Götzis  
26./27. Mai 2012  
IAAF Combined Events Challenge  
[www.meeting-goetzis.at](http://www.meeting-goetzis.at)

Go Athletics 03/2012

# TEAM

ROT-WEISS-ROT

[www.teamrotweissrot.at](http://www.teamrotweissrot.at)



Armin Stremitzer und Österreichs Hockey-Nationalmann haben die Qualifikation für Olympia knapp verpasst.

In Österreichs Spitzensport macht sich seit einigen Jahren ein neues Zusammengehörigkeitsgefühl breit. Sportlerinnen und Sportler aller Disziplinen, ob Sommer- oder Wintersport, ob Teamplayer oder Einzelathlet, ob Superstar oder talentierte Nachwuchshoffnung, stehen für einander ein. Sie alle sind im TEAM ROT-WEISS-ROT vereint und können sich auch für andere Sportarten begeistern.

## Der Ball regiert Der Hockey-Teamspieler & seine Liebe zum Ball

Das 2:2 gegen Südafrika zeigte deutlich die Qualität des österreichischen Hockey-Nationalteams. Das Remis reichte allerdings dem hohen Favoriten um die Olympiaqualifikation zum Einzug ins Finale und schließlich - nach dem Sieg im Quali-Turnier - für das begehrte Ticket nach London. Schon vor der Abreise nach Japan war für Teamkapitän Armin Stremitzer die Aus-

Foto: Hofer

wahl Südafrikas der logische Favorit gewesen. „Meine Einschätzung hat leider gestimmt. Entscheidend waren aber trotz des guten Abschneidens gegen Südafrika die Niederlagen gegen Japan und die ungeheuer schnellen Chinesen.“

Jetzt wartet auf den 29-Jährigen wieder der Liga-Alltag in Wien. Da ist Stremitzer wie sein Zwillingbruder Elmar (ebenfalls Teamspieler) für den AHTC aktiv. Begonnen hat er seine Karriere allerdings bei Post. Damals, als Jugendlicher, spielte er auch noch Fußball und

Basketball. „In jeder Ballsportart lernt man viel für eine andere“, ist er überzeugt. So sei es kein Zufall, dass der ehemalige deutsche Hockey-Teamchef Bernhard Peters heute Nachwuchsleiter bei den Fußballern von Hoffenheim ist.

Stremitzer: „Taktisches Verständnis und ein Gefühl für den Ball braucht man im Hockey ebenso wie im Fußball, Basketball oder auch Handball.“



Sportminister Norbert Dörbner mit Mitgliedern des TWR.

Foto: BILLYS

#### 4 Millionen Spitzensportförderung jährlich

TEAM ROT-WEISS-ROT ist der Name des Spitzensportförderungssystems des Bundes. Dieses Team wird gegenwärtig von den besten 450 Sportlerinnen und Sportlern (ca. 330 Sommer und 120 Winter) der Republik gebildet. Das TEAM ROT-WEISS-ROT wird vom Bund mit rund 4 Millionen Euro pro Jahr unterstützt. Sportminister Mag. Norbert Dörbner, der Gründer des TEAM ROT-WEISS-ROT: „Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, die Leistungsfähigkeit der besten österreichischen Athletinnen und Athleten zu optimieren und durch gezielte Maßnahmen das Trainingsumfeld zu verbessern.“

Das TEAM ROT-WEISS-ROT ist aber auch eine öffentliche Plattform zur Bewusstseinsbildung, um der Bevölkerung die Vorzüge des Sports in all seinen Facetten näherzubringen. Die Öffentlichkeitsarbeit des Sportministeriums definiert sich zu einem großen Teil über die Sportler, also das TEAM ROT-WEISS-ROT.

PROMOTION

Wir sind Sieger.



Größtes Ziel 2012:  
Olympia in London

**Österreichs bester Zehnkämpfer der letzten Jahre will bei den Olympischen Spielen glänzen. In Götzis geht er zum elften Mal an den Start.**

Interview: Andreas Maier

Für den 31-jährigen Roland Schwarzl (Union Salzburg) geht es bei seinem Antreten im Mösle Stadion um einen starken Einstieg in die Olympiasaison. Nach einem schwierigen Jahr 2011 haben er und seine Frau & Trainerin Sandra Schwarzl neu durchgestartet. Anfang des Jahres sind die beiden von Salzburg nach Saarbrücken übersiedelt

und trainieren nun am dortigen Olympiastützpunkt. Dort arbeiten sie im neuen Umfeld auf die zur Olympiateilnahme geförderten 8000 Punkte hin. Als Physiotherapeut steht Schwarzl mit Klaus Ambrosch ein guter Bekannter zur Verfügung. Der ehemalige Olympia- und WM-Zehnkämpfer aus Salzburg lebt seit Jahren mit seiner Frau, der deutschen Weitspringerin Bianca Kappler, in Saarbrücken. In der Zusammenarbeit mit Ambrosch fallen auch kleinere sprachliche Hürden weg: „Mit ihm kann ich im Dialekt reden“, lacht Schwarzl, der seine wichtigsten internationalen Resultate



Neue Heimat Saarbrücken:  
Roland & Sandra Schwarzl

mit dem zehnten Platz bei Olympia in Athen 2004 und Bronze bei der Hallen-EM von Madrid 2005 erbracht hat.

*Go Athletics: How is Life in Saarbrücken?*

Schwarzl: Die Übersiedelung war anstrengend, aber mittlerweile haben wir uns sehr gut eingelebt. Die Trainingsanlagen sind super. Wir haben Leute kennengelernt, mit denen wir auch in der Freizeit etwas unternehmen. Im Training gehe ich von den Inhalten her meinen eigenen Weg, aber ich habe immer wieder Kollegen, mit denen ich gemeinsam arbeite, zum Beispiel Zehnkämpfer Lars Albert oder Weitsprung-Europameister Christian Reif. Boris Henry, der Deutsche Nationaltrainer, hat sich im Speerwurf super Zeit genommen für mich.

*Was hast du von deinem ersten Götzis-Start in Erinnerung?*

Das war im Jahr 1999. Ich weiß es deshalb gut, weil ich einen Nulser im Stabhochsprung produziert habe. Das ist mir bis heute über-

auch gut, dass ich die Atmosphäre und die Stimmung schon gekannt habe, bevor ich selbst als Athlet dabei war.

*Deine Lieblingsdisziplinen?*

Am liebsten mag ich Bewerbe mit technischen Anforderungen wie Hürdensprint, Stabhochsprung, Weitsprung und Diskuswurf.

*Angstdisziplinen?*

Vor den 400m und den 1500m habe ich zwar keine Angst, dass sie daneben gehen könnten, aber es ist immer ein mulmiges Gefühl, weil diese Bewerbe an die Substanz gehen. Dann gibt es Disziplinen wie 100m, Speerwurf und Hochsprung, wo ich gegenüber den meisten anderen Athleten Punkte liegen lasse.

*Was bringt die Erfahrung im Zehnkampf?*

Als junger Sportler gelangen gute Leistungen oft wie von selber. Dann flingt man an zu denken und es wird komplizierter. Man

muss plötzlich schauen, wie man diese Leistungen wieder erreichen kann. Aber je mehr Wettkämpfe man macht, umso souveräner wird man. Das ist gerade bei großen Meisterschaften wichtig, wo es einen ganz anderen Zeitplan als bei den Zwei-Tages-Meetings gibt.

*Deine Ziele für Götzis und den Sommer?*

Ganz klar ist, dass ich bei den Olympischen Spielen in Bestform sein will. Götzis wird ein Schritt zu den Großereignissen. In jedem Fall will ich dort das EM-Limit von 7800 Punkten schaffen. Wenn sich auch schon das Olympialimit von 8000 Punkten ausgeben sollte, wäre das natürlich super. Danach werde ich weiter planen. Bei der EM in Helsinki will ich jedenfalls in starker Form sein.



Stabhochsprung zählt zu Schwarzls Lieblingsdisziplinen.

# Roland Schwarzl reloaded!



Großes Saisonziel: U20-WM im Juli



Bei der Götzis-Prämiere ist Dadic die jüngste Starterin.

Die 18-jährige Ivona Dadic feiert ihr Debüt beim besten Mehrkampfmeeting der Welt. Heuer hat sie bereits mit neuem ÖLV-Rekord im Hallenfünfkampf überrascht. Die U20-WM in Barcelona ist ihr großes Ziel.

Interview: Andreas Maier

Es ist für Ivona Dadic nichts Neues, die Jüngste zu sein. Bei der U18-WM in Brixen 2009, als sie Zehnte im Siebenkampf wurde, war sie noch keine 16 Jahre – und die jüngste Teilnehmerin der gesamten Weltmeisterschaften. Als sie im Februar den ÖLV-Rekord im Hallen-Fünfkampf in der Allge-

# „Da möchte ich dabei sein“

meinen Klasse auf 4244 Punkte verbessert hat, war die Oberösterreicherin vom PSV Wels gerade erst 18 Jahre. Damit ist sie mit Abstand die Jüngste im Kreis der österreichischen Leichtathletik-Rekordhalter. Auch beim Hypo Mehrkampfmeeting in Götzis wird sie die jüngste Teilnehmerin sein. Ivona Dadic ist Ende 1993 zur Welt gekommen. Ihre Eltern stammen aus Kroatien und sind seit 1992 in

Dadic: „Es ist eine Ehre in Götzis dabei sein zu dürfen und mich mit Stars wie Jessica Ennis zu messen.“



Österreich. Die von Wolfgang Adler geocoachte Athletin hat eine Siebenkampf-Bestleistung von 5455 Punkten. Damit hat „Ivi“ vergangenes Jahr Rang 10 bei der U20-EM erreicht. Heuer ist neben Götzis die U20-WM in Barcelona von 10. bis 15. Juli das große Ziel.

Go Athletics: Du bist zum ersten Mal für einen Start in Götzis eingeladen. Was erwartest du davon?

Ivona Dadic: Ich habe mir das Meeting immer im Fernsehen angeschaut und gedacht: „Da möchte ich gerne dabei sein!“ Dort sind viele Rekorde gebrochen worden und die größten Stars starten. Besonders Jessica Ennis taugt mir. Es ist eine Ehre, dort mitmachen zu können. Ich freue mich sehr darauf.

Wie hast du mit der Leichtathletik begonnen?

In der 4. Klasse Volksschule hat die Lehrerin nach Teilnehmern bei einer Kinder-Laufolympiade gesucht. Von den Mädels hat sich niemand gemeldet. Nur ich hab gesagt: „Okay, ich mache mit!“ Meine Mama hat mir davor coole Laufschuhe gekauft. Ich habe prompt die 60m und die 800m gewonnen. Michael Hager, ein Vereinstrainer vom PSV Wels, war dort und hat mich angesprochen. Seither bin ich dabei.

Ivonas Lieblingsdisziplin sind die 800m. „Aber ich mag alle Lauf- und Sprungbewerbe.“

Was gefällt dir am Siebenkampf?

Die Vielseitigkeit. Nur eine Disziplin zu machen wäre mir zu langweilig. Es gibt nichts Schöneres, als zwei Tage im Stadion zu sein und das Beste zu geben.

Lieblingsdisziplinen?

Wenn es eine Lieblingsdisziplin gibt, dann die 800 Meter. Ich mag aber alle Lauf- und Sprungbewerbe gern.

Angstdisziplinen?

Mehr oder weniger sind die Hürden eine Angstdisziplin. Ich kann meine Schnelligkeit über die Hürden nicht umsetzen. Nach einer Verletzung in der Hallensaison fehlt mir auch läuferisch noch etwas.

Deine Ziele für

Götzis und den Sommer?

In Götzis will ich das Limit für die U20-WM in Barcelona bestätigen (Anm.: 5150 Punkte). Eine neue Bestleistung wäre super. Wenn ich meine Hallenleistungen auch im Freien bringen kann, sollte das möglich sein. Für Barcelona ist ein Top-8 Platz mein Ziel, dazu wird man etwa 5600-5700 Punkte brauchen. Wenn mehr möglich ist, wäre das eine Draufgabe.





Lauffeldgröße Haile Gebrselassie erwies dem Vienna City Marathon zum zweiten Mal die Ehre.



Rekord geschuft! Der Kenianer Henry Sogut jubelt nach 2:04:58 Stunden über seinen VCM-Strukturweltrekord.



Marathonsieger Henry Sogut feiert mit der ORF-Übertragung live.



Beginn der Marathonreise durch Wien, 42 Kilometer folgen noch!

# Marathon Mania!

Der Marathonfrühling in Österreich hat Zehntausende bewegt. In Wien, Linz und Salzburg haben die Lauffevents begeistert. Sehen Sie hier die besten Szenen und die größten Stars!



Die Wiener Bevölkerung als Lauffereine: 34.000 Teilnehmer waren beim Vienna City Marathon gemeldet.



Herzlich Willkommen! Paula Radcliffe und Haile Gebrselassie zu Besuch bei Bundespräsident Heinz Fischer.

Fotos: GEPA Pictures (9)



Komax Wigo, bester Österreicher beim VCM, feiert mit dem Karikaturisten 'Steffi'.



Amira Eberhart am roten Teppich: zum zweiten Mal die schneidige Österreicherin beim VCM.



Gemina Haile schwärmt: Fans drängen sich nicht an, um einen Blick auf die Stars zu erhaschen.



Salzburg feiert die neue  
Marathon Staatsmeisterin  
Karin Finster. In  
2:47:14 verbesserte sie  
sich um über 7 Minuten!



Große Freude und stiller  
Dank: Martin Kipngut-Ko-  
gini, Sieger beim Salzburg  
Marathon in 2:16:36.



Kein Österreicher war  
schneller als Karl Ameyr!  
In Bestzeit von 2:23:25  
holte er Meistertitel-Gold!

Fotos: GEPH Pictures (6)



Europameister Viktor Köt-  
hler startete im Halbmarathon  
und Siegte auf dieser  
Distanz in 64:39 Minuten.



Christian Plag hat hart ge-  
kämpft und ist gute  
2:18:26 gelaufen. Für  
Olympia leider zu wenig.

Imposante Start zum Bonaldi-Lux-Duval-Mara-  
thon. 15.000 Läufer wollten dabei sein.

LEHR-DVD



ÖLV-Trainer, hier Gregor Högler, zeigen Übungen.

Leichtathletik Tipps auf DVD

Eine neue DVD mit dem Titel „Bewegungskompetenzen für 10- bis 14-Jährige“ soll Jugendlichen und Trainern Beine machen. Darauf werden kurze Trainingsübungen aus allen Bereichen der Leichtathletik zu finden sein. Die ÖLV-Nationaltrainer Leonard Hudec, Christian Röhring, Sepp Schopf, Karl Sander, Georg Denev, Gregor Högler sowie Roland Werthner stellten die Trainingsübungen zusammen und waren bei den Aufnahmen mit dabei. Sämtliche Videosequenzen dieser Lehr-DVD-Serie sind kostenlos online abrufbar unter: [www.bewegungskompetenzen.at](http://www.bewegungskompetenzen.at)

Fotos: GEPA-Pictures (4)



Höhen- und Weitaufzüge vor phantastischer Kulisse in Innsbruck.

Golden Roof Challenge und Austrian Top Meetings

Der Juni bringt mehrere Veranstaltungs-Highlights für Österreichs Leichtathletik-Fans. Am 1. Juni geht vor dem Goldenen Dachl in Innsbruck die „Golden Roof Challenge“ über die Bühne.



Internationale und österreichische Stars begeistern im Stabhochsprung und im Weitsprung. Eine speziell angefertigte mobile Anlage garantiert, dass alle in diesem einzigartigen Ambiente erbrachten Leistungen offiziell gültig sind – auch für die Olympia- und EM-Qualifikation! In St. Pölten steigt am Donnerstag, 7. Juni

das Liese-Prokop-Memorial. Lokalmatadorin Beate Schrott, weitere ÖLV-Asse und internationale Konkurrenz sind angekündigt. Spannung ist auch beim zweiten Austrian Top Meeting in Ried/Imnkreis am 16. Juni programmiert. In einem attraktiven Programm werden dort die Staatsmeistertitel über 3000m Hindernis vergeben. ●

EHRUNG



Elisabeth Eberl mit Unterstützung von Graz und StLV

Steirer-Support für Olympia

Speerwerferin Elisabeth Eberl, die das B-Limit für die Olympischen Spiele überboten hat, ist voll auf Kurs Richtung London und hofft - ebenso wie ihre im Vorjahr verletzte Trainingskollegin Elisabeth Pauer - auf einen Start bei den Summer Games. WM-Teilnehmerin Eberl wird dabei von der Stadt Graz und vom Steirischen Leichtathletik-Verband unterstützt. Gute Physiotherapie bei einem Trainingslager in Südafrika soll helfen. Danach hat sie beim hochkarätigen Diamond League Meeting am 11. Mai in Doha einen ersten großen Wettkampf geplant.

Doping?



- Cannabis
- Nikotin
- Koffein
- Ephedrin
- Schmerzmittel



Hättest du es gewusst?

Bei den Anti-Doping Bestimmungen darf es kein Rätselraten geben. Unter [www.nada.at/medikamentenabfrage](http://www.nada.at/medikamentenabfrage) kann jederzeit festgestellt werden, ob ein Medikament oder eine Methode verboten ist oder nicht.

Alle weiteren Infos dazu auf:

- [www.saubere-zeiten.at](http://www.saubere-zeiten.at)
- [www.facebook.com/SaubereZeiten](https://www.facebook.com/SaubereZeiten)
- [www.youtube.com/SaubereZeiten](https://www.youtube.com/SaubereZeiten)



Wer doppt, verliert.

SCENE-SPLITTER

Fortbildung ÖLV Schieds- und Kampfrichter up to date

Im April führte der ÖLV zwei Ausbildungen für Schieds- und Kampfrichter durch. In Linz haben 21 Teilnehmer aus ganz Österreich in einer Intensivschulung die neuesten internationalen Regeländerungen kennengelernt. In St. Pölten wurden 15 Kampfrichter aus sechs Landesverbänden geschult und haben bei der Prüfung mit bestem Wissen glänzt. Vier davon haben fast den möglichen Punkte-Höchstwert



Schieds- und Kampfrichter sind ein zentraler Stein für die Integration der Wettkampfbasis!

erreicht. Der ÖLV und das Referententeam gratulieren allen Teilnehmern!

Marathonerz Royaler Glückwunsch

Der britische Prince Harry freute sich mit den kenianischen Siegern des London Marathons, Wilson Kipsang und Mary Keitany. Die beiden Lauf-Asse gelten jetzt auch als Favoriten für die Marathons bei den Olympischen Spielen, die im August an gleicher Stelle ausgetragen werden. Kipsang siegte mit über zwei Minuten Vorsprung in 2:04:44 Stunden. Keitany war mit neuem Afrika-Rekord von 2:18:37 Stunden eine Klasse für sich. Kontrovers: Marathon Weltrekordler Patrick Makau wurde vom kenianischen Verband im April nicht für den Olympiamarathon nominiert!



Prince Harry feiert mit den Champions des London Marathons, Mary Keitany und Wilson Kipsang. 2011 auch Sieger bei „Abercrombie“!

NACHWUCHS



Bewegung begeistert und ist wichtig für Schüler!

**Athletics light**

Das Ernst Happel Stadion in Wien war Schauplatz für eine der größten Schulsportveranstaltungen Europas. Bereits zum 13. Mal fand „Athletics light“ statt und hat 17.000 Wiener Schulkinder im Alter von 6 bis 10 Jahren begeistert. Von 2. bis 9. Mai haben die jungen SportlerInnen ihr Bestes bei Schnelligkeit, Sprünge, Wurf und Ausdauer gegeben. „Gerade in der Stadt ist es wichtig, Kindern die Möglichkeit zu bieten, Bewegung und Spaß zu erleben. „Athletics light“ nimmt eine Vorreiterrolle ein“, so Sportstadtrat Christian Oxonitsch.

➤ [www.athletics-light.info](http://www.athletics-light.info)

Fotos: GEPA Pictures (1), PID-Volava (1)

**ÖLV veranstaltet kidsrun4kids**

Mit dem ÖLV zu neuen Höhenflügen: 2012 ist der Österreichische Leichtathletik-Verband erstmals Veranstalter des kidsrun4kids powered by Ströck. Mit frischem Wind soll die größte heimische Laufserie für Kinder in den kommenden Jahren weiter wachsen und ausgedehnt werden.

Ralph Vallon, Präsident des ÖLV: „Wir freuen uns, die größte Kinderlaufserie Österreichs heuer erstmals auszurichten. Bewegungsförderung in den Schulen und Nachwuchsarbeit sind uns ein Herzensanliegen. Die kleinen Läufer von heute sind die sportinteressierten und gesunden Erwachsenen von morgen. Und vielleicht ist auch ein Laufstar für zukünftige Olympische Spiele darunter.“

Wie das Projekt selbst, sind auch die Ambitionen des Veranstalters nicht zu bremsen. Vallon: „Wir wollen in den kommenden Jahren weiter wachsen und dieser tollen Initiative, die von Brigitte Edelhofer ins Leben gerufen wurde, zu neuen Höhenflügen verhelfen.“

Mit 22.000 teilnehmenden Kindern wird 2012 ein neues Rekordergebnis erzielt. Der ÖLV als kompetenter Partner im Laufsport trägt

maßgeblich zum Erfolg der Veranstaltung bei.  
➤ *Webtipp:* [www.kidsrun4kids.at](http://www.kidsrun4kids.at)



Der ÖLV ist neuer Veranstalter von kidsrun4kids!

**Die Startnummer für die Weltmeister von morgen: 0664 660 1971.**

**Die Sporthilfe Gewinn-Förder-SMS.\***



\*Senden Sie ganz einfach eine SMS mit dem Kennwort „Track“ an die angeführte Nummer und folgen Sie den Anweisungen. Als Gewinn warten zehn Abos des „Go Athletics“-Magazins. Zur Verfügung gestellt vom SportMedienVerlag. Teilnahme bis 30.06.2012. Ihr Förderbeitrag von maximal €100,- kommt jungen, talentierten Sportlern mit und ohne Behinderung zugute. Nähere Infos unter: [www.sporthilfe.at/digital](http://www.sporthilfe.at/digital)

Eine Initiative der Österreichischen Sporthilfe



SZENE-SPLITTER

**Masters WM  
Zwölf ÖLV-Medaillen bei Masters WM in Jyväskylä**



Bei den Masters Hallen-Weltmeisterschaften in Jyväskylä (ja, das ist in Finnland) haben Österreichs Teilnehmer gleich zwölf Medaillen gewonnen. ÖLV Delegationsleiter Franz Kropik berichtet, dass im April dort noch tiefster Winter herrschte. Das machte die zum Teil im Freien ausgetragenen Bewerbe sehr schwierig. Cross-Strecke und Wurfanlagen waren vereist. Das Hippes-Hallenstadion befand sich jedoch in bestem Zustand. Erfolgreichster Athlet war Hermann Androsch mit Gold in der Klasse M80 im Stahlbochsprung und im Fünfkampf. Den dritten ÖLV Masters-

Auch im Femen wurde gelächelt, am 10. Mai stürzte Stefanie Androsch, die Bahn war schneebedeckt.

**Weltmeistertitel gewann Heimo Viertbauer im Gewichtswurf M65. Herzlichen Glückwunsch!**



Heimo Viertbauer am obersten Podestplatz bei den Masters WM

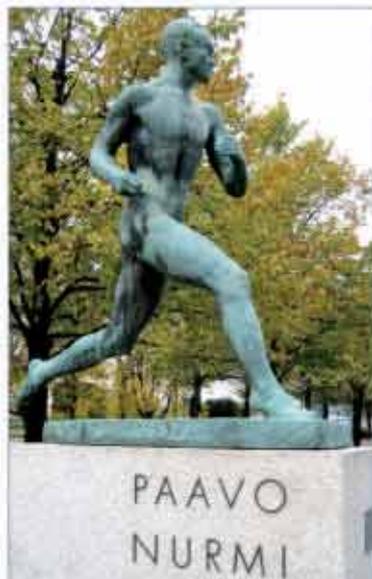
# Finnischer Paukenschlag!



Im Olympiastadion von Helsinki geht Ende Juni die Premiere für das neue EM-Turnier über die Bühne.

**Die Leichtathletik-EM in Helsinki eröffnet einen Leichtathletik-Sommer, wie er heißer nicht sein kann. Ende Juni wird ein großes ÖLV-Team mit mehreren Olympiateilnehmern antreten.**

Text: Andreas Maier



In der Heimat von Lauflegende Paavo Nurmi wird die Leichtathletik-EM zum begehrtesten Event.

Es ist sehr hell Ende Juni in Finnland. Die Sonne verschwindet nur kurz hinter dem Horizont, und für Leichtathletikfans werden die Nächte spannend. Denn erstmals finden in Helsinki von 27. Juni bis 1. Juli die Leichtathletik-Europameisterschaften auch in einem Olympiajahr statt. Diese Premiere eröffnet den letzten Countdown vor den Olympischen Spielen, die sechs Wochen später in London über die Bühne gehen. Der Österreichische Leichtathletik-Verband hofft auf ein großes Team in Rot-Weiß-Rot. Mehrere Läufer sind aus der Wintersaison bereits qualifiziert: Andreas Rapatz über 800 Meter, Andreas Vojta über 1500m, Brenton Rowe über 1500m und 5000m. Die Jagd auf EM-Limits kommt jedoch erst in Fahrt. Für manche wird die EM eine Generalprobe

In der Heimat von Lauflegende Paavo Nurmi wird die Leichtathletik-EM zum begehrtesten Event.

vor den Olympischen Spielen, für andere das Highlight des Jahres. Der Qualifikationszeitraum bis 17. Juni wird dicht und spannend – noch mehr die Titelkämpfe selbst.

Viele Stars wie die Olympiasieger Juri Borzakowski (800m) und Gerd Kanter (Diskus), die noch nie Freiluft-Europameister waren, treten in Finnland an, ebenso Frankreichs Sprint-Ass Christophe Lemaitre. Neue Champions werden gekürt und die Assen der Zukunft treten vor einer tollen Kulisse auf. Mit der EM in Helsinki startet ein neuer Zwei-Jahres-Rhythmus. Bisher fanden die Freiluft-Europameisterschaften jeweils alle vier Jahre statt. „Das ist eine super Sache und war eigentlich überfällig“, freut sich Zehnkämpfer Roland Schwarzl. „Es gibt keine bessere Vorbereitung auf Olympia als eine solche Meisterschaft. In den USA finden praktisch zur gleichen Zeit die Olympia-Trials statt, das ist

Fotos: GEPA Pictures (5), Jean-Pierre Durand (1)



Elisabeth Eberl braut sich auf die EM im sportbegeisterten Finnland.

auch einer Kontinentalmeisterschaft vergleichbar, und sie haben viel Erfolg damit.“

Österreichs Team wird im Lauf der Saison konkrete Formen annehmen. Aber klar ist die Mischung: Olympiateilnehmer, Aspiranten und junge Athleten, die in ihrer Karriere schon wichtige Schritte nach vorne gemacht haben, werden in Finnlands Hauptstadt ihr Bestes geben. Hürdensprinterin Beate Schrott und Diskuswerfer Gerhard Mayer, beide bereits fix für Olympia nominiert, haben auch die EM als wichtiges Highlight im Kalender. Fehlen werden hingegen Günther Weid-

linger und Andrea Mayr, denn der Marathonlauf wird – ebenso wie das Gehen – weiterhin nur alle vier Jahre ausgetragen. Im unmittelbaren Anlauf zu den Olympischen Spielen ist das nur vernünftig. Mit großer Vorfreude blicken Österreichs starke Speerwerferinnen Elisabeth Eberl und Elisabeth Pauer auf die EM. Denn der Speerwurf elektrisiert in Finnland die Massen. Lokalmatador Tero Pitkämäki, Weltmeister 2007 und Olympiadritter 2008, wird das Stadion hinter sich haben. Von der fantastischen Atmosphäre bei den Wurfbewerben können alle Teil-

Local Hero Tero Pitkämäki und viele andere Stars werden bei der Leichtathletik-EM für High-Life sorgen!

nehmer nur profitieren. Auch eine österreichische 4x100m-Männerstaffel will alles daran setzen, um in Helsinki durchs Oval zu sausen. Die besten 15 Nationen plus Gastgeber Finnland sind startberechtigt. Im derzeitigen Ranking liegt der ÖLV auf Rang 13. Herangezogen werden die beiden besten Resultate eines Landes zwischen 1.1.2011 und 17.6.2012. Ryan Moseley und Kollegen werden sich ins Zeug legen – die Entscheidung wird sicher ganz eng!

Für alle Athleten, die nicht oder noch nicht auf Weltniveau sind, bieten die Europameisterschaften jedenfalls eine hervorragende Plattform. „Junge Athleten brauchen solche Bewerbe um zu lernen, was dafür nötig ist, ein Cham-





Am Ryan Alseley kämpft um ÖV-Sporttitel um die EM Teilnahme

pion zu werden“, betont Hansjörg Wirz, Präsident von European Athletics. „Wenn es vier Jahre bis zur nächsten Europameisterschaft dauert, hören manche Sportler vielleicht auf, weil sie es nicht zu einer WM oder zu Olympischen Spielen schaffen.“ Kaum ein Leichtathlet schaffte den Übergang von einer U20- oder U23-EM zur Teilnahme an einer Weltmeisterschaft fließend. Hier ist eine Europameisterschaft der ideale Fokus, auf den sich die Motivation richten kann.

Der Schauplatz Helsinki ist für Österreichs Athleten historisch gesehen verheißungsvoll. 1971 jubelte Ilona Gusenbauer hier über den Europameistertitel im Hochsprung. Dietmar Millonig erreichte zwölf Jahre später bei den ersten IAAF Weltmeisterschaften über 5000m den sehr beachtlichen achten Platz. Der bedeutendste Augenblick in Helsinkis Sportge-

schichte liegt indes 60 Jahre zurück. 1952 wurden hier die Olympischen Spiele veranstaltet. Der Tscheche Emil Zatopek, Namensgeber für den „Goldenen Emil“, der als Trophäe an Österreichs Leichtathleten des Jahres vergeben wird, begeisterte dabei mit seinem nach wie vor einzigartigen Erfolgslauf. In der Heimat von Lauflegende Paavo Nurmi gewann er binnen sieben Tagen Olympiagold zuerst über 10.000 Meter, dann über 5000 Meter und als Abschluss auch im Marathonlauf. Dieses Langstrecken-Triple ist seither unerreicht – und wird es wohl auch bleiben.

Die EM lebt aber nicht von der Vergangenheit. Das Leichtathletikpublikum in Helsinki, die spannenden Wettkämpfe im unmittelbaren Vorfeld der Olympischen Spiele und Neuerungen wie die Siegerehrungen, die außerhalb des Stadions durchgeführt werden, versprechen eine tolle Woche! ●

► **INFOS:**

21. Leichtathletik Europameisterschaften, Helsinki, Finnland  
27. Juni bis 1. Juli 2012.  
Olympiastadion  
[www.helsinki2012.fi/en](http://www.helsinki2012.fi/en)  
[www.european-athletics.org/helsinki-2012](http://www.european-athletics.org/helsinki-2012)



## Das Top-Angebot für alle Fans! **SMV**

Das **PEAK** Teamdress  
„Power Shooter“ plus fünf Ausgaben  
Deines Wunsch-Magazins dazu!



Und so geht's:



Registriere dich jetzt auf  
[www.sportmedienverlag.at/ABO](http://www.sportmedienverlag.at/ABO)  
und erhalte die nächsten fünf  
Ausgaben deines Wunschmagazins  
per Post bequem und direkt  
zu dir nach Hause!

Zusätzlich erhältst du ein Peak-  
„Power Shooter“-Tanktop im Wert  
von € 24,95\* dazu.

Die zum Tanktop passenden Shorts  
gibt es optional **NUR** für Abonnenten  
um € 9,90 als Zusatzbestellung.

Abokosten Österreich: € 19,90

Abokosten EU-Ausland: € 24,90

Limitiertes Angebot. Nur gültig für die verfügbare Menge und Größen!

Find us on

**facebook**

[www.facebook.com/Sportmedienverlag](http://www.facebook.com/Sportmedienverlag)

Wunsch-Magazin-Klassik-Abo:

Portokosten für 5 Hefte in Österreich: € 9,90

Portokosten für 5 Hefte im EU-Ausland: € 14,90

**[www.sportmedienverlag.at](http://www.sportmedienverlag.at)**

\*unverb. empf. Verkaufspreis



sportmedienverlag.at



# Europas Spitze zu Gast

Die 7.000 Einwohner zählende Stadt Neusiedl am See war von 20. bis 22. April für ein Wochenende der Nabel der europäischen Leichtathletik-Welt – obwohl sie über gar keine Leichtathletik-Anlage mehr verfügt.

Text: Helmut Baudis

Über 90 Delegierte aus 48 der 50 europäischen Mitgliedsländer – nur Gibraltar und San Marino fehlten – sowie Gäste aus den USA, Kanada und Jamaika kamen zur biennalen European Athletics CEO Conference nach Österreich. ÖLV-Präsident Ralph Vallon freute sich, dass der heimische Leichtathletik-Verband erstmals seit 30 Jahren wieder Gastgeber einer solchen großen internationalen Tagung sein konnte. „Österreich muss in allen Bereichen wieder



zurück auf das internationale Parkett und dazu zählen neben der Ausrichtung solcher Veranstaltungen auch die Bewerbungen für internationale Meisterschaften“, wie Vallon ausführte.

## Hallen-EM 2017 als Ziel

Aufgrund der infrastrukturellen Gegebenheiten sind hierzulande nur einige ausgewählte Events überhaupt durchführbar. Dazu zählen Welt- und Europameisterschaften im Berglauf ebenso wie die Hallen-Europameisterschaften, Freiluft-Welt- und -Europameisterschaften sind derzeit für Österreich eine Nummer zu groß und derzeit von der Ausstattung

nicht einmal im Ernst-Happel-Stadion durchführbar.

Daher ist der Plan des ÖLV entstanden, nach Göteborg 2013 und Prag 2015 im Jahr 2017 zum vierten Mal in der Geschichte die Leichtathletik Hallen-Europameisterschaften in Wien auszutragen. Ein entsprechender „Letter of Intent“ wurde bereits beim Europäischen Leichtathletik-Verband deponiert. Nur vier, aber dafür starke Konkurrenten türmen sich im „Event Bidding-Match“ auf: Finnland, Serbien, Ungarn und Polen. Nahezu alle gehen mit funkelneuen Hallen ins Rennen. Ein Faktor, von dem der heimische Verband nur träumen kann.

Fotos: GEPA Pictures



Dennoch rechnet man sich Chancen aus, denn Österreich ist in der Sportszene – auch in der Leichtathletik – als Top-Ausrichter und nicht zuletzt auch wegen seiner Gastfreundlichkeit bekannt. Das bekamen die Gäste auch in Neusiedl zu spüren. Eine perfekte Organisation sowie ein nettes Ambiente waren die Basis für eine erfolgreiche Tagung.

## „Money, Money, Money“

Die European Athletics CEO Conference stand dieses Mal unter dem Motto „Stabilität, Unabhängigkeit und Wachstum – Optimieren der Finanzen der Leichtathletikverbände in herausfordernden Zeiten“. Das Ausgangsniveau im Bereich der Finanzen ist aber ein grundverschiedenes in Leichtathletik-Europa. Großbritannien, mit dem Druck der Olympischen Spiele im eigenen Land, kann heuer auf eine staatliche (und auch staatliche) Förderung von 13 Mio. Euro zurückgreifen. Selbst der vor Kurzem im Streik befindliche Griechische Leichtathletik-Verband, dessen Subventionen heuer um 50% reduziert wurden, darf sich noch immer über staatliche Zuwendungen in der Höhe von 8,3 Mio. Euro freuen. Von zweistelligen Millionenbeträgen bis hin zu niedrigen fünfstelligen Budgets in den Kleinstaaten wie Montenegro oder Andorra reicht die Bandbreite innerhalb der europäischen Leichtathletik-Familie.

Der ÖLV mit seinen 1,3 Mio. Jahresbudget ist irgendwo im hinteren Mittelfeld zu finden und muss trotzdem versuchen, das Unmögliche möglich zu machen, sich strukturell weiterzuentwickeln und sportliche Erfolge einzufahren. Eine ordentliche Herausforderung, der ein echtes Bekenntnis der Sportpolitik zum Spitzensport – vor allem in den Olympischen Kernsportarten – helfen würde. Vielleicht bringt ja das bereits lange versprochene neue Bundes-Sportförderungsgesetz die nötige Anschubfinanzierung.

## Models of good Practice

Im Zuge der Tagung wurden zahlreiche erfolgreiche Modelle präsentiert. In einigen Ländern ist es gelungen, die große Laufszene enger an die Verbände zu binden. Eine Verdopplung der Mitgliedszahlen in Norwegen oder 15.000 Direktmitglieder beim Dänischen Verband waren die Folge. „Wenn

der ÖLV wachsen möchte, dann müssen wir unseren Fokus vermehrt auf den Breitensport- und hier im Speziellen auf den Laufsport richten“, sieht Präsident Vallon auch hier eine Chance für den heimischen Verband. Die Koordination von jährlich über 400 Laufsportveranstaltungen durch den ÖLV, die Übernahme der Veranstaltungsagenden bei den kidsrun4kids-Läufen in Wien sind erste Schritte in diese international vorgegebene Richtung.

Für Sportsoziologen Univ. Prof. Dr. Helmut Digel (GER), IAAF-Council-Mitglied und einen der Hauptreferenten der CEO-Tagung, steht und fällt der zukünftige Erfolg der Leichtathletikverbände mit der weiteren Professionalisierung, mit besserer Planung, mit höherer Qualität in der Kommunikation, mit verbesserter Glaubwürdigkeit und Effektivität sowie mit langfristigen Partnerschaften.



Leichtathletikspitzen zu Gast: IAAF Council Helmut Digel, EA-Präsident Hansjörg Wirz, ÖLV-Präsident Ralph Vallon.



Ein bewegtes Leben ist Serotonin für die Seele und die Räuberleiter für beschwerdefreies Altern.

# Ist Leistungssport ungesund?

**Nein, nein und manchmal ja! Aber in erster Linie ist Sport – auch auf höchstem Niveau – eine Firewall gegen Degeneration.** Text: Herbert Winkler

Andrea Mayr läuft derzeit in der Woche etwa 200 Kilometer. Manchmal auch mehr. Aufgrund ihres Lauftempos kann man sie nur mit dem Rad begleiten. Sie hält den österreichischen Rekord über 3000m Hindernis, im 10km Straßenlauf, im Halbmarathon und im Marathon.

Der Judoka Peter Seisenbacher trainierte sieben Stunden täglich. Und das über zehn Jahre lang. Er verbrachte die Woche hauptsächlich auf Wurfmatten und in der Kraftkammer. 1984 und 1988 war er Olympiasieger.

Die gleichen Daten und Lebensläufe könnte man über Werner Schlager, Hermann Maier oder Gerlinde Kaltenbrunner publizieren. Für sie und hunderte andere SpitzensportlerInnen ist oder war der Körper eine Zeit lang das indirekte Arbeitsmittel. Die Tages-, Wochen- und Jahresrhythmen wurden von den Trainingszeiten und den Wettkämpfen bestimmt.

**Ist eine derartige Belastung für den Körper schädigend?**

„Wenn Sport mit Augenmaß betrieben wird, ist Belastung ein Elixier für Körper und Geist“, bricht Dr. Andreas Kröner eine Lanze für die körperliche Anstrengung. Kröner ist Teamarzt des ÖLV und betreut viele Olympioniken.

„Der menschliche Körper ist enorm anpassungsfähig. Wenn junge Sportler über Jahre hindurch mit System und Achtsamkeit aufgebaut werden, ist eine nachhaltige Schädigung unwahrscheinlich“, ist der Sportorthopäde überzeugt.

Dass lange und extreme Ausdauerbelastungen Zellen und Zellbestandteile schädigen können, ist in einigen Untersuchungen festgestellt worden. Bei starken Belastungen bilden sich im Körper aggressive Sauerstoff-Radikale. Erhöhter oxidativer Stress während des Wettkampfes führt zu Schädigungen der DNS. Ob diese Veränderungen auch langfristige Auswirkungen haben, war lange unklar.

Univ.-Prof. Dr. Karl-Heinz Wagner vom Departement für Er-

nährungswissenschaft an der Uni Wien hat sich mit seinem Team diesem Thema angenommen. Konkret wurde untersucht, ob bei Extremsportlern langfristig DNS-Schädigungen auftreten. Das Forscherteam hat bei 24 Teilnehmern des Ironman Austria kontinuierlich bis 19 Tage nach dem Triathlon physiologische Daten erhoben und analysiert. Dabei konnten grosso modo keine nachhaltigen DNS-Schäden festgestellt werden. Bei austrainierten Sportlerinnen und Sportlern kommt es zur forcierten Aktivierung von DNS-Reparaturprogrammen. Die entzündlichen Reaktionen, die während der hohen Belastung auftraten, klangen wieder ab.

Sicher ist, dass Bewegung für das gesamte Leben den Profit der Nachhaltigkeit hat. Für Jugendliche, die Sport betreiben, ist körperliche Gesundheit part of the game. Trübe Zukunftsaussichten haben Jugendliche, die gar keinen Sport betreiben. Plumpsen sie dann noch in die Fastfoodfalle oder werden sie zu Rauchern, sammeln sie im Körper Hypotheken an, die sie dann im Alter einlösen müssen.

„Natürlich gibt es bei Leistungssportlern individuelle Leistungsgrenzen. Wenn sie überschritten werden, fügt man dem Körper Schaden zu“, schränkt Andi Kröner ein.

Und diese Überforderungen sind natürlich auch in der Leichtathletik zu finden. Wenn der Ehrgeiz mit dem Können nicht Schritt hält, kommt es zum körperlichen Börsenkrach. Der übermotivierte

Athlet, der die Warnsignale seines Körpers missachtet, ist besonders gefährdet. Wer Schmerzen wegspritzt oder gar Dopingmittel einsetzt, um den Körper zu überlisten, überschreitet den Rubikon. Und natürlich gibt es für Sprinter, Werfer oder Langstreckler auch unterschiedliche Belastungsszenarien.

Bewegung ist das Zauberwort für körperliche Stabilität und gilt einstweilen selbst in der medizinischen Trainingstherapie als Heilmittel. Nur mehr die Oldtimer in der Orthopädie schwören auf wochenlange Bettruhe, Beton und passive Therapien.

Verfolgt man die Lebensläufe von ehemaligen Spitzenleichtathleten, fallen bei den wenigsten extreme Spätfolgen der Sportausübung auf. Weder Rudi Klavan oder Wolfgang Konrad, noch Eva Janko oder Dietmar Millonig sind im Dunstkreis einer schweren Schädigung angesiedelt. Klar, so manche Abnützung macht zu schaffen. Doch es ist schwer zu sagen, ob diese physiologischen

Veränderungen nicht auch ohne Leistungssport aufgetreten wären. Gelenks- und Rückenprobleme haben auch unsportliche Menschen.

Wahrscheinlich stellt Sport sogar eine Firewall für die Degeneration des Halte- und Stützapparates dar. Die Ernährung der Bandscheiben erfolgt ausschließlich durch Bewegung.

Ist Leistungssport also ungesund? Nein, nein und manchmal ja!

Grundsätzlich ist ein „bewegtes“ Leben nicht nur Serotonin für die Seele, sondern auch die Räuberleiter für beschwerdefreies Altern. Das gilt durchaus auch für LeistungssportlerInnen. Sie leben in einem kurzen Zeitfenster ihres Lebens über der physischen Baumgrenze. Wenn sie diese Grenze mit Augenmaß und kontinuierlich erklimmen, kann sich der Traum vom gelobten Land erfüllen. Wenn sie somatische Warnsignale ignorieren, kann es auch zum Albtraum werden. ●



LAUFTERMINE

Datum	Veranstaltung	Ort	Distanzen
17. Mai	Über-Drüber-Marathon	Kirchdorf/Krems	21,1 bis 63,3 km (1950m HD)
17. Mai	13. Kirchdorfer Stadtlaf	Kirchdorf/Krems	0,2 bis 6,8 km
17. Mai	25. SW sedda Trattnach Uferlauf	Bad Schallerbach	0,5 bis 12 km
17. Mai	31. Norzissenlauf	Altaussee	8,1 km/10,5 km/15,5 km
18. Mai	1. Gmündner 5000-er (4 Städte Grand Prix)	Gmunden	0,2 bis 5 km
19. Mai	2. Merkur-Gigasport Bödenlauf	Strassgang	5 km/10 km
19. Mai	20. Matzner Straßenlauf	Matzen	7,7 km
19. Mai	Railfeisen Halbmarathon Hall-Wattens	Hall in Tirol	5 km/21,8 km
19. Mai	Baumkronenweglauf	Kopfling	5 km/10 km
19. Mai	10. NÖ Mittelpunktlaf	Kapelln	7,5 km
20. Mai	9. Bad Erlacher Sparkassenlauf + 6. MS Benefizvolk	Bad Erlach	0,4 bis 10km
20. Mai	3. Volkslauf "Rund um Haringsee"	Haringsee	5 km
20. Mai	13. Schafberglauf "Mensch gegen Dampflok"	St. Wolfgang	5,8 km (1240m HD)
20. Mai	11. Ottensteiner Seelauf	Rastenzfeld	3 bis 9 km
20. Mai	Self Transcendence 6-Stunden-Lauf	Wien-Prater	6 Stunden (inkl. Staffeln)
22. Mai	Campuslauf Krems	Krems	0,5 bis 11,4 km
25. Mai	Gleisdorfer Citylauf	Gleisdorf	9km
26. Mai	23. Tolzer Berglauf	Greifenburg	10 km/13 km (1000m/1600m HD)
26. Mai	2. Sonnenenergielauf	Neudorf bei Staatz	0,5 bis 10 km
26. Mai	6. Hollenburglauf	Maria Rain	4,3 km/7,3 km
26. Mai	Ultra + Marathon Oberwart	Oberwart	42,2 km/5 Stunden
26. Mai	Int. Zwetler 7-Brückenlauf	Zwetzl a.d. Rodl	0,5 bis 7,5 km
26. Mai	31. Pfingstlauf und Nordic Walking	Vorchdorf	0,4 bis 5,4 km
26. Mai	Sonntagberger Marktlauf	Rosenau	8 km
26. Mai	6. Kwanis Teamlaf	Schärdling	0,2 bis 5,4 km
27. Mai	3. Gesunde Gemeinde Fitnesslauf	Straßwalchen	0,5 bis 12 km
28. Mai	3. Bodensee Frauenlauf	Bregenz	5 km
28. Mai	24. Landeshauptstadtlaf	St. Pölten	0,6 bis 10 km
01. Juni	10. Steirischer Leukämiehilfelauf	Graz	2,5 km/5 km
01. Juni	18. Sparkasse Stadtlaf	Waldhofen/Thaya	0,3 bis 6,9 km
01. Juni	7. Sparkassen Stadtlaf (4-Städte-Grand Prix)	Vöcklabruck	0,2 bis 5,8 km
02. Juni	Charity Night Run	Großpetersdorf	0,4 bis 10 km
02. Juni	Kinderlauf powered by "Urlaub am Bauernhof"	Wien-Prater	0,4 bis 1 km
02. Juni	28. Deutsch-Wagramer Lauffag	Deutsch-Wagram	0,7 bis 10 km
02. Juni	11. Parkthermen-Wisentalaf	Bad Radkersburg	8,7 bis 21,1 km
02. Juni	13. Brucker Sparkasse Citylauf	Bruck/Leitha	0,4 bis 10 km
02. Juni	Eberndorf Volkslauf, 3. Lauf Jauntalcup	Eberndorf	5 km/10 km
02. Juni	8. Puckinger Seelauf	Pucking	0,1 bis 10 km
03. Juni	Österreichischer Frauenlauf *	Wien-Prater	5 km/10 km/5km Nordic Walking
03. Juni	31. Mondseelauf	Mondsee	21,1 km
03. Juni	Schimmfestlauf	Dietach	0,1 bis 6,6 km
03. Juni	20. Akademieparklauf	Wr. Neustadt	0,4 bis 10 km
03. Juni	Lauf- und Walking Erlebnis	Deltach im Gailtal	0,3 bis 21,1 km
03. Juni	16. Katrinberglauf	Bad Ischl	4,5 km (943m HD)
03. Juni	Heiligenkreuzer Wappenlauf	Siegenfeld	0,4 bis 11 km
03. Juni	10km-Lauf	Linz Donaual., GH Lindbauer	10 km
06. Juni	Klagenfurter Altstadtlaf	Klagenfurt	0,2 bis 10 km
07. Juni	Brightenauer Bezirksläufe	Wien-Brightenau	0,4 bis 10 km
07. Juni	19. Muggelberglauf	Niklasdorf	10,6 km (1100m HD)
09. Juni	7. Sparkassen Jedermannslaf	Grein	0,2 bis 5 km
10. Juni	9. Trumauer Lauferlebnis	Trumau	10 km
10. Juni	5. Weinberglauf Retzer Land	Retz	0,4 bis 10 km
10. Juni	8. Int. ÖÖLD Schwarzapfel-Berglauf (mit ÖM)	St. Margareten i.R.	10,8 km (960m HD)
10. Juni	Dachstein Berglauf	Pfchl an der Enns	12,3 km (1086m HD)

SMILE & FRIENDS

LAOLA1.AT APP JETZT ALS DOWNLOAD!\*



Alles neu und trotzdem besser:

LAOLA1 ist jetzt noch mobiler!

[www.laola1.at](http://www.laola1.at)



\* Die LAOLA1.at App ist für iPad, iPhone, Android Smartphones und unter <http://m.laola1.at> ab sofort kostenlos verfügbar

**LAUFTERMINE**

Datum	Veranstaltung	Ort	Distanzen
15. Juni	3. Welser Businessrun	Wels	3,9 km (Walk)/5,2 km (Run)
15. Juni	1 Stunden-Nachlauf	Mank	1 Stunde
16. Juni	13. Int. Parndorfer Straßenlauf	Parndorf	0,4 bis 10 km
16. Juni	12. Kandler Berglauf	Greifenburg	11,5 km / 14 km (1150m/1600m HD)
16. Juni	Spannberger City Run	Spannberg	7 km
16. Juni	5. Papierlauf (4-Städte-Grand Prix)	Laakirchen	1,8 bis 7 km
16. Juni	2. Single Run	Wien-Prater	5 km/10 km / Teams
17. Juni	6. Justmenrun - Österreichs Männerlauf	Wien-Prater	5 km/10 km / Teams
17. Juni	9. Opponitzer Hügellauf	Opponitz	6 km (174m HD)
17. Juni	Glieder-Berglauf (Kombiwertung Stadtlauf)	St. Johann bei Ternitz	3km (200 HD)
17. Juni	20. Stadtlauf Ternitz	Ternitz	0,3 bis 10 km
17. Juni	14. ÖGKK Frauenlauf und Frauentriathlon	Linz-Pichlinger See	3,4 km/6,8 km
17. Juni	Manazellerland-Berglauf auf die Gemeindegasse	Mitterbach	6,4 km (804m HD)
17. Juni	Sonnwendlauf Grafenegg	Grafenegg	0,5 bis 10 km
17. Juni	Mader Reisen City-Lauf	Pregarten	0,3 bis 10 km
17. Juni	2. Int. Volksbank-Vorarlberg-Kanzelwandlauf	Riezlem-Kleinwalsertal	8,9 km (1078m HD)
17. Juni	17. Intersport EYBL Salzkristall-Lauf	Hallein	0,3 bis 21,1 km
22. Juni	18. Int. Mostlandlauf	St. Paul/Lavanttal	0,3 bis 10,5 km
23. Juni	24. Zwettler Sparkasse Stadtlauf	Zwettl	0,7 bis 7,1 km
23. Juni	Energiedorflauf Ollersdorf	Ollersdorf	0,5 bis 42,2 km
23. Juni	17. Int. Ritzensee Sonnwendlauf	Soafelden	0,2 bis 6,6 km
23. Juni	29. Steinbacher Dorflauf	Steinbach am Attersee	2,3 km/8,6 km
23. Juni	Frankenfels-Berglauf, Fielachtalcup 3. Lauf	Frankenfels im Dimdital	0,5 bis 6,1 km (350m HD)
23. Juni	27. Vöckla-Ufer-Lauf	Timelkam	0,2 bis 10 km
23. Juni	4. Vösendorfer Ortsstraßenlauf	Vösendorf	0,8 bis 10 km
23. Juni	mozart 100 - Salzburg Running Festival	Salzburg	54/100km (2000HD)
24. Juni	30. Steyrer Stadtlauf	Steyr	0,5 bis 6,2 km
24. Juni	12. Int. Weintraubenlauf	Ruppersthal	1 km/5 km/10 km
24. Juni	Badener Sparkassen Stadtlauf by Rimmertherme	Baden	0,6 bis 21,1 km
24. Juni	Stadtlauf	Oberpullendorf	0,4 bis 10 km

**ÖLV-TERMINE**

17.05.	österreichische Meisterschaften der Vereine (allg. Klasse, U16), Salzburg-Rif
19.05.	Berglauf-Weltmeisterschaften der Masters (uphill), Bühlertal/GER
19./20.05.	LANDESMEISTERSCHAFTEN (Nachwuchs)
26./27.05.	WYPO-Mehrkampfmeeting (IAAF Challenge), Gölzis
27.05.	Int. Franz-Schuster-Memorial (U18/U16), Schwechat/Phönixplatz
01.06.	Int. Golden Roof Challenge, Innsbruck
02.06.	10.000-m-Europacup, Bilbao/SPA
02.06.	Sparkassen-Gala (Test-Wettkampf ÖLV U23 + allg. Klasse), Regensburg/GER
07.06.	Liese Prokup Memorial (Austrian Top-Meeting), St. Pölten
09./10.06.	LANDESMEISTERSCHAFTEN (allgemeine Klasse)
10.06.	Österr. Berglauf-Staatsmeisterschaften St. Margareten im Rosental
16.06.	Intern. Leichtathletik-Nacht (Austrian Top-Meeting) Ried im Innkreis mit ÖSTN/ÖM Hindernis (Allg. Kl. / U-23 / U-20 / U-18)
17.06.	Österr. Mehrkampf-Meisterschaften (U-14) Wien-Wienerberg
23./24.06.	Österr. Cup der Bundesländer Jugend (U-18) Feldkirch-Göinggen
23./24.06.	ÖLV Junioren-Gala (Test-Wettkampf ÖLV U-20) Mannheim/GER
30.06./01.07.	österreichische Mehrkampf-Meisterschaften (U-16) Kapfenberg
01.07.	Berglauf-Europameisterschaften der Masters (uphill) Bludenz



**WEITERE HIGHLIGHTS**

27.06.–01.07.	Leichtathletik-Europameisterschaften, Helsinki/FIN
07.07.	Berglauf-Europameisterschaften (uphill/downhill), Denizli-Pamukkale/TUR
10.–15.07.	U-20-Weltmeisterschaften, Barcelona/SPA
21./22.07.	österreichische Staatsmeisterschaften, Klagenfurt
27.07.–12.08.	Olympische Spiele (Leichtathletik: 03.–12.08.), London/GBR

Weitere Termine auf [www.oelv.at](http://www.oelv.at)

