

LEICHTATHLETIK

NUMMER 8/95 • DEZEMBER

ÖS 45,- / DM 7,- / SFR 6,-

Offizielle Zeitschrift

des Österreichischen

Leichtathletikverbandes

Reebok

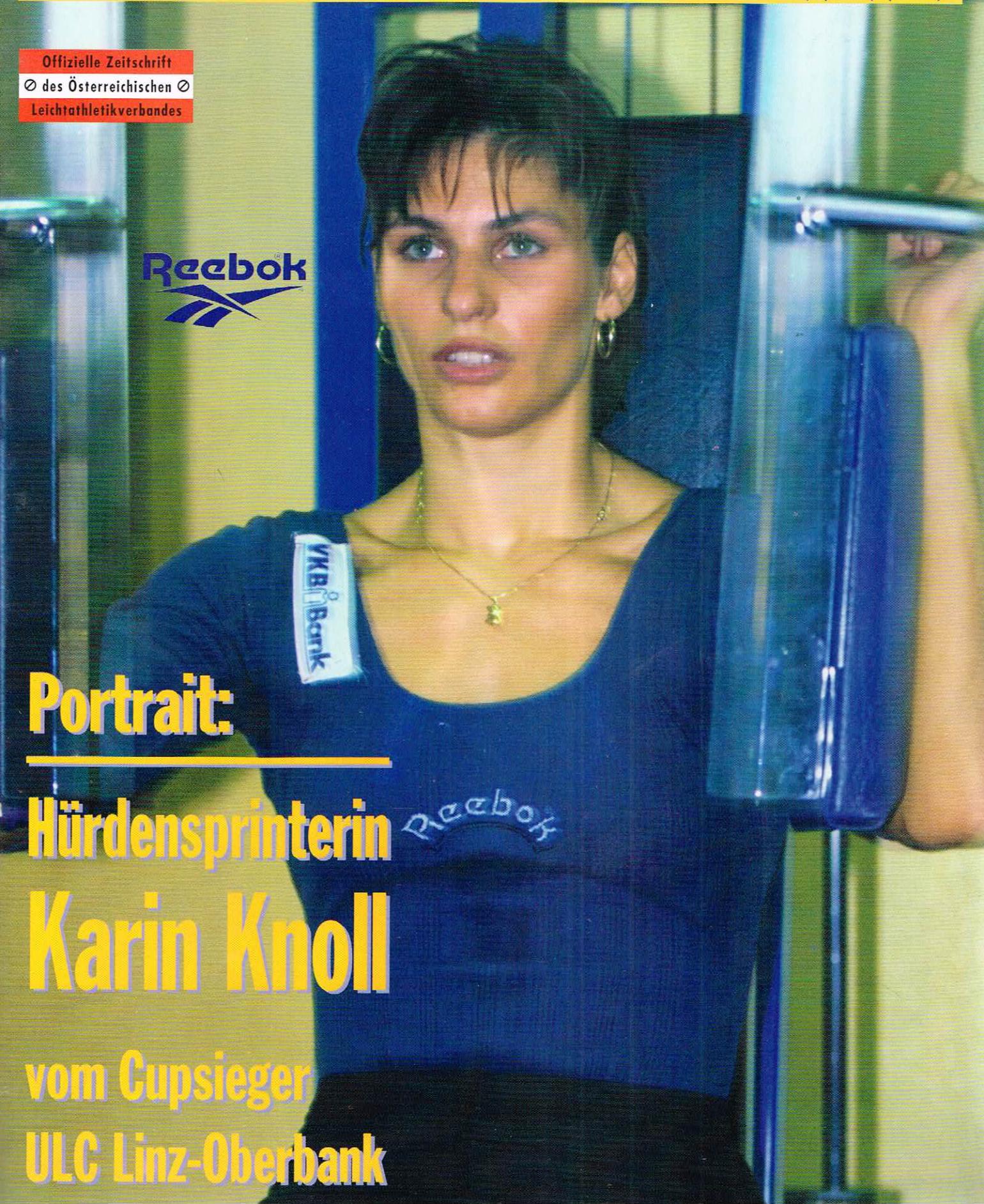
Portrait:

Hürdensprinterin

Karin Knoll

vom Cupsieger

ULC Linz-Oberbank



Vom Redaktionstisch



Sind in der Zeitung zuwenig Ergebnisse? Die Frage stellte sich nach einem Leserbrief in der letzten Ausgabe.

Die Kritik eines Werfers trifft mitten ins kreislauftrainierte Herz des Laufvolks: „Ihr bringt nur Berichte und Ergebnisse von Laufveranstaltungen!“

Den Läufer kümmert's nicht, er fühlt sich selbst schwerst benachteiligt: Wozu die Highlight-Fotos gut sind, wo er doch nur auf Ergebnisse steht, wenn möglich auch von Vorläufen, schimpft er sich lauthals den Frust von der Seele.

Feinschmecker möchten freilich gerade diese Fotos in der Heftmitte plaziert haben: „Ideal zum Sammeln.“ Dort möchte aber auch der ÖLV mit seinen Mitteilungen griffbereit sein.

Auf keinen Fall will ein Insider die Zeitung zum Ergebnisdienst verkommen lassen. „Wem's zuwenig ist, der soll im Ergebnisbericht nachschauen“, attestiert er dem Verhältnis kleingedruckter Resultate zu Artikeln und Bildern Richtigkeit. „Nie hatte Österreich eine bessere Leichtathletikzeitung!“

Ein Funktionär aus Kärnten möchte dem Nachwuchs seines Vereins mehr Anerkennung zuteil werden lassen. „Sie sind die künftigen Leser“, lautet sein Ratschlag.

Ich bin sicher, jeder Leser hätte einen Tip parat. Da gibt's doch die Redewendung von der Kunst, es jedem recht machen zu wollen...

Wir nennen uns **LEICHTATHLETIK** und räumen jedem Platz ein. So exotisch dem Geher ein Hammerwerfer vorkommt, so fremd dem Schülermeister der Seniorensportler ist. Nur end- und kostenlos ist dieser Platz nicht!

„Was hat ein Rezept in einer Sportzeitung verloren?“ gibt der Nächste Kontra. „Laßt mir ja die Rubrik nicht sterben, bekommen wir prompt die Quittung, wenn die Küchenchefin ihre Schmankerl einmal nicht serviert.“

Dem Mann von der Straße, der die Zeitung im Sportgeschäft oder am Kiosk kauft, auch er ist unser Leser und zahlender Kunde. Ergebnisse? Völlig uninteressant! Das Portrait einer Staatsmeisterin, Tips über die richtige Bekleidung im Sport animierten ihn zum Lesen - und zum Besuch einer Leichtathletikveranstaltung.

Alles hat Für und Wider. Letztlich gleichen sich die Pro's und Kontra's aus. Jeder hat recht.

Der Leichtathlet ist ein akribischer und pedanter Mensch. Ein Individualist in einer Individualsportart. Er hat sich selbst im Blick, das Resultat. Um es zu etwas zu bringen, ist ein Maß an Egoismus erforderlich.

Ganz braucht er seine Umgebung deshalb nicht aus den Augen zu verlieren. Es ist gerademal drei Jahre aus, da hat sich die österreichische Leichtathletik als Anhängsel in einem Magazin auf ein paar gelbe Seiten bescheiden müssen. Jetzt hat sie um weniger Geld eine durchschnittliche Heftstärke von 50 Seiten, kostenlose Sondernummern und mehr Abonnenten als je eine Leichtathletikzeitung in Österreich gehabt hat. Aus unserer Sicht heißt das: Am Markt nicht vorbeigeschrieben. Wir leben von diesem, sind für die Finanzierung selbstverantwortlich und haften persönlich dafür. Für die Mischung von Resultaten, Berichten und Fotos stehe ich gerade.

Zu Weihnachten und fürs neue Jahr wünsche ich mir ein wenig mehr Toleranz. Nicht mir gegenüber - sondern untereinander. Und: Die Sache vielleicht einmal aus der Perspektive des anderen betrachten und ihm Platz geben.

Alles Gute

Euer
Kurt Brunbauer
Chefredakteur

Vom Redaktionstisch 2

Highlights 4 - 5

National:



Geher-Nachwuchs 3
Rücktritt von Sabine Tröger 3
Landesmeisterschaften der Bundesländer 6 - 7
Telegramm 7 - 8

International:



Int. ASKÖ-Mehrkampfmeisterschaften, Jambes 9
Citylauf, Linz 9
Astberglauf, Going 10
New York City Marathon 11
Mit der **LEICHTATHLETIK** auf Trainingslager 12
Leute von Welt 13
Erfolgreiche Behindertensportler 13
Das Interview: Moses Kiptanui 14
LEICHTATHLETIK International, Erika Strasser 15
Adventlauf, Mödling 16
Crosslauf-Europameisterschaften, Alnwick 17
Telegramm 18 - 19



Trainer-Rat:

Trainingskonzeption im
Mittel- und Langstreckenlauf 20 - 21

Forum:

Personelles 22
Buchtips 22
Service 23
Meinungen 23

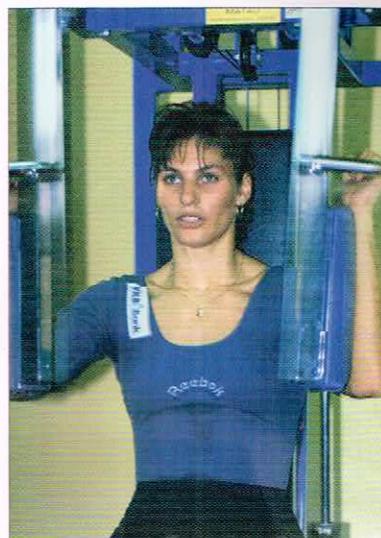
Unsere Küchenchefin empfiehlt 23

Portrait:

Karin Knoll 24 - 25

Ländermix 26

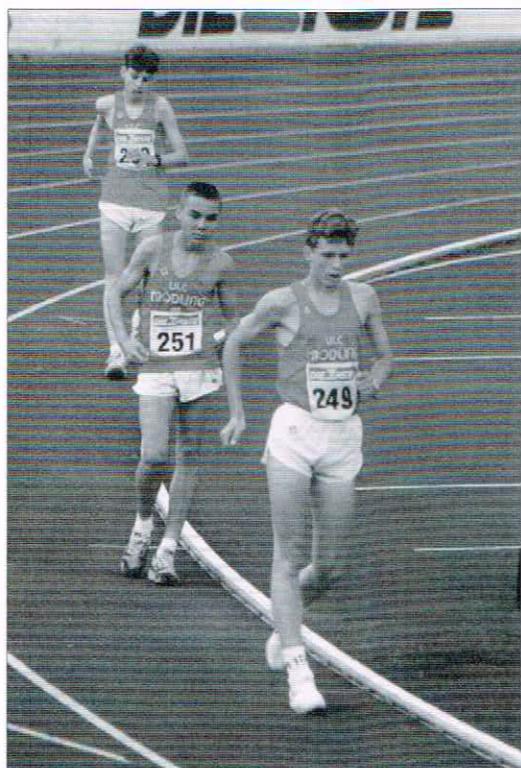
Vorschau 27



Titelbild:
PLOHE

Karin Knoll

Geher-Nachwuchs



BEIM ULC MÖDLING bewegt sich was. Roland BÖHM, Julian MASZTALER und Christian BERGER begehen leichtathletisches Entwicklungsland.
Bild: Kurt Brunbauer

WIEN. Gerade rechtzeitig vor dem Start zum letzten Bewerb des österreichischen Gehercups hatte der Regen aufgehört, aber die Laufbahn im Wiener Ernst Happel Stadion stand unter Wasser. Mit Besen wurde die Laufbahn gereinigt und in begehbareren Zustand gebracht. Im 3.000 Meter Bewerb der Frauen zeigten sich Elisabeth Siegele - sie siegte in 16:56,1 Minuten - und Monika Schwantzer - 2. in 17:11,7 Minuten (ÖLV-Bestmarke für AK 40) - noch in guter Form. Schwantzer sicherte sich den Gesamtsieg im MANNER-Gehercup vor Siegele.



RÜCKSCHAU auf eine große Karriere: Sabine TRÖGER sagt der Laufbahn ade.
Bild: Kurt Brunbauer

Eine Überraschung lieferte der erst 16jährige Roland Böhm im 5.000-Meter-Bewerb der Männer. Gemeinsam mit dem erfahrenen Johann Siegele legte er ein hohes Tempo vor, setzte sich bei der Hälfte der Distanz sogar an die Spitze und siegte unangefochten in 23:32,8 Minuten. Er verfehlte den Jugendrekord von Martin Toporek nur um vier Sekunden. Hinter Siegele und Rudolf Ottisch belegte mit Julian Maßtaler ein weiteres Talent den vierten Platz. Knapp dahinter ging Herbert Molisch mit 26:36,7 Minuten österreichischen Seniorenrekord für die Altersklassen 55 und 60. Der Sieg im Gehercup war ihm damit sicher.

Österreichisches Geher-Cupfinale, 28. Oktober, Wien
MÄNNER: 5.000 m Bahngehen: 1. Roland Böhm (ULC Mödling) 23:21,8, 2. Johann Siegele (SVS) 23:43,0, 3. Rudolf Ottisch (ÖTB Wien) 25:37,5, 4. Julian Maßtaler (ULC Mödling) 26:27,1, 5. Herbert Molisch (ÖTB Wien) 26:36,7 (ÖLV-Rekord AK 55 und AK 60)

FRAUEN: 3.000 m Bahngehen: 1. Elisabeth Siegele (SVS) 16:56,1, 2. Monika Schwantzer (ATUS Felixdorf) 17:11,7 (ÖLV-Rekord AK 50), 3. Christina Schwantzer (ATUS Felixdorf) 20:04,6, 4. Patricia Rauner (ATUS Felixdorf) 20:46,2, 5. Caroline Borenic (ATUS Felixdorf) 22:43,9.

MANNER Geher-Cup 1995

Endstand:

MÄNNER: 1. Herbert Molisch (ÖTB Wien, 1. AK 40 und 50) 533,71 Pkte, 2. Stephan Wögerbauer (ÖTB Wien) 469, 3. Johann Siegele (SVS) 422,51, 4. Rudolf Ottisch (ÖTB Wien) 398,40, 5. Wilfried Siegele (SVS) 347,81, 6. Dietmar Hirschmugl (ÖTB Wien) 304,69.

JUNIOREN / JUGEND: Roland Böhm (ULC Mödling).

SCHÜLER: Markus Janovsky (U. Waidhofen/Y.).

FRAUEN: 1. Monika Schwantzer (ATUS Felixdorf, 1. AK 35) 320,61 Pkte, 2. Elisabeth Siegele (SVS) 311,11, 3. Ilona Hron (SVS) 247,20.

JUGEND / SCHÜLER: Christina Schwantzer (ATUS Felixdorf).

Blick zurück

WIEN. Sabine Tröger beendet ihre Karriere. Das gab die 28jährige Sprinterin vom ULC profi Weinland im Rahmen einer Pressekonferenz bekannt.

Der Entschluß sei ihr schwer gefallen, doch nach ihren Verletzungsproblemen sehe sie sich nicht mehr in der Lage, ihr maximales Leistungspotential auszuschöpfen.

Die größten internationalen Erfolge der Niederösterreicherin waren zwei Bronzemedailien bei Hallen-Europameisterschaften im 200-Meter-Lauf (Den Haag 1989, Genua 1992). Für die Zukunft plant Tröger die Gründung eines „Vereins zur Förderung der Leichtathletik“, um jüngeren Sportlern den Weg nach oben zu erleichtern.

LEICHTATHLETIK

gibt es in diesen Geschäften:

NIEDERÖSTERREICH:

Laufprofi

Grazer Straße 93
A-2700 Wiener Neustadt
Tel. 02622/24879

ÖBERÖSTERREICH:

Josef Gebhartl

Tabak-Trafik
Wienerstraße 378a
A-4030 Linz
Tel. 0732/311423

Waltraud Perchthaler

Tabak-Trafik
Hamoderstraße 4
A-4020 Linz
Tel. 0732/348342

Sport Christian

Neugasse 2
A-4910 Ried/I.
Tel. 07752/81000

STEIERMARKE:

LOTTO-TOTO Jakomini

Norbert Spitzer
Jakominiplatz 17
A-8020 Graz
Tel. 0316/826084

WIEN:

Laufsport Blutsch

Liniengasse 24
A-1060 Wien
Tel. 0222/5970640

My Runners World

Kirchengasse 18
A-1070 Wien
Tel. 0222/5262474

RLS Sport

Josef-Palme Platz 3
A-1140 Wien
Tel. 0222/9797106

Sport Konrath

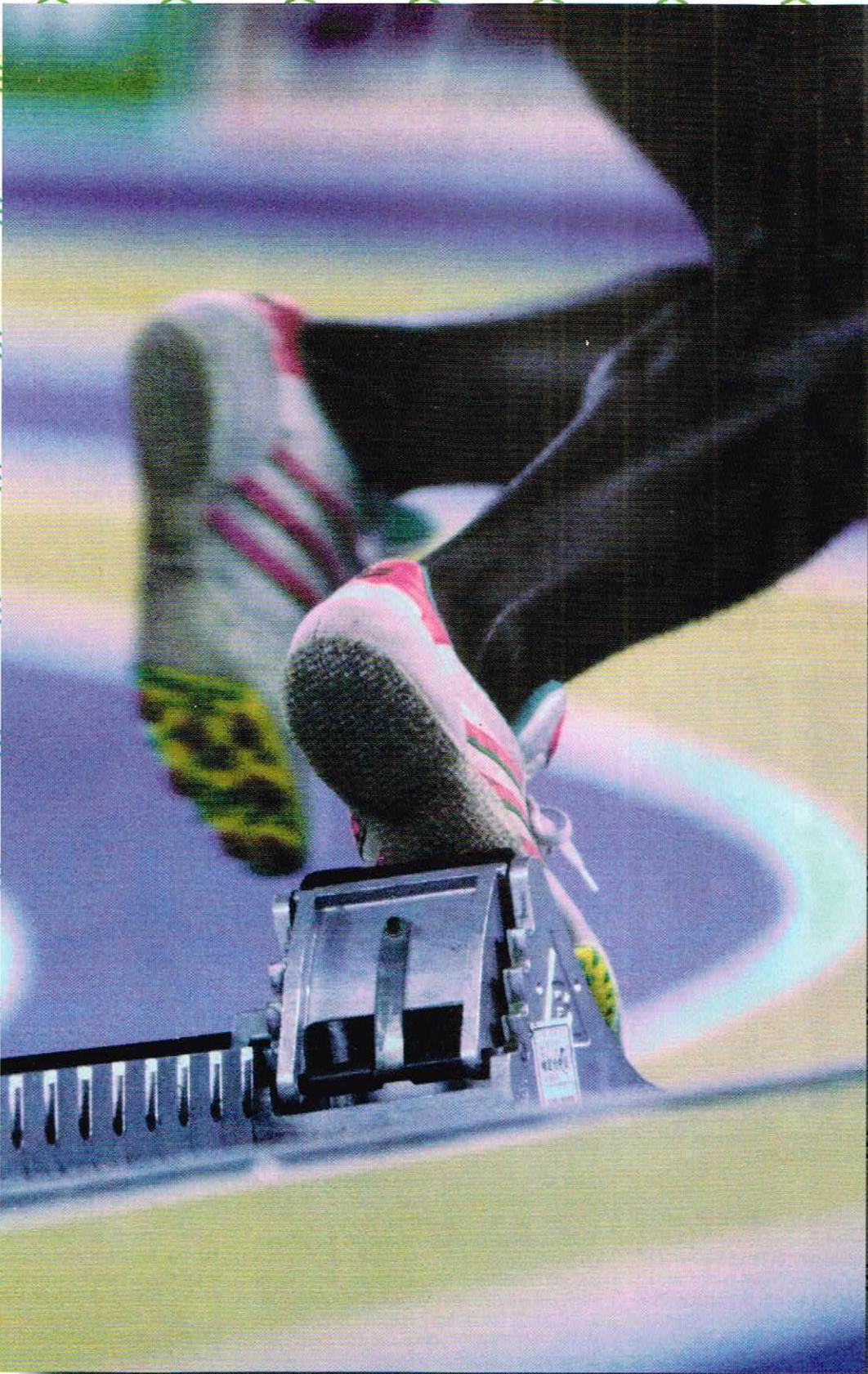
Schlachthausgasse 18
A-1030 Wien
Tel. 0222/7123485

Tony's Laufshop

Proterstraße 21
A-1020 Wien
Tel. 0222/2166288



**S
P
O
R
T
B
I
L
D
E
R**



Landesmeisterschaften der Bundesländer

Kärnten

22. Okt. KLV-Marathonmeisterschaften, Graz

Int.: Grazer City-Marathon
MÄNNER: 1. Johann Sostaric (KLC) 2:28:36, 2. Bernhard Santner (ASKÖ Villach) 2:39:51, 3. Leopold Schrottenbach (ASKÖ Villach) 2:39:56.
MANNSCHAFT: ASKÖ Villach (Bernhard Santner, Leopold Schrottenbach, Hermann Gruber) 8:04:08.

Oberösterreich

22. Okt. OÖLV-Marathonmeisterschaften, Graz

Int.: Grazer City-Marathon
MÄNNER: 1. Egon Schmalzer (U. Pregarten) 2:24:00, 2. Alois Puchner (ASKÖ Pregarten) 2:25:13, 3. Niklas Kröhn (LCAV doubrava) 2:28:50.
MANNSCHAFT: U. Pregarten (Egon Schmalzer, Max Springer, Franz Asanger) 7:41:38.

FRAUEN: 1. Carina Lilge-Leutner (IGLA Harmonie) 2:44:30 (OÖLV-Bestleistung), 2. Ulli Puchner (ULC Linz-Obb.) 2:46:58, 3. Johanna Magauer (U. Rohrbach/Berg) 2:59:42.



VIZE-STAAITSMEISTER, bester Oberösterreichler im Marathon: Egon SCHMALZER.
Bild: PLOHE

OÖLV-Cup 1995

Endstand nach allen oberösterreichischen Meisterschaften:

1.	ULC-Linz-Obb.	1.059 Pkte.
2.	LCAV doubrava	532
3.	ÖTB OÖ	527
4.	ATSV Keli Linz	385
5.	LAG Ried	299
6.	IGLA Harmonie	248
7.	ALC Wels	121,5
8.	Amateure Steyr	120
9.	TSV Ottensheim	103

10.	U. Pregarten	71 Pkte.
11.	ATSV St. Martin	69
12.	Zehnkampf-U.	66
13.	VÖEST	58
14.	USV BV quattro-team	56
	U. Reichenau	56
16.	U. Schärding	52
17.	ATSV Braunau-Spk.	51
18.	ULV RAIBA Schlierbach	47
19.	Hi Sprint Linz	44
20.	ASKÖ Pregarten	39
21.	U. Ebensee	35
22.	SV Bad Ischl	30
23.	ASK Nettingsdorf-Spk.	27
	ÖTB Braunau	27
25.	U. Neuhofen	24
26.	Polizei SV Linz	23
27.	LG Kirchdorf	19
28.	U. VB Wels	15,5
29.	U. Rohrbach/Berg	15
30.	U. Baumgartenberg	9
	USV RAIKA Zwettl	9
	ALC Leonding	9
33.	TSV Mattighofen	8
34.	ASKÖ Luftenberg	7
35.	ASKÖ Bad Goisern	6
36.	ASKÖ Thalheim	5
	LAC Nationalpark Molln	5
38.	TuS Kremsmünster	4
39.	TSU Unterweißbach	3
40.	U. Bruckmühl	1 Pkt.

Tirol

30. Sep. / 1. Okt. TLV-Meisterschaften Mehrkampf, 3.000 m Hindernis Junioren, Lienz

MÄNNER Zehnkampf: 1. Anton Gomig (U. RAIKA Lienz) 6.079 Pkte (100 m: 11,45 - Weit: 6,17 - Kugel: 10,37 - Hoch: 1,88 - 400 m: 52,88 / 110 m Hürden: 15,73 - Diskus: 35,02 - Stab: 3,80 - Speer: 41,14 - 1.500 m: 5:19,38), 2. Christian Hoser (IAC Orthosan) 5.407 (11,80 - 5,84 - 9,77 - 1,65 - 52,50 / 17,05 - 29,94 - 2,80 - 43,36 - 4:52,62), 3. Marco Skorjanc (IAC Orthosan) 4.138 (11,02 - 5,88 - 7,80 - 1,60 - 54,15 / 20,06 - 24,84 - 0 - 29,56 - 5:58,70).
MANNSCHAFT: IAC Orthosan 13.671 Pkte (Christian Hoser 5.407, Marco Skorjanc 4.138, Stefan Wolf 4.126).

JUNIOREN: Zehnkampf: Ruben Gutzelnig (U. RAIKA Lienz) 5.996 Pkte (11,47 - 5,45 - 10,21 - 1,80 - 51,64 / 15,84 - 31,74 - 4,00 - 40,14 - 4:55,03).
3.000 m Hindernis: Werner Thaler (LG Pletzer Hopfgarten) 10:18,63.

JUGEND Zehnkampf: Reinhard Gasteiger (LG Pletzer Hopfgarten) 5.820 Pkte (100 m: 12,16 - Weit: 6,14 - Kugel: 11,08 - Hoch: 1,81 - 300 m: 38,29 / 110 m Hürden: 15,79 (+0,8) - Diskus: 25,58 - Stab: 3,20 - Speer: 40,40 - 1.000 m: 2:54,12).

MANNSCHAFT: U. RAIKA Lienz 14.111 Pkte (Florian Weiler 5.532, Bernhard Forcher 4.638, Michael Jobst 3.941).

SCHÜLER Sechskampf: Benjamin Praxmarer (IAC Orthosan) 4.319 Pkte (100 m: 12,25 - Weit: 6,01 - Kugel: 12,21 - Hoch: 1,58 / 100 m Hürden: 14,54 -

Speer: 40,08 - 1.000 m: 2:55,11).
MANNSCHAFT: U. RAIKA Lienz 11.522 Pkte (Roland Schwarz 4.135, Michael Schneeberger 3.926, Wolfgang Mair 3.461).

FRAUEN Siebenkampf: 1. Anita Rehak (IAC Orthosan) 4.257 Pkte (100 m Hürden: 15,73 - Hoch: 1,45 - Kugel: 8,74 - 200 m: 26,69 / Weit: 5,41 (+0,6) - Speer: 31,68 - 800 m: 2:39,71), 2. Monika Windscher (ATSV Innsbruck) 4.178 (15,68 - 1,40 - 8,90 - 26,68 / 5,10 (+1,1) - 29,78 - 2:32,96), 3. Claudia Schmid (ATSV Innsbruck) 3.937 (16,59 - 1,59 - 11,19 - 29,25 / 4,89 (+0,7) - 30,96 - 2:56,38).

MANNSCHAFT: IAC Orthosan 10.904 Pkte (Anita Rehak 4.257, Claudia Stern 3.585, Ulrike Wochele 3.062).

JUNIOREN Siebenkampf: Bettina Schletterer (SV RAIKA Reutte) 4.223 Pkte (15,78 - 1,59 - 9,11 - 26,54 / 4,90 (+0,3) - 29,48 - 2:43,15).

JUGEND Siebenkampf: Judith Plattner (ÖTB Tirol) 3.707 Pkte (100 m Hürden: 16,43 - Hoch: 1,25 - Kugel: 9,71 - 100 m: 13,68 / Weit: 5,02 (-1,4) - Speer: 28,00 - 800 m: 2:44,99).

MANNSCHAFT: ÖTB Tirol 9.659 Pkte (Judith Plattner 3.707, Anette Hengl 3.320, Manuela Ungerank 2.632).

SCHÜLER Sechskampf: Claudia Luethi (TS VB Kufstein) 3.139 Pkte (80 m Hürden: 13,32 - Hoch: 1,50 - Kugel: 7,90 / 100 m: 14,42 - Weit: 4,78 (+0,3) - 800 m: 2:39,99).

MANNSCHAFT: U. RAIKA Lienz 9.078 Pkte (Anita Kasupovic 3.114, Anita Rienzner 2.990, Barbara Gander 2.974).

8. Okt. TLV-Halbmarathonmeisterschaften, Hall/T.

10. Int. RAIKA Inntalstraßenlauf

TLV-Meisterschaften:

MÄNNER: 1. Helmut Neuner (TS Innsbruck-Spk., 1. AK 30) 1:10:45, 2. Alois Egger (TS RAIKA Schwaz) 1:11:40, 3. Gerald Habison (LSV Kitzbühel) 1:12:18.
MANNSCHAFT: TS Innsbruck-Spk. 3:37:15 (Helmut Neuner 1:10:45, Josef Scharmer 1:12:52, Bernhard Frotschnig 1:13:39).

JUNIOREN: Philipp Motschiunigg (LG Pletzer Hopfgarten) 1:21:36.

AK 40: Richard Kirchlner (LG Pletzer Hopfgarten) 1:15:22.

AK 45: Hermann Foidl (LG Pletzer Hopfgarten) 1:14:44.

AK 50: Johann Dornauer (LSV Kitzbühel) 1:22:59.

AK 60: Kurt Grimm (U. RAIKA Lienz) 1:55:57.

FRAUEN: 1. Johanna Tschapeller (U. RAIKA Lienz) 1:29:56, 2. Ingrid Steinlechner (LCT Innsbruck, 1. AK 35) 1:30:53, 3. Elke Walch (LSV Kitzbühel) 1:32:30.
AK 40: Paula Foidl (LG Pletzer Hopfgarten) 1:39:46.

10. Int. RAIKA Inntalstraßenlauf:

MÄNNER: 1. Helmut Neuner (TS Innsbruck-Spk., 1. AK 35) 1:10:45, 2. Konrad Velle (GER, 2. AK 30) 1:11:12, 3. Günter Forster (SV Lochau) 1:11:28.

AK 40: 1. Carl Hofer (ITA) 1:14:09, 2. Hermann Foidl (LG Pletzer Hopfgarten) 1:14:44.

AK 50: 1. Wolfgang Kern (LAC Baden) 1:19:21.

AK 60: 1. Hermann Mair (Schwaz) 1:30:05.

JUNIOREN: 1. Sebastian Berger (LAC RAIKA Innsbruck) 1:18:21.

SCHÜLER: 1. Stefan Mauracher (Gymnasium Volders) 15:07.

FRAUEN: 1. Silvia Nußbaumer (ULC arido Dornbirn, 1. AK 30) 1:25:23, 2. Rosita Pirhofer (ITA, 2. AK 30) 1:26:40, 3. Johanna Tschapeller (U. RAIKA Lienz, 3. AK 30) 1:29:56.
AK 40: 1. Heidrun Heim (ULC arido Dornbirn) 1:33:42.
SCHÜLER: 1. Andrea Fuchs (LG Pletzer Hopfgarten) 17:37.

Vorarlberg

8. Okt. VLV-Halbmarathonmeisterschaften, Hall/T.

10. Int. RAIKA Inntalstraßenlauf

MÄNNER: 1. Günter Forster (SV Lochau) 1:11:28, 2. Walter Fink (Triclub Bregenzerwald) 1:14:48, 3. Ralf Staudach (Tri Team Lustenau) 1:15:28.
MANNNSCHAFT: Tri Team Lustenau 4:08:17 (Ralf Staudach 1:15:28, Walter Peschl 1:25:55, Walter Fiel 1:26:56).
JUNIOREN: Bruno Stadelmann (SV Buch) 1:17:01.

FRAUEN: 1. Silvia Nußbaumer (ULC arido Dornbirn) 1:25:23, 2. Heidrun Heim (ULC arido Dornbirn) 1:33:42, 3. Anjelline Klisch (LG Montfort) 1:39:45.



VORARLBERGER HALBMARATHONMEISTERIN bei den gemeinsam mit und in Tirol ausgetragenen Landesmeisterschaften wurde Silvia NUSSBAUMER.
Bild: Kurt Brunbauer

Wien

15. Okt. WLW-Berglaufmeisterschaften, Wien
6. Int. Kahlenberglauf

MÄNNER (8,8 km, HD 484 m): 1. Helmut Schmuck (LCC Wien) 32:59, 2. Jürgen Plechinger (LCC Wien) 33:23, 3. Andreas Stitz (SV Marswiese) 34:48.
MANNNSCHAFT: LCC Wien (Helmut Schmuck, Jürgen Plechinger, Gottfried Kröll) 1:43:19.

FRAUEN (8,8 km, HD 484 m): 1. Renata Sitek (LCC Wien) 42:27, 2. Maria Karner (LCC Wien) 43:38, 3. Anke Molkenhuth (LCC Wien) 45:56.
MANNNSCHAFT: LCC Wien (Renata Sitek, Maria Karner, Anke Molkenhuth) 2:12:00.

22. Okt. WLW-Marathonmeisterschaften, Graz
Int. Grazer City-Marathon

MÄNNER: 1. Manfred Gigl (LCC Wien) 2:24:56, 2. Jürgen Plechinger (LCC Wien) 2:29:35, 3. Michael Klapil (LCC Wien) 2:35:55.
MANNNSCHAFT: LCC Wien (Manfred Gigl, Jürgen Plechinger, Michael Klapil) 7:29:46.

FRAUEN: 1. Renata Sitek (LCC Wien) 2:54:39, 2. Margit Waldbrunner (Cricket) 3:09:29, 3. Diana Mehnert (Cricket) 3:11:27.
MANNNSCHAFT: Cricket (Margit Waldbrunner, Diana Mehnert, Sherry Lyons-Halmer) 9:35:08.



DIE GEBÜRTIGE Polin Renata SITEK, ist die schnellste Wienerin, am Berg und auf der Straße.
Bild: GROWA

Telegramm

17. Sep. Zettlersfeld-Berglauf, Gaimberg

MÄNNER (7,6 km): 1. Peter Schatz (LAC Wolfsberg) 40:52, 2. Hans Kogler (Hochfilzen) 41:24, 3. Gerald Habison (LSV Kitzbühel) 42:37, 3. Josef Tschurtschenthaler (U. RAIKA Gaimberg) 42:49. AK 40: Werner Klockner (U. RAIKA Lienz) 44:10. AK 50: Heinz Tiefengraber (Mürzsteg) 50:09. AK 60: Fritz Hippmann (Wilhelmsburg) 1:04:45. SCHÜLER: Markus Hohenwarter (U. RAIKA Lienz) 20:43.
FRAUEN (7,6 km): 1. Johanna Tschapeller (U. RAIKA Lienz) 59:13, 2. Maria Frank (U. RAIKA Gaimberg, 1. JUGEND) 1:04:32, 3. Gertraud Walder (U. RAIKA Abfaltersbach) 1:10:58. SCHÜLER: Erika Kendlbacher (U. RAIKA Lienz) 39:09.

23. Sep. 6. Hernalser Geländelauf, Wien

MÄNNER (10,8 km): 1. Andreas Stitz (SV Marswiese) 39:08, 2. Felizian Lippard (1. AK 40) 39:32, 3. Hannes Spillhacek (SV Marswiese, 1. AK 30) 40:18. AK 50: Herbert Mach-Weber (UKJ Wien) 48:23. JUNIOREN: Gerd Grähler (SSV BG 13) 50:50. MÄNNER (5,1 km): 1. Florian Zeh (Cricket) 16:06, 2. Ronald Pranz 16:18, 3. Wilhelm Bayer (SVS) 17:17. AK 30: Christian Bayer (Cricket) 18:09. AK 40: Helmut Stadler (Tyrolia Wien) 21:51. AK 50: Heinz Kolarzik (Tyrolia Wien) 19:17. JUNIOREN: Roland Graf 18:50.

FRAUEN (10,8 km): 1. Sabine Legat 51:02. FRAUEN (5,1 km): 1. Ingrid Arockner (Tyrolia Wien) 20:57, 2. Isashiki Yuko 24:43, 3. Brigitte Wirrer 29:16.

29. Sep. Hammerwurfmeeting, Wien

MÄNNL. SCHÜLER: Jan Start (UKJ Wien) 44,34.
FRAUEN AK 50: Helgard Gratzl (Cricket) 30,72.

30. Sep. 1. Straßenlauf, Schönkirchen-Reyersdorf

MÄNNER: 1. Michael Klapil (Cafe Haferl, 1. AK 30) 35:30, 2. Franz Eidher (ULC Horn, 2. AK 30) 36:22, 3. Michael Schiffer (ULC Horn) 36:28. AK 40: Milan Bachmann 37:09. AK 50: Kvetoslav Hana (Tyrolia Wien) 39:43. JUGEND: Raphael Niederle 51:04.
FRAUEN: 1. Ingrid Arockner (Tyrolia Wien, 1. AK 30) 43:43, 2. Andrea Schmoll (ULC Horn, 2. AK 30) 43:58, 3. Elisabeth Schupka (Tyrolia Wien) 43:43. AK 40: Wilma Schram (Tyrolia Wien) 46:40. AK 50: Dana Ellingerova 46:33. AK 60: Marie Hanakova 1:08:29. JUNIOREN: Michaela Fromhold (ATSV OMV Auersthal) 47:00.

30. Sep. Alfred Tucek Gedächtnismeeting, Wien

Zum Gedenken an den vierfachen ÖLV-Kugelstoßmeister (1957 bis 1960) Alfred Tucek richtet der SKV Feuerwehr Wien jedes Jahr ein kleines Meeting aus, bei dem heuer Karl Mayr (VSC Wien) mit 14,02 Metern das Kugelstoßen und Alfred Ramler (LCC Wien) mit 48,78 Metern den Diskusbewerb gewonnen.
MÄNNER: Kugel: Karl Mayr (VSC Wien) 14,02. Diskus: Alfred Ramler (LCC Wien) 48,78. AK 50: Diskus: Wilhelm Ehn (KSV Wr. E-Werke) 29,24. JUGEND: Diskus: Gerhard Mayer (Cricket) 44,62.

1. Okt. Saison-Abschlußmeeting, Baden

MÄNNER: 1.000 m: Herbert Fojtlin (UKS Wien) 2:35,9. Hoch: Andreas Vock (ÖTB TV Jahn Baden) 1,75. Weit: Peter Rumpler (ATSV Ternitz) 5,34. Kugel: 1. Jörg Dallner (ATSV Ternitz) 14,06, 2. Alfred Ramler (LCC Wien) 13,90. Diskus: 1. Alfred Ramler (LCC Wien) 47,78, 2. Jörg Dallner (ATSV Ternitz) 46,08. Speer: Alfred Ramler (LCC Wien) 48,88. JUGEND: Speer: Thomas Schober (ATSV Ternitz) 50,42. FRAUEN: Kugel / Speer: Elisabeth Plazotta (UKJ Wien) 9,63 / 25,28.

3./5./6. Okt. Rudolf Zeinar Gedächtnismeeting, Wien

MÄNNL. JUGEND: Dreikampf: Mathias Hofer (Kollegium Kalksburg) 3.168 Pkte (100 m: 12,38 - Hoch: 1,60 - Kugel: 8,80). SCHÜLER: Dreikampf: Konstantin Baumühner (Kollegium Kalksburg) 2.826 Pkte (100 m: 14,65 - Hoch: 1,55 - Kugel: 9,83). SCHULWERTUNG: Kollegium Kalksburg 24.613 Pkte.
WEIBL. JUGEND: Dreikampf: Barbara Krippel (Kollegium Kalksburg) 2.290 Pkte (60 m: 8,8 - Weit: 3,93 - Kugel: 8,62). SCHÜLER: Dreikampf: Sonja Wildner (Dominikanerinnen AHS) 2.247 Pkte (60 m: 8,65 - Weit: 4,27 - Schlagball: 30,00). SCHULWERTUNG: Dominikanerinnen AHS 29.277 Pkte.

7. Okt. 5. Ortslauf, Zöbern

MÄNNER (7 km): 1. Johann Kobermann (ATSV Ternitz, 1. AK 30) 22:52, 2. David Koppensteiner 22:52, 3. Erich Trimmel (ATSV Ternitz, 2. AK 30) 23:26. AK 40: Josef Tauchner (Tyrolia Wien) 23:51. AK 50: Josef Lang (HSV Wr. Neustadt) 26:27. JUGEND: Rene Bauer (U. Edlitz) 14:43. SCHÜLER: Michael Halwachs (HSV Pinkafeld) 14:50.
FRAUEN: 1. Frieda Weber (Aschau, 1. AK 30) 17:09, 2. Elisabeth Fuchs (Tyrolia Wien, 2. AK 30) 17:42, 3. Nina Derflinger (Gloggnitz) 17:55. AK 40: Hella Holzbauer (ATUS Felixdorf) 19:10. JUGEND: Claudia Reithofer (Zöbern) 15:58. SCHÜLER: Iris Derflinger (Gloggnitz) 17:56.

7. Okt. Werfermeeting, Gratkorn

MÄNNER: Kugel / Hammer: Gerd Matuschek (LC Heraklith Villach) 15,34 / 46,14. Diskus: Johann Pink (Kapfenberger SV) 43,20. AK 60: Kugel / Diskus: Engelbert Zeilinger (ATUS Bruck) 12,66 / 37,74. Hammer: Hans Pötsch (U. Spk. Graz) 45,12. AK 65: Kugel / Diskus / Hammer: Franz Kreiner (ATUS Gratkorn) 9,62 / 35,86 / 30,24. FRAUEN AK 45: Kugel: Ursula Landzettel (ATUS Bruck) 7,84. AK 50: Diskus / Hammer: Helgard Gratzl (Cricket) 20,64 / 30,48. AK 60: Kugel / Diskus / Hammer: Eva Pötsch (ATUS Gratkorn) 7,92 / 19,46 / 29,68. JUGEND: Diskus: Susanne Frank (LAC Klagenfurt) 43,38.

7. Okt. Meeting, Dornbirn

MÄNNER AK 50: Diskus: Manfred Fuchs (ULC arido Dornbirn) 32,82. JUGEND: 300 m Hürden: Thomas Moosbrugger (TS Dornbirn) 41,17. SCHÜLER: Diskus: Matthias Macho (TS Dornbirn) 24,48. FRAUEN: Diskus: Veronika Längle (LG Montfort) 44,26. JUGEND: Diskus: Astrid Salzmann (TS Dornbirn) 36,78 (VLV-Jugendrekord).

8. Okt. Jahnlauf, Krams

MÄNNER: 1. Ronald Eischer 37:04, 2. Michael Schiffer 37:47, 3. Reinhard Hönigl (1. AK I) 38:40. AK II: Ludwig Lehr 40:21. JUGEND: Thomas Hobinger 43:30. FRAUEN: 1. Birgit Grausenburger 43:27, 2. Andrea Schmoll (1. AK I) 46:31.

8. Okt. Meeting, Leibnitz

FRAUEN: Kugel: Monika Brodschneider (U. Spk. Leibnitz) 11,14. Diskus: Christiane Pelzmann (U. Spk. Leibnitz) 36,20. JUGEND: Kugel: Roswitha Sternsek (U. Spk. Leibnitz) 12,79. Diskus: Susanne Frank (LAC Klagenfurt) 42,00. SCHÜLER: Speer: Doris Schmidt (SSV RAIKA Deutschfeistritz) 38,74. MÄNNER: Kugel: Heiko Mandl (U. Spk. Graz) 13,90. Diskus: Johann Pink (Kapfenberger SV) 44,00. Speer: 1. Karl-Heinz Pflügl (LCAV doubrava) 7,99 / 2:28,55. FRAUEN: 60 / 1.000 m: Alexandra Sturm (U. Ebene-see) 8,65 / 4:20,83. 3.000 m: Sabine Rainbacher (U. Ebene-see) 11:39,83. 5.000 m: Gudrun Prechtl (U. VB Gmunden) 23:03,48. SCHÜLER: 60 m: Eva Behr (U. Ebene-see) 7,95. 800 m: Sandra Gollinger (U. Ebene-see) 2:38,71.

8. Okt. Laufmeeting, Gmunden

MÄNNER: 60 m: Wolfgang Loidl (U. VB Gmunden) 8,70. 1.000 / 3.000 m: Klaus Kienesberger (U. Ebene-see) 2:56,05 / 11:13,36. 5.000 m: Thomas Buchroithner (Altmünster) 21:00,62. SCHÜLER: 60 / 800 m: Karl-Heinz Pflügl (LCAV doubrava) 7,99 / 2:28,55. FRAUEN: 60 / 1.000 m: Alexandra Sturm (U. Ebene-see) 8,65 / 4:20,83. 3.000 m: Sabine Rainbacher (U. Ebene-see) 11:39,83. 5.000 m: Gudrun Prechtl (U. VB Gmunden) 23:03,48. SCHÜLER: 60 m: Eva Behr (U. Ebene-see) 7,95. 800 m: Sandra Gollinger (U. Ebene-see) 2:38,71.

13. Okt. Herbstmeeting, Mödling

MÄNNL: JUGEND: Hoch: Bernhard Pultar (ULC Mödling) 1,65. Kugel / Diskus: Andreas Wildschek (ULC Mödling) 15,92 / 39,88. SCHÜLER: Kugel / Diskus: Gerhard Mayer (Cricket) 12,66 / 51,78. WEIBL. SCHÜLER: Hoch: Daniela Treidl (SVS) 1,45. Kugel: Olivia Wildschek (ULC Mödling) 9,02.

14. Okt. 2. Kurparklauf, Bad Hall

Eine Klasse für sich war Egon Schmalzer (U. Pregarten) beim Kurparklauf in Bad Hall. Geringer als erwartet, hielt die junge Andrea Mayr (ÖTB ÖÖ) den Abstand zu Sandra Baumann (IGLA Harmonie) bei

den Damen.

MÄNNER (8 km): 1. Egon Schmalzer (U. Pregarten) 25:48, 2. Walter Krieger (Amateure Steyr) 26:36, 3. Bernhard Füreder (Amateure Steyr) 27:10. AK 40: Hans Blaas (LAC Nationalpark Molln) 29:12. AK 50: Johann Homer (ASKÖ Luftenberg) 31:10. AK 55: Walter Rechberger (Mazda Eder Walding) 34:01. MÄNNER (4 km): 1. Christian Schwentner (U. Eidenberg) 13:27, 2. Bernhard Mayr (ÖTB ÖÖ) 13:34, 3. Willi Bernecker (LG Kirchdorf) 13:39. SCHÜLER (2,5 km): Christian Ehrenhauser (ÖTB ÖÖ) 8:54. FRAUEN (4 km): 1. Sandra Baumann (IGLA Harmonie) 14:48, 2. Andrea Mayr (ÖTB ÖÖ) 15:05, 3. Margit Egelseder (LG Kirchdorf) 15:26. AK 35: Margaretha Neuböck (ALC Wels) 16:04. AK 40: Elfriede Mayrbäurl (Amateure Steyr) 16:02. SCHÜLER (2,5 km): Alexandra Kumpf (ULC Linz-Obb.) 9:49.

15. Okt. 10. RAIKA-Crosslauf, Frankenfels

MÄNNER (5,4 km): 1. Alois Redl (HSV Melk) 20:40, 2. Gerhard Eberl (TVN St. Pölten) 21:11, 3. Franz Lindlbauer (LCA umdarsch Amstetten, 1. AK 30) 21:29, 4. Karl Häusler (TVN St. Pölten, 1. AK 40) 21:43. AK 50: Stefan Hagen (St. Pölten) 25:24. AK 60: August Muhr (RLU Wilhelmsburg) 31:48. JUGEND: Jürgen Gstöttner (TVN St. Aegy) 24:24. SCHÜLER (1,8 km): Lukas Baumgartner (USKO Melk) 6:26. FRAUEN (5,4 km): 1. Stefanie Seidl (TVN Frankenfels, 1. AK 30) 26:54, 2. Hannelore Lehner (U. Waidhofen/Y., 1. JUGEND) 28:09, 3. Elke Känig (Schwarzenbach, 2. JUGEND) 30:11. AK 40: Hella Holzbauer (ATUS Felixdorf) 31:03. SCHÜLER (1,8 km): Natascha Dörrich (TVN St. Aegy) 6:53.



BEI DER WORLD TROPHY der Bergläufer in Schottland verdiente sich Alois REDL erste internationale Sporen. In Frankenfels gewann der aufstrebende Waldvierterler den Crosslauf. Bild: Kurt Brunbauer

26. Okt. 1. Brucker Volkslauf, Bruck/Mur

Zu den Wanderern des 25. Brucker Fit-Marsches zum Nationalfeiertag gesellten sich heuer 141 Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum 1. Volkslauf mit Start und Ziel auf der Murinsel. MÄNNER (8 km): 1. Christian Schranz (Kapfenberger SV) 31:08, 2. Franz Fraiss (Kapfenberger SV, 1. AK 35) 31:36, 3. Franz Hölbling (Kapfenberger SV) 32:37. AK 45: Werner Höfler (ATUS Bruck/Mur) 37:37. AK 55: Anton Stelzer 42:09. AK 65: Werner Präpasser (ATUS Bruck/Mur) 1:10:18. JUGEND: Thomas Reip (Kapfenberger SV) 34:06. SCHÜLER (2,8 km): Mario Fink (Kapfenberger SV) 13:56. FRAUEN (8 km): 1. Waltraud Pölzl 45:50, 2. Sabina Plammer (Polizei SV Leoben, 1. AK 35) 45:53, 3. Christiane Kletzenbauer (ATUS Bruck/Mur) 53:20, 4.

Eleonore Gutsche (Polizei SV Leoben, 1. AK 65) 56:05. SCHÜLER (2,8 km): Manuela Stocker (HS Kirchplatz) 16:55.

26. Okt. Werfermeeting, Inzing

MÄNNL: SCHÜLER: Kugel / Diskus / Hammer: Christian Steiner (LCT Innsbruck) 11,58 / 35,42 / 50,24. FRAUEN AK 55: Hammer: Helgard Gratzl (Cricket) 31,36. SCHÜLER: Kugel / Diskus / Hammer: Petra Reutemann (LCT Innsbruck) 12,04 / 28,82 / 25,83.

26. Okt. 15. Vösendorfer Fit-Lauf

MÄNNER (10 km): 1. Andreas Dehlinch (LCC Wien) 34:20, 2. Erich Enzinger (1. AK 30) 35:05, 3. Franz Sulzer (U. St. Veit) 35:14. AK 40: Friedrich Singer (ATV Vösendorf) 38:27. AK 50: Josef Scharf (ATV Vösendorf) 38:43. AK 60: Alfred Zimmel (Tyrolia Wien) 40:22. JUNIOREN: Sascha Harth (Tri for fun Wien) 38:01. SCHÜLER: Andreas Tomek 41:11. FRAUEN: 1. Andrea Hollunder (Tyrolia Wien, 1. AK 30) 40:18, 2. Ursula Lang (ULC Mödling, 2. AK 30) 43:07, 3. Ruth Schneebeger (LT Konroth) 43:34. AK 40: Susanne Bradel 48:53. AK 50: Gerlinde Kraml (ATV Vösendorf) 50:45. JUNIOREN: Katharina Bradel 48:57.

12. Nov. 20. Dreistundenweglauf, Mödling

Bei herrlichem Winterwetter waren 140 Damen und Herren am Start. Für den Lauf mußte jedoch zuerst die „Piste“ vom Schnee befreit werden. Es war der erste Bewerb zum neu geschaffenen „Union Crosslaufcup“.

MÄNNER (7.060 m): 1. Johannes Schmid (LU Schumann) 22:37, 2. Andreas Dehlinch (LCC Wien) 22:51, 3. Braco Radeljić (ULC Neckenmarkt) 23:45. AK: Ernst Schnell (ULC Mödling) 23:54. JUGEND: Julian Masztaler (ULC Mödling) 24:57. JUGEND: Christian Berger (ULC Mödling) 29:29. SCHÜLER (2.410 m): Johann Jauk 8:29. FRAUEN (3.800 m): 1. Ingrid Arock (Tyrolia Wien) 15:17, 2. Ursula Lang (ULC Mödling) 15:28, 3. Marty Siwy (1. AK) 17:01. JUNIOREN: Marlene Breuer (ULC Mödling) 18:35. JUGEND (2.410 m): Anna Wieselthaler (ULC Mödling) 9:13. SCHÜLER (1.800 m): Barbara Frühbauer (ULC Mödling) 7:45.

12. Nov. Leopoldi-Lauf, Groß-Enzersdorf

MÄNNER (6,5 km): 1. Gottfried Kröll (1. AK 30) 21:06, 2. Michael Klopil (Cafe Haferl, 2. AK 30) 21:14, 3. Felizian Lippard (1. AK 40) 21:19. AK 50: Josef Lentner 23:42. AK 60: Fred Ankner 25:08. JUGEND: Marco Kohl 27:08. SCHÜLER (800 m): Konrad Lucinski 2:24. FRAUEN (6,5 km): 1. Andrea Hollunder (Tyrolia Wien, 1. AK 30) 24:16, 2. Monika Jandl 25:42, 3. Berta Höfler (2. AK 30) 26:05. AK 40: Christine Illetschko 32:46. AK 50: Helga Weber 34:25. JUGEND: Jutta Zapletal 29:27. SCHÜLER (800 m): Marion Riedl 2:11.

RAIFFEISEN Läufercup 1995,

Endwertung nach 10 Wettkämpfen. MÄNNER: Thomas Blabnig (U. RAIKA Lienz) 151 Pkte. AK 30: Hermann Gruber (ASKÖ Villach) 160. AK 40: Gottfried Schiestl (ASKÖ Villach) 130. AK 50: Josef Schett (U. RAIKA Lienz) 150. AK 60: Karl Gugenberger (LLC Oberdrauburg) 170. JUNIOREN: Christian Hohenwarter (U. RAIKA Lienz) 175. JUGEND: Mario Schatzl (U. RAIKA Lienz) 141. SCHÜLER: Markus Hohenwarter (U. RAIKA Lienz) 175. FRAUEN AK 30: Adelheid Giefl (SSV Unterwienbach) 140 Pkte. AK 40: Anneliese Unterlugauer (U. RAIKA Lienz) 165. JUNIOREN: Maria Hofmann (U. RAIKA Villgraten) 75. JUGEND: Andrea Oberbichler (U. RAIKA Lienz) 175. SCHÜLER: Barbara Gander (U. RAIKA Lienz) 150.

Neuer Gugl-Chef



LINZ. Maximilian Lakitsch, der mit Horst Almesberger seit Beginn die Fäden beim Linzer Gugl-Meeting gezogen hat, tritt 1996 in die zweite Reihe zurück: Lakitsch wird dem Organisationskomitee zwar erhalten bleiben, den Vorsitz übernimmt allerdings Rudolf Grasl, der Leiter des Schul- und Sportamtes der Stadt Linz. Er gehörte bereits dem Organisationskomitee an.

Der diesjährige ZIPFER Grand-Prix nimmt in der offiziellen Wertung der IAAF als bestes Grand-Prix-II-Meeting den 16. Platz ein. Zürich führt die Rangliste an. 34 Meetings waren 1995 weltweit im Circuit.

Dreifachsieg für Damenteam

JAMBES. In Jambes, etwa 80 Kilometer von der belgischen Hauptstadt Brüssel entfernt, gab es bei den internationalen ASKÖ-(CSIT-)Mehrkampf-Meisterschaften durch Sonja Spindelhofer, Betina Germann und Zsuzsanna Petö einen dreifachen österreichischen Erfolg.

Die Wiener Mittelschullehrerin für Mathematik und Leibeserziehung, Sonja Spindelhofer, bewies dabei, daß sie nicht nur Österreichs beste Kugelstoßerin und Diskuswerferin, sondern auch eine sehr vielseitige Athletin ist. Mit der persönlichen Bestleistung von 4.876 Punkten gewann sie den Siebenkampf vor der Kärntnerin Betina Germann (4.771 Punkte) und Zsuzsanna Petö (4.664 Punkte) aus Tirol.

Eine persönliche Bestleistung gab es auch für Zehnkämpfer Martin Löbel, der als Dritter 6.467 Punkte erreichte und nur dem belgischen Brüderpaar Paternotte den Vortritt lassen mußte. Auch der Wolfsberger Christian Schlatte stellte als Vierter mit

6.263 Punkten einen neuen Hausrekord auf.

Dank dem überlegenen Damenteam gab es für Österreich einen klaren Mannschaftsieg vor Belgien und Irland.

CSIT-Mehrkampfmeisterschaften,

30. September / 1. Oktober, Jambes / BEL
MÄNNER Zehnkampf: 1. M Paternotte (BEL) 6.585 Pkte, 3. Martin Löbel (AUT) 6.467 (100 m: 11,66 (-0,4) - Weit: 6,99 (+1,4) - Kugel: 11,51 - Hoch: 2,01 - 400 m: 53,64 / 110 m Hürden: 15,85 (-0,4) - Diskus: 30,74 - Stab: 4,00 - Speer: 45,32 - 1.500 m: 5:06,02), 4. Christian Schlatte (AUT) 6.263 (11,45 (-1,3) - 6,88 (+0,4) - 9,77 - 1,89 - 50,91 / 15,47 (-0,4) - 28,30 - 3,80 - 46,90 - 5:22,82), 6. Robert Katzenbeißer (AUT) 5.849 (12,12 (-0,9) - 5,85 (+0,5) - 12,37 - 1,80 - 53,39 / 16,14 (-0,1) - 33,32 - 3,60 - 41,12 - 5:04,85).

FRAUEN Siebenkampf: 1. Sonja Spindelhofer (AUT) 4.876 Pkte (100 m Hürden: 15,46 (-0,5) - Hoch: 1,56 - Kugel: 15,05 - 200 m: 27,74 (-2,6) / Weit: 5,24 (+3,2) - Speer: 39,40 - 800 m: 2:37,02), 2. Betina Germann (AUT) 4.771 (16,90 (-0,3) - 1,59 - 10,54 - 26,15 (-2,6) / 5,68 (+0,7) - 35,96 - 2:25,79), 3. Zsuzsanna Petö (AUT) 4.664 (15,25 (-0,9) - 1,50 - 10,11 - 26,63 (-2,6) / 4,96 (+1,2) - 37,04 - 2:22,10).

Die tschechische Post

LINZ. Der Sieg beim 10. Linzer SPARKASSEN Citylauf ging an den Brünner Michael Nejedly. Tschechiens Meister über 3.000 Meter Hindernis gewann in 31:58 Minuten für 10.550 Meter. Er verfehlte damit die Regen- und Schlechtwetterzeit des Vorjahres, die 31:27 Minuten betragen hatte. Der Tempomacher, der Hecht im Karpfenteich ging ab. Die Konstellation ließ es jedenfalls zu, daß die Tschechen, die Platz eins bis vier belegten, die Konkurrenz kontrollieren konnten. Platz zwei sicherte sich Radomir Soukup, der Sieger des Jahres 1992. Daß er jedenfalls schneller als Tschechiens Post ist, bewies Jan Blaha. Der Wolfgangsee-Sieger, dessen postalisch aufgegebene Meldung noch immer auf dem Weg von Budweis nach Linz sein dürfte, rechtfertigte seine Nachnennung.

Bester Österreicher unter insgesamt 650 Teilnehmern: Eugen Sorg (Union Neuhofen) - auch ein 3.000-Meter-Hindernisspezialist - als Fünfter.

Bei den Damen gewann die Vorjahressiegerin und Altersklassen-Beste Alena Mocariova (Slowakei). Nicht zufrieden mit ihrer Leistung - der drittbesten Zeit - war Sandra

Baumann: „Beim Bahnhof stand ich und mußte wegen Muskelkrämpfen Dehnübungen machen.“ Ihr Sieg in der Allgemeinen Klasse konnte sie da kaum trösten.



10. Linzer SPARKASSEN Citylauf,

26. Oktober, Linz / AUT

MÄNNER (10.550 m): 1. Michael Nejedly (TCH) 31:58, 2. Radomir Soukup (TCH) 32:00, 3. Jan Blaha (TCH) 32:02, 4. Lubomir Tesacek (TCH, 1. AK I) 32:04, 5. Eugen Sorg (U. Neuhofen) 32:56, 6. Wolfgang Risy (ASK Nettingsdorf, 2. AK I) 33:19.
AK II: 1. Milan Soucek (TCH) 35:51, 2. Peter Woldan (U. LPC Grieskirchen) 36:07.
AK III: 1. Klaus Kröhn (U. Reichenau) 37:01.
AK IV: 1. Jindrich Fiedler (TCH) 43:03, 2. Leopold Hold (U. Pregarten) 44:45.
AK V: 1. Johann Schauer (Linz) 1:10:58.
JUGEND (2.850 m): 1. Clemens Weixelbaumer (USV RAIKA Zwettl) 9:03.
SCHÜLER: 1. Christian Ehrenhauser (ÖTB OÖ) 9:08.

FRAUEN (10.550 m): 1. Alena Mocariova (SVK, 1. AK I) 38:43, 2. Anna Haderer (IGLA Harmonie, 2. AK I) 38:55, 3. Sandra Baumann (IGLA Harmonie) 40:16.
AK II: 1. Elfriede Mayrbäurl (Amateure Steyr) 43:46.
AK III: 1. Margarete Petak (Amateure Steyr) 50:18.
JUGEND (2.850 m): 1. Eveline Sigl (TSV Ottensheim) 10:49.
SCHÜLER: Alexandra Kumpf (ULC Linz-Obb.) 10:25.

MANFRED BERGER

DIE FRAUEN DER IGLA HARMONIE.

Anna HADERER (Startnummer 807) ist nach Theresia Kiesel, Sandra Baumann und Carina Lilge-Leutner die vierte Läuferin des Klubs, die zur nationalen Spitze zählt.

Beim Linzer SPARKASSEN Citylauf war die Ärztin beste Österreicherin.

Bild: PLOHE

Würdiges Finale im Berglauf-Cup

GOING. Mit 115 Teilnehmern beim Haupt- und 23 beim Nachwuchslauf war eine beachtliche Anzahl von Bergläufern beim traditionellen, schon klassischen Saison-Abschlussrennen in Going am Wilden Kaiser. Erstmals war auch der Gewinner der Welt- und Europa-Trophy im Berglauf, Helmut Schmuck (LCC Wien), dabei. Er setzte sich natürlich sofort an die Spitze des Feldes und zog den Großteil der österreichischen Berglaufelite hinter sich her. Als Einziger konnte Hubert Resch (SC Leogang) das hohe Anfangstempo halbwegs mit- und den Rückstand bis ins Ziel nach 6,9 Kilometern in Grenzen halten.

Den Sieg bei den Damen erreichte die Tiroler Berglaufmeisterin Heidi Brutscher (SV

RAIKA Reutte) vor der jungen Franziska Krössbacher (SV Schlickeralm) und der heuer wie ein Komet am Tiroler Läuferhimmel aufgetauchten Elke Walch (LSV Kitzbühel).

Im Feld der Teilnehmer waren übrigens auch ÖLV-Berglaufreferent Johannes Mayer und Wiens Landesverbandspräsident Roland Herzog. Die Spitzenfunktionäre zeichneten danach gemeinsam mit Cupleiter Franz Puckl die Gewinner im 13. Int. Österreichischen Berglauf-Cup beim „Stanglwirt“ aus.

13. Int. Astberglauf, 29. Oktober, Going / AUT

MÄNNER (6,9 km): 1. Helmut Schmuck (LCC Wien, 1. AK 30) 28:45, 2. Hubert Resch (SC Leogang, 2. AK 30) 29:20, 3. Manfred Sturm (LC Flachgau) 29:48.
AK 40: 1. Peter Kühr (LSV Kitzbühel) 30:38.
AK 50: 1. Heinz Steiner (TS Innsbruck-Spk.) 33:41.
AK 60: 1. Ambros Unterkirchner (WSV Heiligenblut) 37:41.
AK 70: 1. Eugen Schabel (GER) 41:22, 2. Matthias Strobl (U. Innerschwand) 42:32.
JUNIOREN: 1. Hans-Jürgen Langeegger (LSV Kitzbühel) 30:42.
MANNSCHAFT: 1. LSV Kitzbühel (Reinhard Hurth, Gerald Habison, Peter Kührer) 1:31:10.
JUGEND (2,9 km): 1. Günther Weidlinger (ATSV Braunau-Spk.) 14:23.
SCHÜLER: 1. Immo Wahl (GER) 16:00, 2. Mario Egger (SV RAIKA Volders) 16:20.

FRAUEN (6,9 km): 1. Heidi Brutscher (SV RAIKA Reutte, 1. AK 30) 36:15, 2. Franziska Krössbacher (SV

Schlickeralm) 38:02, 3. Elke Walch (LSV Kitzbühel, 2. AK 30) 39:13.

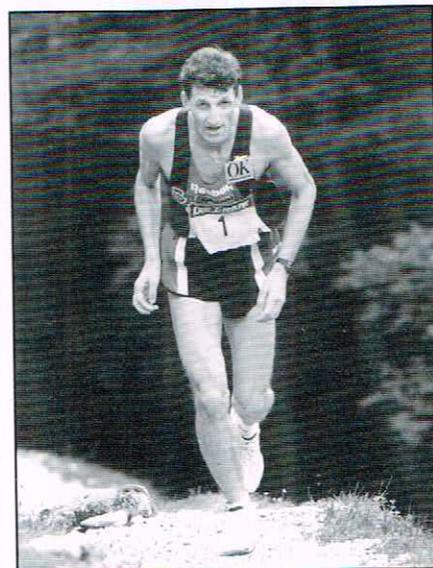
AK 50: 1. Erika Tweraser (ALC Wels) 39:22.

AK 40: 1. Paula Foidl (LG Pletzer Hopfgarten) 42:47.
JUNIOREN: 1. Ursula Knauer (LG Pletzer Hopfgarten) 39:53.

JUGEND (2,9 km): 1. Pia Kessel (GER) 21:26.

SCHÜLER: 1. Elisabeth Hochwarther (HSV Pinkafeld) 19:50.

FRANZ PUCKL



DER ERSTE am Berg - in Going wie fast überall auf der Welt - Helmut SCHMUCK.
Bild: PLOHE

Mit der **U3** bei **Sport Konrath** vorbei

NIKE AIR SCHUHE:

HERREN

Nike Air Structure II	1.999.-
Nike Air Total Max	1.999.-
Nike Air Zoom LWP*	1.899.-
Nike Air Max 2 Light	1.799.-
Nike Air Stab E	1.699.-
Nike Rover (geländetauglich)	1.499.-
Nike Air Max Triax	1.399.-
Nike Air Structure Triax	1.399.-
Nike Air Skylon Triax*	1.399.-
Nike Air Skylon Triax*	1.399.-
Nike Air Pegasus	1.299.-
Nike Air Icarus	799.-

DAMEN

Nike Air Total Max	1.999.-
Nike Air Max 2 Light	1.799.-
Nike Air Stab E	1.699.-
Nike Air Max Triax	1.399.-
Nike Air Structure Triax	1.399.-
Nike Air Pegasus	1.299.-
Nike Air Windrunner	999.-
Nike Air Icarus	799.-

KINDER

Nike Air Pegasus	899.-
Nike Air Max Triax	799.-
Nike Waffle Street	699.-
Nike Icarus Extra	599.-
Nike Proton	599.-

Wir wünschen
unseren Kunden ein

Frohes
Weihnachtsfest
1995

und
ein gesundes
Sportjahr 1996

Show me the way...
Sport Konrath
1030 Wien, Schlachthausgasse 18, Tel 0222 / 7123485
...wo **NIKE** zu Hause ist!

Böffler

funktionelle Sportmode

Das überlegene Unterwäschesystem

Trans-TEX Stirnband	149.-
Trans-TEX Haube	199.-
Trans-TEX Slip mit Windschutz	239.-
Trans-TEX Unterhose mit Windschutz	349.-
Trans-TEX Unterhose Mittel mit Windschutz	479.-
Trans-TEX Unterhose Lang mit Windschutz	149.-
Leibchen ärmellos	329.-
Leibchen Kurzarm	429.-
Leibchen Langarm	469.-
Leibchen mit Rollkragen und Zipp	599.-
Lauf Tights Lang	von 799.- bis 1.199.-
Lauf-Latzhose	1.199.-

Fleece Gilet	999.-
Fleece Jacken	von 1.199 bis 1.499.-
Goretex Jacken	von 1.899.- bis 2.598.-

Spikes für Sprint, Mittel- und Langstrecke
Hoch- und Weitsprung

5 799.- bis 1.299.-

New York City's

1 zigartiger

Marathon



GENOSSEN hat Franz GATTERMANN (LAG Ried) das Abenteuer New York Marathon. Als bester Österreicher erreichte der frühere Olympiateilnehmer im Schilanglauf 2:34:50 Stunden. Damit belegte er in der Altersklasse 40 Rang fünf. Bild: Nora Kollreider

NEW YORK. German Silva und Tecla Lorupe, die Sieger des New York City Marathons, liefen jeweils mit der Startnummer 1. Die Wolkenkratzermetropole an sich, der Geräuschpegel am Rande der Avenuen und das Ereignis Marathon, diese Erlebnisse, konzentriert auf hastige zwei bis erlebnisreiche fünf oder sechs Stunden, vermittelten jedem der 27.900 Läufer aus 111 Ländern, gleichgültig ob Welt- oder Hobbyklasse, das Gefühl, sich im Herzen der Welt bewegt zu haben.

Beide Vorjahressieger wiederholten ihre Erfolge. Der Mexikaner Silva führte die Entscheidung auf einer Steigung im Central Park, etwa fünf Kilometer vor dem Ziel, herbei. Mit einer Tempoverschärfung löste er sich im Stile eines 5.000-Meter-Bahnläufers zuerst vom Kenyaner William Koech und dann vom Schotten Paul Evans. Im Ziel, nach exakt 2:11 Stunden, betrug sein Vorsprung fünf Sekunden.

In dem Moment, da Tecla Lorupe (Kenya) nach 2:28:06 Stunden - zweieinhalb Minuten vor Weltmeisterin Manuela Machado aus Portugal - als erste Dame das Zielband durchlief, lag ein erlösendes Lächeln auf ihren Lippen. Wenige Sekunden danach versank die 22-jährige weinend in den Armen ihres Trai-

ners. Die Siegesfreude trübten Gedanken an ihre vor einigen Tagen verstorbene Schwester. Erst als German Silva das Gesichtchen der dunkelhäutigen Afrikanerin zwischen seine Hände nahm und ihr einen Kuß auf die Wangen drückte, verzogen sich die Schleier der Trauer. Das Megaereignis Marathon reduzierte sich für ein paar Augenblicke auf eine berührende Begegnung einzigartiger Menschen, die nur nebenbei einzigartige Läufer sind.

231 Österreicher ließen sich nicht durch Kälte und stürmischen Wind beeindruckten, sehrwohl jedoch von den frenetischen Anfeuerungen der Millionen Zuseher. Fast alle kamen erschöpft aber glücklich ins Ziel.

unlimited

RUNNER^S®

Reisen zu den großen
Marathonläufen
dieser Welt
P + R Reisen

Nahezu unvorstellbare 92,702.452 US-Dollar wurden durch Läuferinnen und Läufer, Sponsoren, Medien und Zuschauer beim New York Marathon umgesetzt. Noch ein paar Marathon-Superlative? 30.000 Finisher-Medaillen, 13.700 „No Parking“-Schilder, 60.000 Poster, 1.940 medizinische Betreuer, 1,8 Millionen Papierbecher, 550 transportable Toiletten...

So ein Superevent erfordert Experten der Organisation. Österreichs Exklusiv-Veranstalter für Marathonreisen, RUNNER's unlimited, betreute in diesem Jahr mehr als 1.000 Marathonistii bei Gruppenreisen. Außer New York waren Venedig, London, Orlando und der Medoc-Marathon die großen Renner.

1996 blickt alles nach Boston. Hundert Österreicher werden beim hundertsten Boston-Marathon dabei sein. Erstmals gibt es eine „offene Klasse“ ohne Qualifikation. Die Plätze sind jedoch schon restlos vergeben.

In der März-Ausgabe der LEICHTATHLETIK erscheint das neue RUNNER's-Programm für die Saison 1996. Wer nicht so lange warten will, setzt sich mit RUNNER's unter der Telefonnummer 02227988444 in Verbindung. Unterlagen über den London-Marathon (21.4.96), den Turin-Marathon (12.5.) oder Vorausinformationen über den New York Marathon (3.11.) und den Medoc-Marathon (7.9.) liegen auf.

Wer individuell seine Marathonreise antreten möchte, zum Beispiel nach Berlin, Honolulu oder Athen, ist beim Spezial-Veranstalter ebenfalls bestens aufgehoben.

New York City Marathon, 12. November, New York / USA

3 Grad, heiter, windig
MÄNNER: 1. German Silva (MEX) 2:11:00, 2. Paul Evans (GBR) 2:11:05, 3. William Koech (KEN) 2:11:19, 4. Simon Lopuyet (KEN) 2:11:38, 5. John Kagwe (KEN) 2:11:42, 80. Franz Gattermann (LAG Ried) 2:34:50.

FRAUEN: 1. Tecla Lorupe (KEN) 2:28:06, 2. Manuela Machado (POR) 2:30:37, 3. Lieve Slegers (BEL) 2:32:08, 4. Joyce Chepchumba (KEN) 2:33:51, 5. Griselda Gonzalez (MEX) 2:34:54, 619. Erika Gamber (Radenthein) 3:51:26.

LEUTE von Welt

Alina Astafei, nach Deutschland emigrierte rumänische Hochspringerin, bekommt vom rumänischen olympischen Komitee keine Freigabe für die Olympischen Spiele in Atlanta. Astafei hat im Februar 1995 die deutsche Staatsbürgerschaft erhalten und war für Deutschland im März in Barcelona Hallen-Weltmeisterin geworden.

Lars Riedel (Deutschland) heißt der Gewinner der Grand-Prix-Wertung 1995 im Diskuswerfen - und nicht Dmitry Shevchenko. Dem 27jährigen Russen, der bei den Weltmeisterschaften in Göteborg Achter geworden war und der den Deutschen bei den Meetings in Köln und Monte Carlo geschlagen hatte, wurde am 18. August in Köln der Mißbrauch von Anabolika nachgewiesen. Shevchenko wurde mit einer vierjährigen Sperre belegt, Riedel im Nachhinein der Sieg in der Diskus-Grand-Prix-Wertung (27 Punkte) zuerkannt.



Robert Wagner (Bild), österreichischer Manager von 30 Weltklasseathleten, rangiert in einer aktuellen Wertung aller „Athlets Representatives“ auf Rang drei. Urteil im Klassement, bei dem Fairneß gegenüber Athleten und Meetingveranstaltern, Abwicklung von Bezahlung oder die Organisation von Reisearrangements berücksichtigt wurden: „Jos Hermens & team, Kim McDonald und Robert Wagner sind die führenden Leichtathletik-Agenten auf der Welt.“ Österreichs zweiter Athletenvermittler im internationalen Zirkus, der Wiener Harald Edletzberger, wird mit seiner kleineren Gruppe unter 68 Managern als 57. geführt.

Das Glück zu sporteln



DEN SCHATTEN der Körperbehinderung davonlaufend. Andrea SCHERNEY (Startnummer 101): 100 Meter unter 15 Sekunden!

1994 waren Andrea Scherney und Karl Mayr in Berlin Weltmeister im Behindertensport geworden. Für die Unterschenkelamputierte und den Sehbehinderten waren diese Erfolge Motivation für noch intensiveres Training.

Die Saisonhöhepunkte im zu Ende gehenden Jahr waren das Paralympic-Revival in Göttingen (Deutschland) und die Europameisterschaften für Blinde und Sehbehinderte im spanischen Valencia.

In Österreich gibt es für Behindertensportler gerademal drei Leichtathletikveranstaltungen im Jahr. Die nationalen Titelkämpfe, die Oberösterreichischen und die Wiener Landesmeisterschaften. Wer sich damit nicht begnügt und die Früchte täglichen Trainings ernten will, muß ins Ausland fahren. Auf eigene Kosten versteht sich.

Bei den Österreichischen Behindertenmeisterschaften der Leichtathleten in Klagenfurt sprang Andrea Scherney zum ersten Mal in ihrem Leben über 4 Meter weit. Weltrekord! Inoffizieller allerdings. Denn neben einer Dopingkontrolle, die abgenommen wurde, hätte die Veranstaltung beim Behinderten-Weltverband gemeldet und ein Funktionär aus dem Weltfachverband anwesend sein müssen. Das war Ende August beim Paralympic Revival der Fall. Die mit einer Prothese laufende Scherney lief über 100 Meter 14,89 Sekunden. Als erste beinamputierte Frau der Welt war sie diese Distanz schneller als 15 Sekunden gesprintet. Und nach dem Motto „derf's a bißerl mehr sein“, erzielte sie im Weitsprung mit 4,06 Metern ebenfalls einen

offiziellen Weltrekord. Zum Saisonausklang steigerte sie sich bei den Holländischen Meisterschaften in Emmen sogar auf 4,25 Meter. Diese Weltbestmarke war allerdings wieder inoffiziell.

Karl Mayr, der Wiener Kugelstoß-Meister der Nichtbehinderten, wurde heuer Europameister für Sehbehinderte. Über seinen Erfolg von Valencia berichtete die **LEICHTATHLETIK**. Die Bestmarke des Wieners mit dem 7,26-Kilo-Gerät steht bei 14,41 Metern. Beide Athleten hoffen, sich unter Anleitung ihres Trainers Hans Auer weiter zu verbessern. Die Qualifikation für die Paralympics 1996 in Atlanta haben sie bereits fix in der Tasche.

**Wissen wir nicht alle,
daß eine Wolke
die Sonne nur kurze Zeit
verdecken kann.**

Elfriede Werthan

Das Interview

mit Moses KIPTANUI (Kenya)

Weltmeister, Weltrekordhalter
über 3.000 m Hindernis



Bild: ADWO

LEICHTATHLETIK: Moses, es heißt immer, der Hindernislauf sei der populärste Sport in Kenya. Wie bekannt bist du daheim wirklich?

Kiptanui: Wenn ich bei uns auf der Straße gehe, erkennen mich höchstens zwei oder drei Leute von hundert. Das liegt daran, daß das Fernsehen viel weniger überträgt als beispielsweise hier in Europa. Von meinen Rennen werden oft nur die letzten 15 Meter übertragen. In den Medien erhalten wir nicht viel Raum.

LEICHTATHLETIK: Du hast eine sensationelle Saison hinter dir, mit Weltrekorden und WM-Gold. Was ist eigentlich mit den vielen Prämien geschehen, die du heuer verdient hast?

Kiptanui: Noch ist nicht alles eingetroffen. Ich warte beispielsweise immer noch auf den wertvollen Hengst, der mir nach dem 5.000-m-Rennen von Rom in Aussicht gestellt worden ist, und den Mercedes, die WM-Prämie von Göteborg.

LEICHTATHLETIK: Du hast ja schon einen Mercedes bei der WM in Stuttgart gewonnen. Was geschieht mit dem zweiten?

Kiptanui: Den wird meine Frau fahren.

Das Interview für die **LEICHTATHLETIK** mit dem kenyanischen Ausnahmeläufer führte
OLAF BROCKMANN.

LEICHTATHLETIK: Pro Start sollst du 50.000 Dollar kassieren. Das ist in der Relation zum Einkommen der Menschen in Kenya eine gigantische Summe...

Kiptanui: 50.000 Dollar - so viel verdient ein Arbeiter bei uns im ganzen Leben nicht. Aber ich arbeite hart. Und Laufen ist mein Geschäft.

LEICHTATHLETIK: Was machst du mit dem vielen Geld?

Kiptanui: Ich versorge meine ganze Familie. So habe ich schon für meine Mutter und für meine vier Brüder je ein Haus gebaut.

LEICHTATHLETIK: Sport ist dein Geschäft. Wie war das wirklich bei der WM in Göteborg, wo du gesagt hast, du hättest den Weltrekord für Zürich aufgehoben?

Kiptanui: Auf den letzten hundert Metern hatte ich mich entschieden, etwas langsamer zu laufen und nicht die acht Minuten zu unterbieten. Dafür war in Zürich schließlich eine große Summe ausgesetzt.

LEICHTATHLETIK: Zum Sportlichen. Du hast in diesem Jahr so viel erreicht - welche Ziele bleiben da überhaupt noch?

Kiptanui: Nächstes Jahr natürlich Olympia in Atlanta. Danach habe ich aber neue Pläne. Ich will längere Strecken in Angriff nehmen. 1997 werde ich meinen ersten 10.000-m-Lauf bestreiten, dazu etwa drei 5.000-m-Rennen. Wie schnell ich über 10.000 Meter sein kann, wage ich nicht zu sagen. Es ist nicht auszuschließen, daß ich eines Tages auch Marathon laufe.

LEICHTATHLETIK: Wie bereitest du dich auf die neue Saison vor?

Kiptanui: Ich werde wieder ein paar Hallenrennen bestreiten, das hat sich im Vorjahr bewährt, wo ich auch Weltrekord gelaufen bin. Natürlich trainiere ich wieder daheim in der Höhe.

LEICHTATHLETIK: Die Technik ist bei einigen Läufern aus Kenya schlecht. Wie kommt das eigentlich?

Kiptanui: Wenn die Europäer Technik trainieren, laufen wir!

LEICHTATHLETIK: Wie sieht dein Training nun wirklich aus?

Kiptanui: Das Entscheidende ist das Gefühl. Ich horche in meinen Körper hinein. Das ist wichtig, danach laufe ich. Pro Woche trainiere ich etwa 150 Kilometer, oft auch mehr. Jeden Morgen laufe ich eine Stunde.

LEICHTATHLETIK: Wie ist deine sportmedizinische Betreuung?

Kiptanui: Ich habe keine! Ich habe mich noch nie einer Untersuchung unterzogen. Ich mache alles nach dem Gefühl. Ich muß immer lachen, wenn ich bei einer Dopingkontrolle angeben muß, welche Vitamine oder Medikamente ich nehme. Ich esse einfach Früchte, so wie jeder bei uns daheim. Dann trinke ich Coca Cola oder Fanta - wie jeder.

LEICHTATHLETIK: Noch einmal zum Persönlichen: Oft wissen Afrikaner ihr Geburtsdatum nicht genau. Wie ist das bei dir?

Kiptanui: Ich weiß es nur zu 97 Prozent. Aber es stimmt, oft wissen meine Landsleute nicht, wann sie wirklich geboren sind. Das liegt daran, daß die Eltern den Kindern manchmal nur ein bestimmtes politisches Ereignis oder eine große Naturkatastrophe als Anhaltspunkt geben, in welchem Jahr sie geboren sind. Da differieren die Angaben schon mal um zwei Jahre.

LEICHTATHLETIK

Redaktion

Eichendorffstraße 16
4020 Linz

FAX

0732 / 33 03 02

EURE MITARBEIT

=

UNSERE ZEITUNG

Die direkte Zusendung einer Ergebnisliste, eines Berichtes (Fotos), bringt Eure Veranstaltung schneller in unsere Zeitung.



von ERIKA STRASSER

Mitglied des Leichtathletik-Welt- und Europaverbandes

Spätestens im Jahr 2000 gibt es in unserem Sport eine Zäsur. Die „Leichtathletik neu“ zeichnet sich ab.

Vor allem elektronische Fortschritte zwingen uns nachgerade, die Wettkämpfe, ob an der Sportstätte oder am Fernsehschirm, den Zuschauern geballt vorzuführen. Dabei haben wir darauf Rücksicht zu nehmen, den Freiraum und die Gestaltungsmöglichkeiten der Athletinnen und Athleten nicht allzu sehr einzuschränken. Um die Veranstaltungen mit unseren vielen Disziplinen zu straffen, wird schon in den Europa-Cups ab 1996 ausprobiert, für die Wurfbewerbe ebenso wie für den Weitsprung und Dreisprung statt sechs, nur vier Versuche zuzulassen. Außerdem wird überlegt, die Vorbereitungs-

zeit von eineinhalb auf eine Minute zu reduzieren. Momentan verstößt das noch gegen die IAAF-Regeln. Ein Antrag an den nächsten IAAF-Kongress könnte diese Änderung bereits bewirken. Beim Stabhochsprung die Vorbereitungszeit von zwei auf eineinhalb Minuten zu verringern, ginge gleich mit.

Obwohl viele gute Athletinnen und Athleten meinen, solche Verkürzungen wären reine Gewöhnungssache, ist das alles ein sehr sensibler Bereich. Für die Zuschauer würden die technischen Bewerbe attraktiver werden. Wir dürfen nicht übersehen, daß das Fernsehen die Übertragungsrechte von den Welt- und Areaverbänden für viel Geld kauft. Ein gewisses Recht auf Mitsprache bei der Wett-

kampfgestaltung versteht sich damit von selbst. Noch müssen wir aber eventuelle Änderungen sorgfältig bis zur letzten Konsequenz prüfen. Die nationalen Verbände, die die Sportler mit viel Mühe und Aufwand „produzieren“, dürfen nicht vergessen werden. Sie werden eingeladen mitzuwirken, unsere Sportart, zugunsten aller, möglichst gut zu präsentieren.

Wir haben den Weg fortzusetzen, der damit begonnen wurde, in der Leichtathletik alle zwei Jahre mit Weltmeisterschaften aufzuwarten. Das Vierjahres-Hoch von Olympischen Spielen und Europameisterschaften war zuwenig. Um dauernd im Bild zu sein, bedarf es eines weiterhin kontinuierlichen Umbaus.

Ich übersehe bei alledem nicht die Schwierigkeiten für Trainer und Aktive, die richtige Jahresperiodisierung zu machen, etwa, welcher Großveranstaltung sie den Vorrang geben sollen. Der Mensch hat im Mittelpunkt zu bleiben. Zu finden ist ein guter Kompromiß mit allen modernen Erfordernissen.

Höher, schneller, weiter: Herausgefordert sind auch wir, die für die Gestaltung verantwortlich sind.

Es geht um Rang 1, wie wir ihn bei Olympischen Spielen gegen die anderen Sportarten verteidigen, um die Attraktivität unserer Leichtathletik.

Teilnehmerrekord!

Inserate

zum halben Tarif!

Für die Ankündigung

von LA-Veranstaltungen

gewähren wir

50% Ermäßigung

LEICHTATHLETIK

Unsere ermäßigten Inseratepreise für Veranstalter:

im Informationsteil,
einfärbig

1/4 Seite	S 2.250,-
1/3 Seite	S 2.500,-
1/2 Seite	S 3.500,-
1/1 Seite	S 5.500,-

Auskünfte:

Dr. Christoph Michelic
Rosenthalgasse 3, A-1140 Wien
Tel./Fax: 0222 / 911 98 76

IMPRESSUM

CHEFREDAKTEUR: Kurt Brunbauer,
Eichendorffstraße 16, 4020 Linz,
Telefon/Fax: 0732/330302.

HERAUSGEBER: Dr. Christoph Michelic,
Rosenthalgasse 3,
1140 Wien, Telefon/Fax: 0222/9119876.

MITARBEITER: Wolfgang Adler.

FOTOS: Helmut Ploberger.

MEDIENINHABER: ÖÖ Leichtathletikverband,
Ziegeleistraße/Stadion,
4020 Linz, Telefon: 0732/664207.

VERANTWORTLICH FÜR INHALT UND GESTALTUNG: Kurt
Brunbauer.

ERSCHEINUNGSWEISE, ABOS:

LEICHTATHLETIK erscheint achtmal jährlich.

Abopreis Inland S 320,-, Ausland S 420,-. Das Abonnement verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, falls nicht 2 Monate vor Ablauf storniert wird.

VERTRIEB: Dr. Christoph Michelic,
Rosenthalgasse 3, 1140 Wien,
Telefon/Fax: 0222/9119876.

EIGENTUMSVERHÄLTNISSE:

ÖÖ Leichtathletikverband,
Ziegeleistraße/Stadion, 4020 Linz,
zu 100 Prozent.

BLATTLINIE: Die **LEICHTATHLETIK** dient den Interessen der gesamten Leichtathletik Österreichs.

LAYOUT: Satz & Grafik Obergruber KEG,
Hausleitnerweg 91, 4020 Linz,
Tel. 0732/330266.

DRUCK: Salzkammergut-Druckerei
Druckereistraße 4, 4810 Gmunden.
Tel. 07612 / 4235



Lauf mit Duftnote

MÖDLING. Den Wohlgeruch des Sieges beim Mödlinger Altstadt-Lauf über 6,8 Kilometer schmeckten Michael Buchleitner (Laufunion Schaumann) und Simona Staicu zum wiederholten Mal. Dem Lokalmatador gelang der dritte Erfolg hintereinander, die Rumänin gewann wie im Vorjahr den Damenbewerb.

Im erstmals vom Volkslauf getrennt ausgetragenen „Lauf der Champions“ machte Buchleitner den Adventlauf zu einem Schaufensterbummel der anderen Art. In den Auslagenscheiben der Geschäfte erkannte er, ohne daß er umzuschauen brauchte, die von Runde zu Runde abgehetzteren Gesichter der Mitläufer. Der Ungar Imre Berkovics, der Slowene Romeo Zivko und Warren Pettersson aus Südafrika, waren gegen Buchleitners Schlußangriff chancenlos. „Der wertvollste meiner drei Siege“, sagte der Österreicher nach dem Rennen. Die ausländische Konkurrenz wäre die bislang beste in Mödling gewesen. Über Plazierungsprämien, die als Silberhunderter in Nikolosäckchen verpackt waren, freuten sich Robert Platzer (LCAV doubrava / 5.), Eugen Sorg (Union Neuhofen / 6.), Harald Steindorfer (KLC / 8.) und Michael Sandbichler (SVS / 10.).

Vier Ausländerinnen bildeten die Damenspitze. Als beste Heimische wurde Marathon-Staatsmeisterin Elisabeth Rust (Post SV Graz) Fünfte. Dahinter: Carina Lilge-Leutner (IGLA Harmonie) und Eva Hieblinger (Cricket).

5.000 Zuschauer verfolgten die rassigen Rennen. 471 Volksläuferinnen und -läufer bedeuten Teilnehmerrekord für Mödling. Den vorweihnachtlichen Gerüchen des Adventmarktes widerstanden weder die einen noch

die anderen. Maroni und gebratene Erdäpfel erwärmten kalte Hände ebenso wie heißer Punsch. Nicht nur Zuschauer lieben diese Atmosphäre: Elisabeth Rust vergönnte sich nach erfolgreichem Lauf ein Gläschen Glühwein, Eugen Sorg lobte die sportbegeisterten Leute.



- Mödling -
Wenn Rumkugeln
rumkugeln:
Der Leichtathletik weihnachtlichster Duft.

SCHÖN IST SO EIN RINGELSPIEL, das ist a Hetz und kost' net viel. Sieger Michael BUCHLEITNER beim Mödlinger Altstadt-Adventlauf.
Bild: Kurt Brunbauer

Schallgedämpft dringt behandschuhetes Klatschen tausendfach ans Ohr. Mit rasantem Schritt überholen die Läufer ihre eigenen, keuchenden, weißen Atemwolken. An der Strecke steht das Publikum Spalier. Von den Punschständen am Platz dampft süßlichfruchtig ein Aroma, daß einem vom Riechen schwindlig wird.

**6. Altstadt-Adventlauf,
3. Dezember, Mödling / AUT**
3 Grad, bewölkt

„Lauf der Champions“:

MÄNNER (6,8 km): 1. Michael Buchleitner (LU Schaumann) 19:09, 2. Imre Berkovics (HUN) 19:13, 3. Romeo Zivko (SLO) 19:14, 4. Warren Pettersson (RSA) 19:15, 5. Robert Platzer (LCAV doubrava) 19:42, 6. Eugen Sorg (U. Neuhofen) 19:43, 8. Harald Steindorfer (KLC) 19:48, 10. Michael Sandbichler (SVS) 19:52, 11. Wilhelm Innerhofer (SV Marswiese) 20:03, 13. Hubert Maier (U. Reichenau) 20:22, 14. Robert Koss (Post SV Graz) 20:32, 17. Martin Buchleitner (LU Schaumann) 20:44, 19. Wolfgang Maurer (LC Heraklith Villach) 21:01, 21. Thomas Bestebner (LC Heraklith Villach) 21:58.

FRAUEN (6,8 km): 1. Simona Staicu (ROM) 21:59, 2. Eva Doczi (HUN) 22:02, 3. Aniko Javos (HUN) 22:11, 4. Jelena Platinina (SLO) 23:23, 5. Elisabeth Rust (Post SV Graz) 23:57, 6. Carina Lilge Leutner (IGLA Harmonie) 24:09, 7. Eva Hieblinger (Cricket) 24:19.



ZWEI STUDENTINNEN AUS AMERIKA machten in Mödling mit. Katie DOVER und Sue CURUCH aus Connecticut erlebten einen stimmungsvollen Adventlauf.
Bild: Kurt Brunbauer

Volkslauf:

MÄNNER (6,8 km): 1. Dietmar Mascher (KAC) 21:12, 2. Wim Luijpers (Bad Tatzmannsdorf) 21:23, 3. Zsolt Sagi (HUN, 1. JUNIOREN) 21:32, 4. Christian Schmallegger (Polizei SV Leoben, 2. JUNIOREN) 21:35, 5. Jiri Schilcher (LTC Raiffeisen Graz, 1. JUGEND) 21:36, 6. Michael Klapil (LCC Wien, 1. AK II) 21:39.
AK II: 1. Alois Pfeifer (U. Perchtoldsdorf) 23:29.
AK III: 1. Laszlo Sipos (HUN) 24:31, 2. Josef Scharf (ATV Vösendorf) 25:20.
AK IV: 1. Alfred Zimmel (Tyrolia Wien) 27:57.

FRAUEN (6,8 km): 1. Zsuzsanna Bakonyi (HUN, 1. JUNIOREN) 24:56, 2. Eszter Erdelyi (HUN, 1. JUGEND) 25:29, 3. Orsolya Ritter (HUN, 2. JUGEND) 25:44, 4. Brigitta Weiser (AK II) 25:45.
AK I: 1. Ursula Lang (ULC Mödling) 27:39.
AK III: 1. Marty Siwy 31:03.

Weißer Kenyanerin, blonder Portugiese

Die EAA ging auf Nummer sicher. Nach der erfolgreichen Premiere im Vorjahr wurde auch heuer wieder die Ruhe des 11. Duke of Alnwick durch die 2. Crosslauf-Europameisterschaften gestört. Der wunderschöne Park unterhalb des Schlosses lieferte einen athletenfreundlichen, durch Steigungen aber dennoch anspruchsvollen Parcours. Das diesige, typisch britische Wetter trübte zwar den Blick des Dukes auf die Läufer, für diese war aber der nicht allzu tiefe Boden ein wesentlich wichtigeres Kriterium. So wurden die Siegeszeiten des Vorjahres, bei gleicher Streckenführung, geradezu pulverisiert.

Katherina McKiernan (IRL) und Paulo Guerra (POR) hießen die ersten kontinentalen Titelträger. McKiernan mußte heuer verletzungsbedingt auf einen Start verzichten, so daß bei den Frauen ein spannendes, offenes Rennen zu erwarten war. Titelanwärterinnen gab es genug, allen voran die Spanierinnen mit der Vorjahreszweiten Julia Vaquero, die Rumänin Elena Fidatov und die Russin Alla Zhilyaeva, die Dritte und Vierte des vergangenen Jahres. Doch weder die Südeuropäerinnen, noch die Läuferinnen aus dem ehemaligen Ostblock prägten das Renngeschehen. Etwas überraschend wurden zwei junge Skandinavierinnen zu den bestimmenden Athletinnen auf dem 4,5 Kilometer langen Kurs. Die Finnin Annemari Sundell, immerhin Cross-Weltmeisterin bei den Junioren, und Sara Wedlund (Schweden) machten beim ersten Anstieg, nach etwa einem Kilometer, enormen Druck und lösten sich scheinbar mühelos von den als Favoritinnen gehandelten Läuferinnen. Sundell und Wedlund belauerten sich nur kurz, dann verschärfte Sundell nochmals das Tempo. 3:12 Minuten für den letzten Kilometer sicherten der 18jährigen „weißen Kenyanerin“ - sie trainiert großteils in Kenya - ihren ersten großen Titel. Wedlund, ein knappes Jahr älter als Sundell, tauchte letztes Jahr beim Grand-Prix-Meeting in Helsinki wie ein Komet in der Weltspitze auf und lief sich bei der WM in Göteborg in die Herzen ihrer Landsleute. Mit letzter Kraft erkämpfte sie sich vor der heranstürmenden Russin Belikova die Silbermedaille.

Keine Überraschung gab es bei den Männern, zumindest was den Titelträger betrifft. Als Dreizehnter bester Europäer bei der WM in Budapest, Europameister 1994, WM-Sechster in Durham, nun die erfolgreiche Titelverteidigung, machen den 25jährigen Portugiesen Paulo Guerra zu Europas „Mister-Cross“. Seine Zeiten auf der Bahn sind zwar nicht schlecht (5.000 m: 13:18,59; 10.000 m: 27:52,44), doch richtig zuhause fühlt er sich im Gelände. Beeindruckend die Art und Weise seines Erfolges. Auf den ersten fünf Kilometern hielt er sich vornehm zurück, da ließ er anderen, wie Andrew Pearson (GBR) oder dem Spanier Alejandro Gomez die ungeteilte Aufmerksamkeit der Kameras. Beim

letzten Anstieg, etwa einen Kilometer vor dem Ziel, suchte Pearson die Vorentscheidung. Guerra folgte ihm mit der Leichtigkeit des Titelverteidigers und sprintete die anschließende Bergabpassage mühelos davon. Nicht nur der letzte Tausender in 2:54 Minuten spricht für sich, sondern auch 26:40 Minuten für 9,1 Kilometer. Obwohl Zeiten im Crosslauf immer vorsichtig zu interpretieren sind, ist die um mehr als eine (!) Minute schnellere Endzeit als im Vorjahr mehr als bemerkenswert. Den zweiten Platz sicherte sich der Spanier Alejandro Gomez vor dem sehr aktiv laufenden Briten Andrew Pearson. Die Läufer von der Insel, letztes Jahr nicht gerade erfolgsverwöhnt, rehabilitierten sich mit Pearson (3.), Keith Cullen (4.) und Jon Brown (6.) als Crosslaufnation.

Auch die zweite Auflage der Cross-Europameisterschaften war ein voller Erfolg. Waren bei den Weltmeisterschaften der letzten Jahre nur Afrikaner vorne, bemerkt man bei den Europäern nunmehr ein gestiegenes Selbstbewußtsein. Durch die eigenen kontinentalen Titelkämpfe ist im Crosslauf wieder ein Ziel vorhanden. Die Leistungsentwicklung zeigt nach oben, den Siegern von Alnwick ist bei den nächsten Welttitelkämpfen in Südafrika einiges zuzutrauen.

Crosslauf-Europameisterschaften, 2. Dezember, Alnwick / GBR

MÄNNER (9,1 km): 1. Paulo Guerra (POR) 26:40, 2. Alejandro Gomez (ESP) 26:46, 3. Andrew Pearson (GBR) 26:47, 4. Keith Cullen (GBR) 26:48, 5. Mustapha Essaid (FRA) 26:52, 6. Jon Brown (GBR) 26:56, 7. Alfredo Bras (POR) 27:01, 8. Jose Garcia (ESP) 27:03.

MANNSCHAFT: 1. Spanien 32 Pkte (Alejandro Gomez 2., Jose Garcia 8., Manuel Pancorbo 10., Pere Arco 12.), 2. Portugal 37 (Paulo Guerra 1., Alfredo Bras 7., Jose Ramos 14., Jose Regalo 15.), 3. Großbritannien 55 (Andrew Pearson 3., Keith Cullen 4., Jon Brown 6., David Taylor 42.).

FRAUEN (4,5 km): 1. Annemari Sundell (FIN) 13:52, 2. Sara Wedlund (SWE) 14:07, 3. Nina Belikova (RUS) 14:09, 4. Elena Fidatov (RUM) 14:10, 5. Alla Zhilyaeva (RUS) 14:17, 6. Annette Palluy-Sergent (FRA) 14:18, 7. Sinead Deleacounty (IRL) 14:19, 8. Stela Olteanu (ROM) 14:20

MANNSCHAFT: 1. Rußland 20 Pkte (Nina Belikova 3., Alla Zhilyaeva 5., Elena Baranova 12.), 2. Rumänien 23 (Elena Fidatov 4., Stela Olteanu 8., Julia Negura 11.), 3. Frankreich 41 (Annette Palluy-Sergent 6., Zaiha Dahmani 15., Laurence Vivier 20.).

ADWO

LAUFSPORT
BLUTSCH

Liniengasse 24 Tel.
1060 Wien 5970640

**Laufschuhkauf mittels
Computerfußmeßanlage
(einzigartig in Österreich!)**

NIKE -

**Geschenksidee für die
letzte Minute**

NIKE Trainings- Logbuch für das Jahr 1996

- ♦ viel Platz für die persönlichen Trainingsaufzeichnungen
- ♦ pro Woche 2 Seiten
- ♦ mit Monats u. Jahresübersichten
- ♦ Produktinfos über alle NIKE-Neuheiten '96
- ♦ gebundene Buchform

nur **149,-**

NIKE Air Max Classic

- ♦ Laufschuh mit großer, sichtbarer Air-Dämpfung im Fersenbereich, Air-Sohle auch im Vorfuß

statt 1999,-

nur **1.198,-**

**Lassen Sie sich unser
Farbprospekt mit vielen Ge-
schenktips und der neuesten
Funktionsbekleidung schicken!**

(Wir führen über 50 Modelle an GoreTex Jacken, 70 Modelle NEW LINE Jacken u. Hosen, Laufunterwäsche von NEW LINE, Löffler; Odlo - sowie alle notwendigen Accessoires)

LAUFSPORT
BLUTSCH

Liniengasse 24 Tel.
1060 Wien 5970640

Telegramm

27. Aug. Swiss Meeting, Meilen / SUI

Mit persönlicher Bestzeit von 13,84 Sekunden gewann Elmar Lichtenegger (VST Völkermarkt) den 110-Meter-Hürdenlauf des Meetings von Meilen in der Schweiz. Damit schob sich der 21-jährige Kärntner in der ÖLV-Jahresbestenliste hinter Mark McKoy (13,21 sek) und Herwig Röttl (13,79 sek) an die dritte Stelle. MÄNNER: 110 m Hürden (+1,0): 1. Elmar Lichtenegger (VST Völkermarkt) 13,84, 2. Christian Maislinger (U. Salzburg) 14,22.

2. Sep. Int. Steirische Seniorenmeisterschaften, Kapfenberg / AUT

Mehr als 100 Senioren aus Deutschland, Polen, der Slowakei, Tschechien, Ungarn und Österreich beteiligten sich an den Steirischen Seniorenmeisterschaften in Kapfenberg. Durch Elisabeth Rust (Post SV Graz / AK 35 / 5.000 m in 17:22,39 min), Renate Farkas (Oberwart / AK 35 / 40,14 m mit dem Hammer) und Franz Hohl (Post SV Graz / AK 45 / 400 m in 53,97 sek) gab es drei neue österreichische Seniorenrekorde.

MÄNNER AK 30: 100 m: 1. Johann Mair (ATSV Keli Linz) 11,26. 400 / 10.000 m / Diskus: 1. Stefan Gruber (ATUS Knittelfeld) 58,11 / 34:39,71 / 41,80. 1.500 m: 1. Harald Flechel (ATUS Knittelfeld) 4:23,71. Hoch: 1. Dietmar Spreitzhofer (MLG-Spk.) 1,62. Weit: 1. Kurt Steinbauer (MLG-Spk.) 5,99. Kugel: 1. Heinz Scherkl (ATUS Judenburg) 11,33. AK 35: 100 / 200 / 400 m / Weit: 1. Wilhelm Rammerstorfer (Zehnkampf-U.) 12,45 / 25,11 / 55,16 / 5,35. 1.500 m: 1. Wolfgang Hausner (ATUS Bruck) 4:46,29. 10.000 m: 1. Franz Kogler (ATUS Judenburg) 34:27,97. Hoch / Kugel / Diskus: 1. Johann Watzek (TV Alsergrund) 1,50 / 11,65 / 35,66 / 30,84. Speer: 1. Miroslav Pochanka (TCH) 54,78. AK 40: 100 / 200 m: 1. Herbert Kreiner (ATSV Keli Linz) 11,82 / 23,80. 400 m / Weit: 1. Herbert Nill (ÖTB Salzburg) 60,36 / 5,01. 1.500 m: 1. Heinz Eidenberger (LCA umdasch Amstetten) 4:36,34. 10.000 m: Sepp Ehgartner (ATUS Judenburg) 34:47,75. Kugel / Diskus / Speer: 1. Gábor Horvath (HUN) 10,15 / 28,72 / 46,96. AK 45: 200 m: 1. Manfred Mühlthaler (ATUS Knittelfeld) 27,92. 400 m: 1. Franz Hohl (Post SV Graz) 53,97 (ÖLV-Seniorenrekord). 1.500 m: 1. Peter Held (U. Eisenerz) 4:48,74. 10.000 m: 1. Johann Sommerhuber (Tyrolia Goritzberg) 35:23,52. Kugel / Diskus / Hammer: 1. Johann Pink (Kapfenberger SV) 13,53 / 43,16 / 42,06. Speer: 1. Gerald Landzettel (ATUS Bruck) 45,82. AK 50: 60 / 200 / 400 m: 1. Reinhard Kroll (ALC Wels) 8,05 / 25,51 / 59,34. 1.500 m: 1. Siegfried Köck (ATUS Knittelfeld) 4:54,80. 10.000 m: 1. Jaroslav Benda (TCH) 38:06,78. Hoch: 1. Jaroslav Hanus (TCH) 1,71. Weit: 1. Klaus Müller (ATG) 5,18. Kugel / Diskus: 1. Heinz Harre (U. Klagenfurt) 14,61 / 49,30. Speer: 1. Günter Pilz (ULC Linz-Obb.) 45,54. Hammer: 1. Karel Bednoi (TCH) 39,80. AK 55: 60 m: 1. Werner Rössler (ANES) 8,55. 200 m / Hoch / Weit: 1. Josef Vonasek (TCH) 29,27 / 1,40 / 4,90. 400 / 1.500 / 10.000 m: 1. Horst Kögl (Irdning) 66,49 / 4:45,46 / 37:37,86. Kugel / Diskus: 1. Dieter Duttke (GER) 12,54 / 36,84. Speer: 1. Helmut Goreis (Innsbruck) 43,58. Hammer: 1. Herbert Kozak (ATUS Gratkorn) 29,06. AK 60: 60 / 100 m: 1. Antonin Kabele (TCH) 8,27 / 13,12. 200 m / Hoch: 1. Karel Mokris (TCH) 30,36 / 1,35. 1.500 m: 1. Karel Matzner (TCH) 5:44,03. Kugel: 1. Engelbert Zeilinger (ATUS Bruck) 12,77. Diskus: 1. Leonhard Jansen (GER) 44,46. Speer: 1. Karel Zemek (TCH) 39,56. Hammer: 1. Hans Pötsch (U. Spk. Graz)



SCHREIT nach Aufmerksamkeit der österreichischen Seniorenleichtathletik: Johann PINK.
Bild: Kurt Brunbauer

46,86. AK 65: 60 m: 1. Werner Präpasser (ATUS Bruck) 10,05. Kugel / Diskus / Speer / Hammer: 1. Franz Kreiner (ATUS Gratkorn) 10,05 / 35,72 / 34,26 / 31,66. AK 70: 10.000 m: 1. Josef Janicek (TCH) 48:04,81. Hoch: 1. Albrecht Vogrin (ATUS Bruck) 1,00. Kugel / Diskus: 1. Norbert Hasenburger (ATUS Bruck) 6,85 / 20,94. AK 75: Kugel / Diskus / Speer / Hammer: 1. Georg Glöckner (Oberwart) 8,78 / 24,38 / 23,20 / 26,62. AK 80: 60 m: 1. Josef Biemann (TCH) 14,15. FRAUEN AK 30: Kugel / Speer: 1. Christa Pollross (MLG-Spk.) 9,99 / 30,14. AK 35: 5.000 m: 1. Elisabeth Rust (Post SV Graz) 17:22,39 (ÖLV-Seniorenrekord). Kugel / Speer: 1. Ruth Breinsberger (Oberwart) 9,75 / 28,04. Diskus / Hammer: 1. Renate Farkas (Oberwart) 30,02 / 40,10 (ÖLV-Seniorenrekord). AK 40: 100 m / Weit / Speer / Kugel: 1. Sabina Plammer (Polizei SV Leoben) 16,00 / 3,73 / 23,52 / 7,12. 5.000 m: 1. Slavica Plözl (Marathon Ennstal) 21:23,57. Diskus / Hammer: 1. Hilde Zarka (Oberwart) 21,50 / 27,58. AK 45: 100 m / Weit: 1. Anna Edlinger (ATUS Gratkorn) 14,17 / 4,36. Kugel: 1. Ursula Landzettel (ATUS Bruck) 7,89. Diskus / Speer / Hammer: 1. Lieselotte Max (Oberwart) 19,72 / 20,08 / 25,58. AK 50: 60 m: 1. Heide Cebul (TV Judenburg) 10,23. 100 m: 1. Anna Klausova (TCH) 17,47. 400 m: 1. Miloslava Rocnakova (TCH) 1:22,18. Weit / Kugel / Diskus: 1. Gerda Peroutka (TV Judenburg) 3,23 / 8,93 / 20,46. Hammer: 1. Helgard Gratzl (Cricket) 30,54. AK 55: Diskus / Hammer: 1. Erika Glöckner (Oberwart) 14,82 / 26,48. Speer: 1. Gertraud Schönauer (ATSV Innsbruck) 39,78. AK 60: Kugel / Hammer: 1. Eva Pötsch (ATUS Gratkorn) 8,12 / 31,48. AK 65: 60 / 5.000 m / Kugel / Diskus / Speer: 1. Eleonore

Gutsche (Polizei SV Leoben) 13,31 / 27:10,08 / 5,56 / 10,56 / 13,50. 400 / 1.500 m: 1. Nada Houstecka (TCH) 1:50,14 / 8:15,72.

20. Sep. Abendmeeting, Reutte / AUT

MÄNNER: 200 m / Speer: 1. Christian Böck (GER) 24,84 / 53,79. SCHÜLER: 200 m / Speer: 1. Tobias Frischhut (SV RAIKA Reutte) 29,92 / 20,75. WEIBL. JUNIOREN: 200 m / Speer: 1. Bettina Schletterer (SV RAIKA Reutte) 27,95 / 25,63. JUGEND: 200 m / Speer: 1. Tamara Senn (SV RAIKA Reutte) 33,38 / 25,18. SCHÜLER: 200 m: 1. Melanie Baumgartner (SV RAIKA Reutte) 31,25. Speer: 1. Stephanie Neike (GER) 27,48, 2. Melanie Baumgartner (SV RAIKA Reutte) 20,57.

24. Sep. 21. Berglauf Fully - Sorniot / SUI

MÄNNER: 1. Thierry Icart (FRA) 1:01:44, 2. Patrick Cretin (FRA) 1:02:08, 3. Mike Short (SUI) 1:02:29, 13. Gerhard Weissenbach (Riezlern) 1:11:03. FRAUEN: 1. Brigitte Eustache (FRA) 1:17:19, 2. Elisabeth Heinzle (ULC arido Dornbirn) 1:19:31.

1. Okt. 22. Lauf „Rund um den Heiterwangersee“, Reutte / AUT

Für Hochbetrieb bei der 22. Auflage des traditionellen Laufes „Rund um den Heiterwangersee“ sorgte eine Rekordteilnehmerzahl von 260 Läuferinnen und Läufern. Peter Wundsams letztjährige „Wundersame Laufgeschichte“ in der LEICHTATHLETIK dürfte einen regelrechten Boom ausgelöst haben. Der Sieg ging bei den Männern nach packenden Positionskämpfen an Rupert Hörmann vor Gerhard Hartmann. Schnellste Dame war Lokalmatadorin Gisela Sprenger. MÄNNER (10 km): 1. Rupert Hörmann (GER) 32:54, 2. Gerhard Hartmann (Ponigl road runners, 1. AK 40) 33:02, 3. Helmut Neuner (TS Innsbruck-Spk., 1. AK 30) 33:07. AK 50: 1. Walfried Hosp (SV RAIKA Reutte) 36:50. AK 60: 1. Arthur Wander (SK HYPO Zirl) 42:44. JUGEND (2 km): 1. Thomas Posch (Ehrwald) 7:22. SCHÜLER: 1. Michael Schnitzer (Breitenwang) 6:53. FRAUEN (10 km): 1. Gisela Sprenger (SV RAIKA Reutte, 1. AK 40) 37:56, 2. Sophie Berkmillner (Moosbach, 1. AK 30) 39:55, 3. Gisela Landherr (GER, 2. AK 30) 40:20. JUGEND (2 km): 1. Regina Kramer (Heiterwang) 7:25. SCHÜLER (1,6 km): 1. Melanie Baumgartner (SV RAIKA Reutte) 6:26.

**Unterstütze
den Sport,
spiele TOTO**



ZUM SAISONAUSKLANG eine Staffel aus Laufen und Radfahren. Hektik in der Wechselzone beim „Gis-Mann“: Christian DEINHAMMER (rechts) schickt Eugen SORG auf den Geländekurs.

8. Okt. 4. Bike & Run, Lichtenberg bei Linz / AUT

Unter 400 Athleten und einem Top-Bikerfeld waren auch der österreichische und der tschechische Marathonmeister, Max Wenisch und Jan Blaha, am Start zum Bike & Run in Lichtenberg. Zum Titel „Gis-Mann“, so genannt, weil es den Linzer Hausberg, die Gis, zu bezwingen galt, radelte beziehungsweise lief jedoch das Duo Manfred Kornelson und Wolfgang Risy (ASK Nettingsdorf). Der Neuhofener Hindernis-Vizestaatsmeister Eugen Sorg belegte mit seinem Radpartner Christian Deinhammer Rang drei unmittelbar vor dem Duo Erwin Hammerschmid / Wenisch. In der Damenwertung gab es mit Cornelia Sulzer (Rad) und Martina Winter (LCAV doubrava) das gleiche Siegerpaar wie im Vorjahr.

8. Okt. 2. Obir Berglauf, Eisenkappel / AUT

MÄNNER (13,3 km, HD 1.078 m): 1. Hans Kogler (LSV Kitzbühel) 57:36, 2. Dietmar Mascher (KAC, 1. AK 30) 1:00:52, 3. Marjan Zupanic (SLO) 1:03:48. AK 40: 1. Stane Stanonik (SLO) 1:06:31, 2. Berthold Brenner (Gumern) 1:07:38. AK 45: 1. Herbert Bock (GER) 1:14:05, 2. Herbert Wassermann (Viktring) 1:23:47. AK 50: 1. Rudolf Muskar (SV RAIKA Greifenburg) 1:12:43. AK 55: 1. Friedrich Toplak (LAC Wolfsberg) 1:37:40. AK 60: 1. Franz Puckl (LSV Kitzbühel) 1:25:29. JUNIOREN: 1. Ivica Volic (SLO) 1:30:42. FRAUEN (13,3 km, HD 1.078 m): 1. Bärbl Pogelschek (DSG Maria Elend) 1:39:24, 2. Tonka Zadnikar (SLO, 1. AK 40) 1:48:15.

14. Okt. Sportfest der Werfer und Läufer, Deggendorf / GER

MÄNNL. JUGEND: Diskus / Speer: 1. Rainer Schopf (ÖTB ÖO) 38,38 / 38,60. Hammer: 1. Tobias Roßner (GER) 48,52, 2. Rainer Schopf (ÖTB ÖO) 33,46. WEIBL. JUGEND: Diskus / Speer: 1. Kerstin Eisterer (ÖTB ÖO) 34,68 / 39,66. Hammer: 1. Martina Gäßler (GER) 32,80, 2. Kerstin Eisterer (ÖTB ÖO) 29,90.

15. Okt. 12. Auwaldlauf, Gisingen / AUT

MÄNNER (10 km): 1. Julius Benkö (LG Montfort) 33:01, 2. Patrick Allespach (SUI) 33:41, 3. Peter Loacker (LG Montfort) 35:00. AK 45 (5 km): 1. Fredy Kläger (SUI) 18:06, 2. Eugen Loacker (LG Montfort) 18:38. AK 50: 1. Günter Marte (ULC Bludenz) 38:09. JUGEND (2,5 km): 1. Dietmar Loacker (LG Montfort) 8:14. SCHÜLER (1,6 km): 1. Simon Fels (SV Lochau) 5:15. FRAUEN (5 km): 1. Brigitte Gyr (SUI) 18:56, 2. Yvonne Sonderegger (TS Gisingen) 20:39, 3. Bianca Schatzmann (TS Gisingen) 20:48. JUGEND (2,5 km): 1.

Sabine Lässer (TS Gisingen) 10:18. SCHÜLER (1,6 km): 1. Cornelia Heinzle (ULC arido Dornbirn) 5:27.

15. Okt. 15. Int. Jenner-Berglauf, Berchtesgaden / GER

MÄNNER: 1. Michael Lingg (GER) 48:05, 2. Hans Kogler (LSV Kitzbühel) 49:31, 3. Stephan Tassani-Prell (GER) 50:23. AK 50: 1. Götz Biemann (GER) 58:49, 3. Hermann Kohlmeier (LT Salzburg) 1:13:54. AK 60: 1. Ambros Unterkirchner (WSV Heiligenblut) 1:05:10. JUNIOREN: 1. Hans-Jürgen Langeegger (LSV Kitzbühel) 56:19. FRAUEN: 1. Panageota Müller (GER, 1. AK 40) 1:05:38, 2. Marlene Roth (GER, 1. AK 30) 1:14:05, 3. Anita Schuster (GER, 2. AK 30) 1:16:07.

15. Okt. 5. „Lauf um Ilz“ / AUT

MÄNNER (10.500 m): 1. Christian Resch (Miller's Laufshop) 36:24, 2. Anton Böhm (TuS Feldbach, 1. AK 30) 36:31, 3. Christian Meierhofer 36:56. AK 40: 1. Heinz Hirtenfellner (FC Donald) 37:40. AK 50: 1. Wolfgang Seewald (Tyrolia Graz) 42:28. JUNIOREN: 1. Martin Ramming (Ponigl road runners) 38:44. JUGEND (3.550 m): 1. Gerald Prasch (Post SV Graz) 13:50. SCHÜLER: 1. Markus Scheucher (Post SV Graz) 15:27. FRAUEN (10.500 m): 1. Gertrude Kuplen (Tyrolia Graz, 1. AK 40) 47:18, 2. Christa Wilfling (TC Fürstenfeld, 1. AK 30) 47:43, 3. Eva Mestrovic (CRO) 49:07. JUNIOREN: 1. Manuela Ruck 60:30. SCHÜLER (3.550 m): 1. Sabine Schadenbauer (Tyrolia Graz) 15:45.

15. Okt. Meeting, Dornbirn / AUT

MÄNNL. JUGEND: 300 m Hürden: 1. Renato Taccani (SUI) 40,73, 2. Thomas Moosbrugger (TS Dornbirn) 41,74.

21. Okt. 12. Öppinger Geländelauf, Öpping / AUT

MÄNNER (8 km): 1. Herbert Eckmüller (GER, 1. AK 30) 27:42, 2. Franz Springer (U. Rohrbach/Berg, 2. AK 30) 27:59, 3. Christian Schwentner (U Eidenberg) 28:35. AK 40: 1. Milos Strnad 30:02. AK 50: 1. Alois Gruber (Rohrbach) 33:21. JUNIOREN (4 km): 1. Bernhard Huemer (U. Eidenberg) 15:35. SCHÜLER (3 km): Peter Simmel (U. Öpping) 9:40. FRAUEN (8 km): 1. Leopoldine Rammerstorfer (Niederwaldkirchen, 1. AK 30) 38:18, 2. Daniela Entner (RC Tragwein, 1. AK 30) 38:44, 3. Maria Ortner (U. Pregarten) 39:48. JUNIOREN (4 km): 1. Ilonka Schmuch (Jullbach) 18:12. SCHÜLER (3 km): 1. Judith Deschka (U. Rohrbach/Berg) 11:07.

22. Okt. 8. TYROLIA-Lauf, Schwechat / AUT

Der Sieg von Lokalmatador Nicolas Salinger (SV Schwechat) beim TYROLIA-Lauf war nie in Gefahr. Er möchte nächstes Jahr beim Vienna City-Marathon unter 2:20 Stunden laufen. Erste Schritte in diese Richtung wagte er am 3. Dezember in Florenz. Beste Dame in Schwechat war die Slowakin Lenka Stancelova. 10 Grad, sonnig, windstill

MÄNNER (9,7 km): 1. Nicolas Salinger (SVS) 30:49, 2. Tibor Nemes-Nagy (HUN) 31:39, 3. Gottfried Lichtscheidl (1. AK 30) 32:02. AK 40: 1. Kurt Zirngast (Tyrolia Wien) 33:08. AK 50: 1. Gerald Schupka (Tyrolia Wien) 36:35. AK 60: 1. Emmerich Brix (Tyrolia Wien) 40:49. AK 70: 1. Ernst Ozasek (Tyrolia Wien) 59:56. JUGEND: 1. Mario Schiller (Tyrolia Wien) 45:09.

FRAUEN (9,7 km): 1. Lenka Stancelova (SVK) 37:41, 2. Barbara Brunnhuber (Cricket, 1. JUGEND) 39:55, 3. Ingrid Arockner (Tyrolia Wien, 1. AK 30) 40:02. AK 40: 1. Anna Kastelitz (Tyrolia Wien) 48:50. AK 50: 1. Rosa Obermann (Tyrolia Wien) 40:22.

22. Okt. 11. Stadtlauf, Wiener Neustadt / AUT

MÄNNER (10 km): 1. David Koppensteiner (U. Wr. Neustadt) 32:57, 2. Josef Fuchs (Tyrolia Wien, 1. AK 30) 33:08, 3. Jürgen Pogac (HSV Marathon Wiener) 33:24. JUNIOREN: 1. Miklos Zatyko (HUN) 33:30, 2. Harald Sparr (HSV Wr. Neustadt) 36:38. AK 40: 1. Rudolf Knotzer (ATSV Ternitz) 36:30. AK 50: 1. Laszlo Sipos (HUN) 36:32, 2. Albert Mussil (Tyrolia Wien) 38:04. AK 60: 1. Ferenc Örvös (HUN) 40:00, 3. Rudolf Friedbacher (HSV Wr. Neustadt) 47:40. JUGEND (5.130 m): 1. Rene Bauer (HSV Marathon Wiener) 18:06. SCHÜLER: 1. Alexander Lackinger (Tri-Team Burgenland) 19:02. FRAUEN (10 km): 1. Monica Popp (Wr. Neustadt) 45:17, 2. Marianne Bauer (HSV Wr. Neustadt) 45:26, 3. Silvia Braunsmier (HSV Marathon Wiener) 46:54. FRAUEN (5.130 m): 1. Amanda Fiala (HUN, 1. SCHÜLER) 19:05, 2. Dóra Mildner (HUN, 1. JUGEND) 19:21, 3. Viktoria Úveges (HUN, 2. SCHÜLER) 19:25. AK 30: 1. Ilona Janko (HUN) 20:04, 2. Elisabeth Fuchs (Tyrolia Wien) 21:07. AK 40: 1. Christa Hof (Tyrolia Wien) 21:30. AK 50: 1. Hella Holzbauer (ATUS Felixdorf) 23:25.

24. Okt. Meeting, Nanking / CHN

Die erst 15jährige Chinesin Jiang Po lief bei einem Meeting in Nanking neuen Junioren-Weltrekord über 5.000 Meter. In 14:45,90 Minuten verbesserte sie die bisherige Bestleistung um fast 17 Sekunden. Der Weltrekord von Fernanda Ribeiro (POR) liegt bei 14:36,45 Minuten.

29. Okt. 14. Frankfurt-Marathon, Frankfurt / GER

Ein bislang weitgehend unbekannter Läufer aus Sibirien, Oleg Otmakov sein Name, sorgte mit dem Sieg beim Frankfurt-Marathon (2:12:35 Std.) für die große Überraschung. „Das Hauptziel ist erreicht“, erklärte Katrin Dörre-Heinig (Deutschland), nachdem die 31jährige dreifache London-Marathon-Erste zwar die Streckenrekordzeit verpasste, aber nach einer Fersenoperation im April dieses Jahres bei ihrem Marathon-Wiedereinstieg mit 2:31:31 Stunden einen überlegenen Sieg herausgelaufen war. Die Wienerin Jutta Zimmermann (ÖTB) belegte in 2:50:07 Stunden Platz 16 in der Damenwertung. Unter 8.528 Startwilligen, von denen allerdings wegen widriger Witterungsbedingungen nur 6.580 das Ziel erreichten, bedeutete das den 364. Gesamtrang.

14 Grad, Regen
MÄNNER: 1. Oleg Otmakov (RUS) 2:12:35, 2. Elija Lagat (KEN) 2:12:37, 3. Klaus-Peter Nabein (GER, 1. AK 35) 2:15:00, 121. Martin Dobler (LG Montfort) 2:39:12.

FRAUEN: 1. Katrin Dörre-Heinig (GER) 2:31:31 (1. AK 30), 2. Manuela Veith (GER) 2:37:55, 3. Elisabeth Krieg (SUI) 2:38:36, 7. Sissel Grottenberg (NOR, 1. AK 35) 2:41:48, 16. Jutta Zimmermann (ÖTB Wien, 3. AK 35) 2:50:07, 49. Andrea Zirknitzer (ASKÖ Bad Goisern, 11. AK 35) 3:10:36.

4. Nov. Meeting, Shenzen / CHN

Sun Caiyun fixierte einen neuen Stabhochsprung-Weltrekord. Die Chinesin überquerte 4,23 Meter und war damit um einen Zentimeter besser als Daniela Bartova (TCH) bei ihrer Bestleistung.

DIE ERSTE

DLV Trainerseminar, 4.-5.11.1995, Heusenstamm

Internationales Symposium

„Europäische Trainingskonzeptionen im Mittel- und Langstreckenlauf“

Etwa 180 Teilnehmer nahmen an diesem Seminar teil, das dem Erfahrungsaustausch der europäischen Trainer aus dem Bereich Mittel- und Langstreckenlauf diente. Österreich war durch die Teilnehmer Baldinger, Bogeschdorfer, Lilge (IMSB), Millonig, Müller und Weinhandl vertreten.

Im Jänner 1996 erscheint eine schriftliche Fassung dieses Seminars als Sonderdruck der deutschen Zeitschrift „Leichtathletiktraining“.

Der erste Tag stand im Zeichen von längeren Referaten, während am zweiten Tag in Kleingruppen (workshops) gearbeitet wurde.

Referenten:

José Marajo, französischer Nationaltrainer für Mittelstrecken, Inhaber des französischen Rekordes über 800m (1:43,9) und die Meile; trainiert u.a. Djate

Andy Vögtli, Schweiz, betreut André Bucher (Junioren Vize-Europa- und Weltmeister über 800m/1500m; 800m Bestleistung 1:45,7 (mit 18 Jahren))

Mario Moniz Pereira, portugiesischer Cheftrainer Lauf, Betreuer der erfolgreichen Läufer, wie Olympiasieger Lopez, Weltrekordler Mamede, die Brüder Castro, etc.)

Luis Miguel Landa, spanischer Nationaltrainer für Langstrecke/ Marathon/Cross.

Das Anspruchsniveau der einzelnen Referate war höchst unterschiedlich und litt zum Teil unter schlechten Übersetzungen. Alle Referenten hoben die Notwendigkeit der Individualisierung des Trainings hervor und daß keine Methode, auch nicht die ihre, die einzig richtige sei. Zu berücksichtigen ist, daß besonders Spanien und Portugal vor allem durch die Leistungsdichte die mit Abstand erfolgreichsten Nationen im Langstreckenlauf (inkl. Marathon) in Europa sind.

Marajo betonte die Bedeutung des Krafttrainings vor allem für 800-m-Läufer, wobei er seine gute Erfahrung mit einer blockweisen Belastungssetzung innerhalb eines Mikrozyklus hervorstrich (konzentriert von jeweils Freitag - Sonntag). Das Krafttraining wird ganzjährig mit unterschiedlicher Schwerpunktsetzung beibehalten. In der VP1 wird ein allgemeines Zirkeltraining mit hoher kardiopulmonaler Belastung eingesetzt. („Hf wird bei ca. 180 gehalten, zwischen den Stationen (je ca. 3') wird langsam gelaufen, der Körper systematisch durchgearbeitet,“). In der VP2 wird dann eher spezielle Kraft, v.a. Sprünge mit und ohne Zusatzlast, trainiert. Insgesamt ist Marajo sicherlich ein Vertreter des eher intensitätsorientierten 800-m-Trainings mit relativ geringen km-Umfängen.

Vögtli berichtete, wie er in einer polysportiven Sportgruppe (Turner, Ringer, Schwinger, ...) auf André Bucher gestoßen ist. Ab 14 Jahre wurde ein gezieltes Training durchgeführt (allgemeines, vielseitiges Ausdauertraining), erst ab 17 Jahre erfolgte die Orientierung auf die Mittelstrecken. Obwohl Vögtli immer wieder die Vielseitigkeit, Leichtigkeit und Belastungsreserven des Trainings hervorhob, zeigt eine Analyse konkreter Trainingswochen einen hohen Anteil von tw. hochlaktaziden Belastungen und vielen „Mischprogrammen“. Aussagen zur Pausengestaltung (z.B. 6 Minuten als „vollständige Pause“ nach 600m in 1:19) und Intensitätssteuerung zeigen einerseits die extreme Belastungsverträglichkeit des akzelerierten Juniors André Bucher, andererseits aber auch interessante Interpretationen physiologischer Grundlagen. Vögtli sieht sich selbst auch nicht als Trainer im Leistungssport (er hat auch nie ein Buch darüber gelesen), son-

dern möchte im Breitensport bleiben. Der Erfolg gibt ihm jedenfalls recht. Er gesteht ein, daß ihm André Bucher „passiert“ sei, und er nicht das Produkt irgendeines Systems sei. Besonderes Augenmerk wird auf die vorsichtige und systematisch geplante Belastungssteigerung von Jahr zu Jahr gelegt. Nach seinen Aussagen könne die Entwicklung durch Berufsausbildung und Militärdienst die nächsten Jahre nicht so weiter gehen. Wie jeder andere Schweizer muß Bucher seinen Militärdienst absolvieren, es gibt keine der HSNS entsprechende Einrichtung.

Er schätzt die gute Zusammenarbeit mit der Rennbahnklinik in Muttens, wo zweimal jährlich ein Stufentest mit Laktatbestimmung zur Festlegung der Dauerlauf-Bereiche durchgeführt wird. André bekommt Hf-Vorgaben und absolviert jedes Training mit dem Pulsmeßgerät. Die Unterstützung durch den Schweizer Leichtathletikverband sei sehr gut, man lasse ihn in Ruhe arbeiten und ermögliche (d.h. finanziere) eine gute medizinische und physiotherapeutische Betreuung. Er begrüßt das Schweizer Förderungssystem, wo auch im Nachwuchsbereich einzelne Sportler und funktionierende Trainingsgruppen individuell gefördert werden (kein Gießkannensystem). Er hebt auch die Wichtigkeit kleiner polysportiver (verwandte Sportarten) Trainingsgruppen hervor, „wo jeder genau weiß, was er will“. Von zentralen, großen Leistungszentren hält er im Nachwuchsbereich gar nichts.

Für österreichische Verhältnisse sind auch die folgenden Bemerkungen interessant: Die Leichtathletik (bes. der Laufbereich) sei in der Schweiz so populär, daß viele Talente aus anderen Sportarten abgezogen werden. U.a. sei durch einen „Gönnerverein“ so viel Geld vorhanden, daß sie gar nicht wüßten, was sie mit dem vielen Geld tun sollen. Die Finanzierung der nächsten Jahre sei auf alle Fälle gesichert.

Pereira:

Der portugiesische Vortrag litt leider unter der schlechten Übersetzung. Trotzdem ist die Einfachheit und die klare Systematik des Trainingskonzeptes beeindruckend. Die Auswahl bestimmter Dehnungsübungen und die Art der Durchführung (auf Video demonstriert) veranlaßte den deutschen Disziplingruppentrainer Lothar Hirsch zu der Aussage: „Bei uns brauchen die Sportler 4 Wochen Einschulung beim Krankengymnasten, damit sie 3 Übungen beherrschen.“

Die Portugiesen trainieren in großen Gruppen (lange Dauerläufe mit mehr als 30 Sportlern), was bei der großen Leistungsdichte der Läufer in Portugal kein Problem darstellt.

Der Marathon wird kaum speziell trainiert. Pereira meint, daß jeder Langstreckenläufer durch die kontinuierliche Trainingsarbeit mit ca. 30 Jahren reif für den Marathon sein müßte. Ein Blick auf die portugiesische Bestenliste zeigt, daß die persönlichen Bestleistungen im Durchschnitt mit 34 - 35 Jahren erreicht werden, d.h. nach 15 - 20 Trainingsjahren! Bei den Männern muß man unter 2:11:45 laufen, um zu den schnellsten 10 Portugiesen zu gehören, bei den Frauen unter 2:40.

In Übereinstimmung mit seinem spanischen Kollegen sieht er keine Notwendigkeit für längere, ruhige Dauerläufe („long jogs“ über 25 km), da diese bei den Klasseläufern nicht mehr trainingswirksam wären. Der Bereich des Fettstoffwechsels werde bei Dauerläufen über 20 - 25km bei einer Intensität, die fast an das Marathontempo herankommt, am besten entwickelt.

Landa:

Der spanische Lauftrainer Landa sieht sich selbst von Finnland und Italien beeinflusst. Er hat auch in Spanien den Verbandsbereich komplett neu organisiert, wo früher eher Chaos geherrscht hätte. Es sind zwar über das ganze Land Leistungszentren verteilt, die meisten Sportler trainieren aber mit ihren Heimtrainern allein. Vor Beginn jeder Saison gibt es Mannschaftstreffen, wo die Planung gemeinsam von Athlet, Verein, Trainer und Verband besprochen wird. Auf einem Formblatt für den Verband muß der Sportler u.a. alle gewünschten Wettkämpfe und deren Priorität im Vorhinein exakt festlegen. Die international startenden Athleten bekommen für jeden Monat eine Höchstzahl von Wettkämpfen bewilligt. (1 - 3 Langstreckenstarts) Die Sportler (bis hinunter in den Juniorenbereich) und die Trainer werden vom Verband sehr gut bezahlt („Stipendien“). Die besten Sportler (Olympia A-Kader) erhalten je ca. ÖS 280.000.- pro Jahr Basisförderung. Dazu kommen hohe Leistungsprämien (Punktesystem). Der Trainer bekommt jeweils die Hälfte jedes betreuten Sportlers. Für jeden „Fehler“ (z.B. Teilnahme an einem nicht geplanten, aber lukrativen, Straßenlauf) werden 10% der Basisförderung gestrichen. Insgesamt gehören dem Olympiakader Mittel- und Langstreckenlauf 26 Athleten an. Selbst die Juniorenkadersportler erhalten pro Jahr ca. ÖS 85.000.- Basisförderung pro Jahr. Trainer, die kooperativ mit dem Verband zusammenarbeiten, werden besonders gefördert („die anderen sollen das merken“). Ein großes Problem in Spanien liege darin, daß das Langstreckenlaufen so populär ist, daß alle nur laufen wollen.

Zum Training selbst:

Das Hauptproblem im Marathonlauf sei die Grenze der Belastungsverträglichkeit. (Umfang und Intensität). Neben der Entwicklung der Ausdauer stellen deshalb Kraft, Beweglichkeit und der Lauftechnik weitere wichtige Komponenten dar. Für das Training der spezifischen Schnelligkeit der Langstreckenläufer wird auch mit den Trainern aus dem Sprintbereich zusammengearbeitet. Die Entwicklung der Dehnfähigkeit sei vor allem für Straßenläufer wichtig. Dynamische Dehnungsübungen sind genauso wichtig wie statische. Statische Übungen (stretching) brächten zwar einen um ca. 20% besseren Effekt, allerdings leide die Dynamik darunter.

Das allgemeine Konditionstraining wirkt sich in zweifacher Hinsicht positiv aus: erstens spricht der Sportler dann einfach besser auf das Ausdauertraining an, zweitens kann durch die Krafttraining verbesserte Belastungsverträglichkeit und geringere Verletzungsanfälligkeit mehr Umfang absolviert werden.

Landa ist wie Pereira kein Anhänger extrem hoher Umfänge. Im Gegensatz zu den Italienern (vor einigen Jahren noch bis zu 280km pro Woche) trainieren die spanischen Marathonläufer (u.a. die ersten 3 bei der letzten Europameisterschaft) maximal 240 - 250km pro Woche. Selbst das sind Spitzenwerte, der Durchschnitt liegt unter 200km und inkludiert das Konditionstraining, das bei der Auswertung des Trainingsumfanges pro 5 Minuten mit einem Laufkilometer gleichgesetzt wird.

Das Konditionstraining wird am Anfang der VP einmal täglich absolviert, später wird es natürlich zunehmend von speziellen Inhalten verdrängt. In der UWV wird das Konditionstraining nur mehr 3 mal in 2 Wochen absolviert.

In der Übergangsperiode wird keine Trainingspause (früher 14 Tage) eingelegt, sondern bewußt an Schwächen (z.B. Beweglichkeit) gearbeitet.

Bei Landa und Pereira herrscht Übereinstimmung bei der Einschätzung von Höhenttraining. Nach langjährigen Erfahrungen an verschiedenen Orten setzen jetzt die Läufer bis auf wenige Ausnahmen kein Höhenttraining ein. Die Begründung liegt erstens in der Unmöglichkeit von längeren Dauerläufen in der Nähe des Wettkampftempos, zweitens in den organisatorischen und psychologischen Problemen bei Höhenttrainingslagern. Die Spanier trainieren vorwiegend in Höhen von ca. 1000m (fast ganzjährig), wo gute klimatische

Bedingungen herrschen und die Blutbildveränderungen (z.B. Hb) den Aufenthalten in größeren Höhen entsprechen. Lediglich die Wirkung derartiger „Höhenaufenthalte“ hält nicht so lange an, deswegen werden die Hauptwettkämpfe auch näher nach dem Ende des Höhenttrainings eingeplant.

Völlig unsinnig halten beide Trainer den Einsatz von Höhenttraining während der unmittelbaren Wettkampfvorbereitung (innerhalb der letzten 5 Wochen) vor Wettkämpfen in Klimazonen wie Atlanta. Die Umstellung auf das heiße und feuchte Klima wäre sonst zu extrem. Die spanischen Oympiateilnehmer werden deshalb während der nächsten Monate mehrmals kürzere Trainingsaufenthalte in klimatisch ähnlichen Verhältnissen absolvieren (Puerto Rico, Bahamas, etc.). Damit könne ein spezifischer „Gedächtnisinhalt“ im Organismus gegründet werden, der zu einer schnelleren Anpassung in Atlanta führt. Die normalerweise notwendige Anpassungsdauer von 14 Tagen kann so reduziert werden und damit ist ein qualitativ besseres Training bis näher an die Olympischen Spiele heran möglich.

Pereira meint, daß Aufenthalte in größeren Höhen (übliches Höhenttraining) nur für jene Sportler sinnvoll wären, die in dieser Höhe aufgewachsen sind.

Auch die italienischen Läufer führen mittlerweile kaum mehr Höhenttrainings durch, nachdem man damit kaum gute Erfahrungen gemacht hat. Jetzt wird auch dort ein Großteil des Trainings auf ca. 1.000m absolviert.

Landa: „Die meisten (europäischen) Läufer gehen deshalb in die Höhe, weil die anderen auch gehen.“

Die Aufgaben der Leistungsdiagnostik sieht er vor allem in einer Objektivierung der Belastungsverträglichkeit. „Derjenige, der genau die Grenze der Belastungsverträglichkeit findet, wird ewiger Sieger sein.“

Die verwendeten Untersuchungsmethoden und biochemischen Parameter entsprechen im wesentlichen den Möglichkeiten, die auch den österreichischen Läufern durch das IMSB offenstehen. Zur Festlegung der Dauerlaufbereiche wird genauso ein 5 x 2000m Feldtest unter standardisierten Bedingungen eingesetzt, wobei natürlich die individuelle Interpretation im Vordergrund steht.

WILHELM LILGE



AUF EIN HÖHENTRAINING VERZICHTET Marathon-Weltmeister Martin FIZ. Der Spanier bereitete sich in den heimischen Pinienwäldern auf die Titelkämpfe vor. Bild: ADWO

DIE ERSTE PERSONELLES

TODESFÄLLE

45-jährig verstarb am 12. Oktober bei Reparaturarbeiten an seinem Haus in Feldkirchen an den Folgen eines Unfalls ADOLF PECZELT. Der Wiener gehörte in seiner Jugend zur Trainingsgruppe von Rudi Klaban. 1972 übersiedelte er nach Kärnten und setzte dort vor allem im Schulsport Akzente. In seiner Lieblingsdisziplin Weitsprung war er mehrmals Wiener Meister und bei österreichischen Meisterschaften im Vorderfeld platziert. Sein Leben gehörte dem Sport. Er versuchte vor allem in seiner Funktion als Lehrer die positiven Werte des Sports weiterzugeben. Vielleicht war es Schicksal, daß vier Tage vor seinem Tod Peczelts ältester Sohn Kärntner Juniorenmeister im Zehnkampf wurde.

Unter den vielen hundert Menschen, die ihn zur letzten Ruhe begleiteten, waren auch die Landesverbandspräsidenten von Kärnten und Wien, Christian Käfer und Roland Herzog. Für seine Freunde und Weggefährten ist „Dolfi“ nicht vergessen.



Österreichs bekanntester Sportstatistiker ERICH KAMPER (Bild) ist am 9. November im Landeskrankenhaus Graz im 82. Lebensjahr verstorben. Kamper war als Reporter bei 13 Olympischen Spielen, schrieb für zahlreiche Sportzeitschriften und Tageszeitungen und hat sich mit der Herausgabe mehrerer Bücher unvergesslich gemacht. 1987 verlieh ihm das Internationale Olympische Komitee als viertem Sportjournalisten der Welt in Anerkennung seiner Verdienste den Olympischen Orden. „1950 gründete Erich Kamper in Brüssel innerhalb eines Gremiums von elf Fachleuten den späteren Weltverband der Leichtathletik-Statistiker (ATFS), dessen inzwischen rund 350 Mitarbeiter bis heute alljährlich eindrucksvolle Jahrbücher publizieren“, schrieb sein Kollege Hans-Peter Car aus Deutschland. „Wenn ein Greis stirbt, brennt eine Bibliothek.“ Für Car weckte dieser plakative Aphorismus Assoziationen im Zusammenhang mit dem plötzlichen Tod des Kollegen.

Für mein eben erschienen Buch „LEICHTATHLETIK Bilderbogen“ habe ich Erich Kamper vor einem Jahr um die Rechte zur auszugsweisen Veröffentlichung der Staatsmeister seines 1986 erschienenen Werks „Österreichs Leichtathletik in Namen und Zahlen“ gebeten. Er schrieb mir: „Gerne komme ich Ihrem Wunsch nach, die oberösterreichischen Staatsmeister aus meinem Buch zu zitieren. Es ist mir sogar eine ehrliche Freude, Ihnen mit dieser Zusage ein klein wenig behilflich sein zu können, denn ich weiß sehr genau, wie schwierig es heutzutage ist, ein Buchprojekt wie das Ihre realisieren zu können. Mit den besten Erfolgswünschen für Ihren „Erstling“, aber auch für Ihr Wirken zum Wohle für die Leichtathletik verbleibe ich Ihr Erich Kamper.“

An meine einzige Begegnung mit Erich Kamper zu seinem 80. Geburtstag erinnere mich die Begebenheit, daß er Golddukat, die er vom Österreichischen Leichtathletikverband zum Ehrentag bekam, sofort an den Präsidenten des „Klubs der Steirischen Meister“ Hans Pötsch „zur Förderung der Nachwuchsatleten“ weitergeschenkt hatte.

KURT BRUNBAUER

GEBURTSTAG



60 Jahre und kein bißchen leise: Der, für den das gilt, wie für kaum einen anderen, heißt FRANZ PUCKL (Bild). Der Laufsport und vor allem der Berglauf hat in dem am 30. Dezember 1935 geborenen Tiroler seit vielen Jahren einen wahrhaft „Besessenen“. Wobei das positiv und über die Grenzen Österreichs hinaus zu sehen ist. Chef des LSV 1990 Kitzbühel oder Veranstalter von Berg- oder Straßenläufen zu sein, ist dem aktiven „Sechziger“ lange nicht alles. Selbst zu laufen zählt. Jeden seiner unzähligen Wettkämpfe verewigt Puckl in einem Heftchen. Zielt die Veranstaltung ein Stempel, ist die Eintragung noch wertvoller.

GEBURT

Österreichs 3.000-m-Hallen-Europameister von 1986, DIETMAR MILLONIG, wurde am 24. November Vater. Seine Frau Sigrid brachte in St. Johann in Tirol ein Mädchen zur Welt. Millonig, bei der Geburt dabei: „So etwas ist schwieriger als Europameister zu werden.“ Die Kleine wird auf den Namen Julia getauft.

DIE ERSTE BUCHTIPS



DAS GROSSE BUCH DER OLYMPISCHEN SPIELE

Christian Zentner: Band Nr. 0460, 320 Seiten, 422 Abbildungen, COPRESS Verlag München 1995, S 609.-

Hundert Jahre Olympische Spiele der Neuzeit - 1996 ist es so weit. Bei der Wiederbelebung der olympischen Idee 1896 konnte der Initiator Pierre de Coubertin nicht ahnen, daß sich aus den bescheidenen Anfängen die größte Sportveranstaltung der Welt entwickeln würde. Das umfassende Werk beinhaltet alles Wissenswerte über die hundertjährige Geschichte. Von A (wie A-Note) bis Z (wie Zwölfkampf) reichen rund 1200 Stichwörter, ergänzt durch exakte Statistik und über 400, zum Teil seltene Bilddokumente. Besonders hervorgehoben wurden dramatische Entscheidungen, sensationelle Rekorde, tragische Niederlagen und sportliche Höchstleistungen.

Urteil: Bei dieser Lektüre kommt der Sport-Fan voll auf seine Kosten. Ein Muß für alle Olympier!

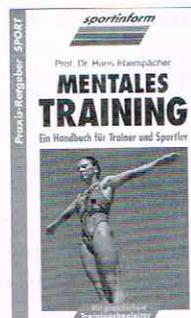


KÖRPERSCHULE Das Programm für die Gesundheit

Frank Bittmann (Hrsg.): 224 Seiten, rororo Sportverlag, Reinbeck b. Hamburg 1995, ca. S 180.-

Wirbelsäulengymnastik, Haltungs- und Rückenschule erleben in den letzten Jahren einen regelrechten Boom, was auch durch zahlreiche Neuerscheinungen dokumentiert wird. Bittmann geht als Herausgeber der Körperschule einen Schritt weiter: Als herkömmliche Literatur zum Thema. Körperschule beginnt und endet er nicht bei Übungen der Wirbelsäulengymnastik, sondern setzt sich intensiv mit Haltung und Bewegungsmustern des Menschen auseinander. Die Körperschule zeigt, daß jeder präventiv Haltungsschäden entgegenwirken kann. Übungen zur mentalen Entspannung und Schulung der Wahrnehmung bilden die Grundlage des Übungsprogrammes. Die Dehnung verkürzter Muskulatur ist der nächste Schritt, bevor versucht wird, falsche Bewegungsmuster zu korrigieren.

Urteil: Auch wenn dieses Buch auf den ersten Blick nicht als leichtathletikspezifische Literatur eingeordnet wird, so kann man speziell in der momentanen Trainingsphase von den vorgestellten Übungen für die tägliche Gymnastik profitieren. Die Grundgedanken und -überlegungen können auch dem versierten Trainer helfen, Ursachen technischer Defizite und falscher Bewegungsmuster zu erkennen und erfolgreich zu beheben, wenn er bereit ist, neue Wege zu gehen.



MENTALES TRAINING

Ein Handbuch für Trainer und Sportler

Hans Eberspächer: 124 Seiten + 16 Seiten Trainingsbegleiter, Verlag Sportinform, München 1995, ca. S 233.-

„Sieger zweifeln nicht, Zweifler siegen nicht“, dieses vielzitierte weil griffige Zitat Armin Baumerts, Leistungssport-Chef des DSB, charakterisiert punktgenau, wo Siege entstehen.

Erfolg oder Niederlage - nicht selten entscheidet darüber die Fähigkeit, psychischem Leistungsdruck standzuhalten, Konzentrationsschwächen auszugleichen und sich selbst zu motivieren. Spätestens nach der ersten unnötigen Niederlage sind sich Sportler und Trainer der Bedeutung mentaler Fähigkeiten bewußt.

In diesem Praxisratgeber findet der Leser fundiertes Wissen für die Praxis aufbereitet. Zahlreichen anschaulichen Beispielen und Darstellungen kann man Ratschläge für das Training der eigenen mentalen Fähigkeiten entnehmen. Im zusätzlich beigefügten Trainingsbegleiter wird darüber hinaus das genaue Vorgehen in der Praxis Schritt für Schritt erläutert.

Urteil: Das ideale Geschenk für Athleten, die sich beim Sport auch etwas denken.

SERVICE

Briefe an die Redaktion: LEICHTATHLETIK
Eichendorffstraße 16, 4020 Linz

AUTOGRAMMADRESSEN

Allen Johnson (USA), Weltmeister '95 über 110 m Hürden, Hallen-Weltmeister '95 über 60 m Hürden '95. Anschrift: T.C. Management, Inc. P.O.Box 7959, Culver City, California 90233, USA.
Max Wenisch (HSV Melk), Österreichischer Staatsmeister im Marathon '94 und '95, Halbmarathon '94, Teilnehmer an der World Trophy im Berglauf '95. Anschrift: St. Paulgasse 6/28, 3500 Krems.

STATISTIK / MAGAZINE

Ewige ÖLV-Seniorenbestenliste, Stand 1995. Zum Unterschied zu den bisherigen Bestenlisten, die nur Ergebnisse von Seniorenwettkämpfen zur Basis hatten, sind in der neuen Ausgabe alle LA-Wettkämpfe berücksichtigt. Die Bestenliste umfasst den Teil „Stadionathletik“ und „Straßenlauf“ (-gehen). Je Exemplar S 130.-. Zu bestellen bei: Ewald Schaffer, Hofmühlengasse 13/II/23, 1060 Wien.

Jahres-Weltbestenliste 1994 (Top 50), 50 Seiten, Einzelblätter, geheftet, Format A-4. S 20.- zzgl. Versand- und Portospesen. Zu bestellen bei: Helmut Mitterlehner, Brückengasse 10/15, 3340 Waidhofen/Ybbs, Tel. 07442/33853.

IAAF-Magazin, Heft 1/1995, englisch/französisch, 80 Seiten, Format A-4. Hochglanz, tolle Farbfotos, Vorschau auf Hallen-WM, World Marathon Cup und World Walking Cup, Portrait William Sigei, Merlene Ottey, Venuste Niyongabo, Chi Cheng (100 m Hürden / 1970), Doping, ein Reporter läuft den New York-Marathon und einiges mehr. S 50.- zzgl. Versand- und Portospesen. Zu bestellen bei:

Helmut Mitterlehner, Brückengasse 10/15, 3340 Waidhofen/Ybbs, Tel. 07442/33853.
IAAF-Magazin, Heft 2/1995, englisch/französisch, 80 Seiten, Format A-4. Hochglanz, tolle Farbfotos, Berichte von Hallen-WM, Crosslauf-WM, World Marathon Cup, Sergey Bubka, Yolanda Chen, Linford Christie, Maria Mutola und einiges mehr. S 50.- zzgl. Versand- und Portospesen. Zu bestellen bei: Helmut Mitterlehner, Brückengasse 10/15, 3340 Waidhofen/Ybbs, Tel. 07442/33853.

FANARTIKEL

Autogrammkarte von der WM 1995 Göteborg mit Fotos aller Österreich-Teilnehmer. S 50.- inkl. Versand und Portospesen. Zu bestellen bei: Christoph Michelic, Rosenthalgasse 3, 1140 Wien, Tel. 0222/9119876.

Telefonwertkarte von der WM Stuttgart 1993 mit Veranstaltungslogo. S 120.- zzgl. Versand- und Portospesen. Zu bestellen bei: Helmut Mitterlehner, Brückengasse 10/15, 3340 Waidhofen/Ybbs, Tel. 07442/33853.

SPORTARTIKEL

Oxygen Inline Skater, Top Modell Kr01 - blau, wie neu, Größe 43/44. Neupreis S 3.990.-, VP S 2.500.-. Informationen: Erwin Unter, Werfelweg 9a, 4030 Linz, Tel./Fax 0732/314473.

SPORTMEDIZIN

Laktat-Test, Kosten pro Person S 600.- inkl. Auswertung. Informationen: Erwin Unter, Werfelweg 9a, 4030 Linz, Tel./Fax 0732/314473.

TRAINING

Wohnmöglichkeit um S 140.-/Tag in seinem Bungalow auf Gran Canaria bietet erfahrener Kapfenberger Läufer für 1 bis 2 Personen an. Gute Infrastruktur (Stadion 10 Laufminuten, Swimmingpool in Anlage, Tennisplatz S 50.-/Stunde, ect.).

Auskünfte: Helmut Linzbichler, Tel./Fax 03862/23030 oder Tel. 0664/3071506.

VEREIN

ULV Krems: Neue Anschrift: Dr. Eduard Holzer, Badgasse 17, 3562 Schönberg, Tel. 02733/203.

MEINUNGEN

Leserzuschriften müssen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion widerspiegeln

Kärntens Antwort auf McKoy's Einbürgerung

Nicht in Oberösterreich, wo man sich von der vehement betriebenen Blitzeinbürgerung des Olympiasiegers neue Impulse - wohl für den Hürdensprint - erhofft hat, sondern in Kärnten wachsen die Hürdentalente heran. Von der Schüler- bis zur Allgemeinen Klasse wanderten in diesem Jahr alle Hürdentitel in unser Bundesland. Schüler: Ferdinand Orieschnig mit ÖLV-Bestleistung von 13,83 Sekunden; Jugend und Junioren: Franz Petter, der in diesem Jahr den österreichischen Jugendrekord auf auch international beachtliche 13,90 Sekunden gebracht hat; U-23: Elmar Lichtenegger, über dessen enorme Leistungssteigerung von 14,91 auf 13,84 Sekunden berichtet wurde; und bei den Männern Herwig Röttl, der sich in diesem Jahr seinen Traum vom Eigenheim als tatkräftiger Häuslbauer verwirklicht hat und daneben doch ganz beachtliche Hürdenleistungen erzielt hat. Auf die Signalwirkung in Oberösterreich warte ich mit Spannung. Vielleicht werden einige junge Talente zu Trainingskursen nach Florida oder Monte Carlo eingeladen!

HERBERT GRATZER, Sportwart des KLV



UNSERE KÜCHENCHEFIN EMPFIEHLT

Sauerkrautsuppe

1 große Zwiebel, 50 dag Sauerkraut, 1 Eßl. Butter, 1 Eßl. edelsüßes Paprikapulver, 1 l Gemüsesuppe (Würfel), 1 große mehliges Kartoffel, 1 Eßl. Kümmel, weißer Pfeffer, Schnittlauch, Sauerrahm

Zwiebel schälen und fein hacken. Sauerkraut kleinschneiden. Butter zerlassen, Zwiebel darin anschwitzen, Sauerkraut zugeben und kurz mitbraten. Paprikapulver untermengen und mit Suppe aufgießen. Kartoffel schälen, waschen und in die Suppe reiben. Kümmel und Pfeffer dazugeben. Bei schwacher Hitze ca. 30 Minuten kochen. Mit Schnittlauch bestreut und mit einem Löffel Sauerrahm garnieren.

Spinatkuchen mit Topfen

(Menge für 1 Backblech)

Teig: 40 dag Dinkelmehl, 1 Pckg. Trockengerst, ca. 1/4 l Wasser (je nach Mehlsorte), 3 Eßl. Öl, 1 Tl. Kräutersalz

Belag: 1 kg Blattspinat (Tiefkühlware), Kräutersalz, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Eßl. Butter, 2 Eier, 50 dag Topfen, 10 dag Sonnenblumenkerne, Muskat, Pfeffer

Aus den Teigzutaten einen Germteig bereiten, den man ca. 45 Minuten rasten läßt, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

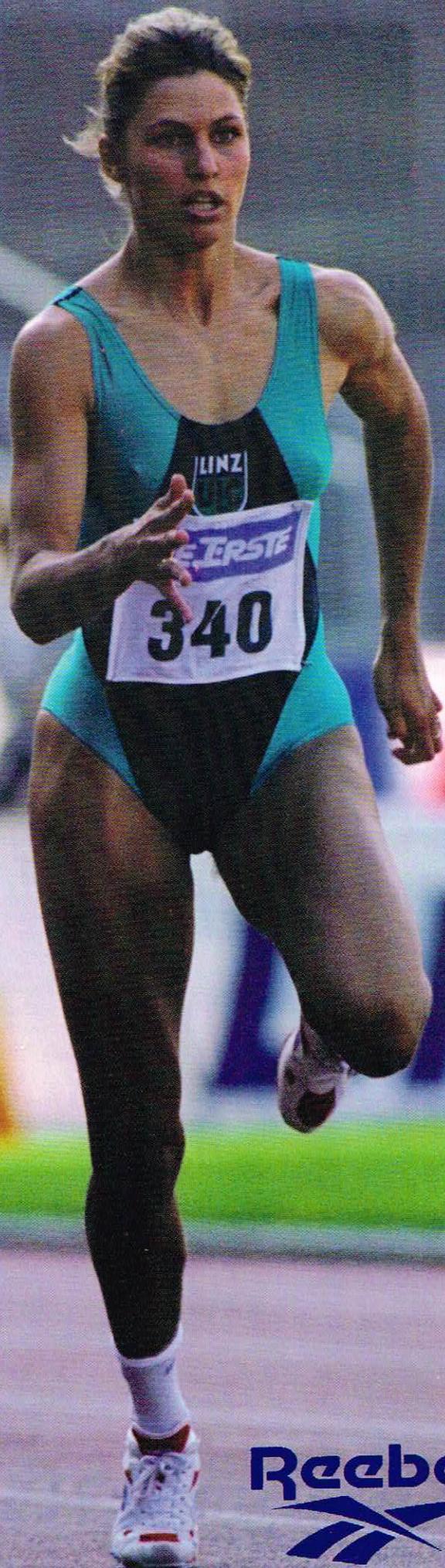
In der Zwischenzeit die Fülle zubereiten: Spinat auftauen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und in Butter anschwitzen, Spinat dazugeben und weichdünsten. Spinat abkühlen lassen, salzen und dann mit Eiern, Topfen, Sonnenblumenkernen, Salz, Muskat und Pfeffer verrühren. Teig auswalzen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und darauf die Fülle verteilen. Ins kalte Rohr schieben und bei 170 Grad ca. 35 Minuten backen.

Mohn-Apfel-Torte

60 dag Äpfel, 1 Eßl. Zitronensaft, 5 Dotter, 8 dag Honig, 1 Pckg. Vanillezucker, 1 Eßl. Rum, 1/2 Tel. Zimt, geriebene Schale einer Zitrone, 5 Eiklar, 8 dag Honig, 15 dag gemahlener Mohn, 15 dag geriebene Walnüsse, 5 dag Weizenvollmehl

Äpfel schälen, in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft marinieren. Dotter mit Honig, Vanillezucker, Rum, Zimt und Zitronenschale dickschaumig aufschlagen. Eiklar steifschlagen, den Honig einrühren. Schnell locker unter die Dottermasse heben. Mohn, Nüsse und Mehl vermischen und mit den Apfelwürfeln in die Masse einrühren. In einer Tortenform bei 170 Grad ca. 40 Minuten backen.

Gutes Gelingen und einen fröhlichen Jahresausklang wünscht Euch
SANDRA BAUMANN



Steckbrief:

Geboren: 4. Juni 1971 in Steyr
 Größe: 1,77 m
 Gewicht: 67 kg
 Beruf: Bankangestellte
 Familienstand: verheiratet mit Peter
 (Staatsmeister 400 m Hürden)
 Trainer: Alois Knoll

Persönliche Bestleistungen:

100 m: 11,74 sek (1992)
 200 m: 23,74 sek (1992)
 100 m Hürden: 13,92 sek (1995)
 Weit: 5,98 m (1995)

Leistungsentwicklung:

	100 m:	200 m:	100 m Hürden:
1987:	12,96	26,19	-
1988:	12,70	25,89	-
1989:	12,24	25,18	-
1990:	12,17	24,80	14,78
1991:	12,04	24,66	14,49
1992:	11,74	23,74	14,26
1993:	11,90	24,34	14,30
1994:	11,86	24,30	14,32
1995:	11,82	24,20	13,92

Erfolge:

- 1991: Österr. Staatsmeisterin 4 x 100 m
- 1992: Österr. Staatsmeisterin 4 x 100 m, 4 x 400 m
- 1993: Österr. Staatsmeisterin 4 x 100 m, 4 x 400 m
 Int. Union-(FICEP-)Europameisterin 100 m, 200 m
- 1994: Teilnehmerin an den Europameisterschaften in Helsinki (4 x 100 m)
 Österr. Staatsmeisterin 4 x 100 m, 4 x 400 m
 Österr. Rekord 4 x 100 m (44,63 sek,
 mit Doris Auer, Sabine Tröger, Dagmar Hölbl)
- 1995: Österr. Staatsmeisterin 100 m Hürden, 4 x 100 m

Von KURT BRUNBAUER

(ULC Linz-Oberbank)
Karin Knoll

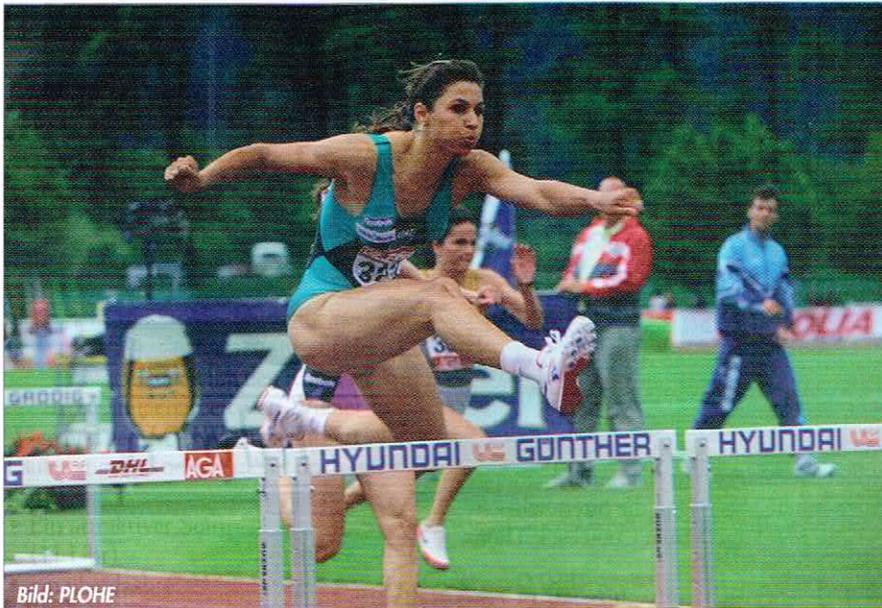


Bild: PLOHE

Ein paar Hürden zum Glück

Das Stiegenhaus ist das private Fotoalbum, jeder Treppenabsatz eine neue Seite im Leben von Karin und Peter Knoll. Bild für Bild, jedes feinsäuberlich glasgerahmt, dokumentiert die Sportlerlaufbahnen. Wer sie aufgehängt hat? „Peter hat genagelt, ich bin sein Augenmaß!“ antwortet die junge Hausfrau, von Beruf Bankangestellte, im Nebenerwerb ohne Erwerb Sprinterin. Die Dachgeschoßwohnung im Haus von Karins Großmutter in St. Valentin bietet mit holzverkleideten Schrägen wohligen Komfort. Schwarzweiß-Aufnahmen im Wohnzimmer zeichnen einen scharfen Kontrast zur farbigen Treppengalerie.

Die eigenen vier Wände sind dem Paar, das seit April 1994 ein Ehepaar ist, eine Oase der Ruhe im turbulenten Alltag. Ganztagsarbeit, Leistungssport und Haushalt sind von der Frau unter ein Sportlerkapperl zu bringen. Der Putzteufel reitet sie nicht, die häuslichen Pflichten geraten darum nicht zur Belastung, sagt Karin. Der Gatte unterstützt den Haushalt: „Wir freuen uns auf Besuch, dann wird gemeinsam zusammengeraumt.“

Ehemann Peter, regierender Staatsmeister im 400-Meter-Hürdenlauf, genießt den Vorteil der Heeresport- und Nahkampfschule des Bundesheeres, die ihm Zeit für Training und Studium schafft. Karin muß ihre sportlichen Ambitionen auf die Zeit nach 17 Uhr und die Wochenenden konzentrieren. Die gelernte Friseurin und Kosmetikerin hat sich abgescminkt, auf Unterstützung durch Dritte zu hoffen. Sie selbst glaubt mit 24 Jahren am Beginn der Leistungskarriere zu sein und das Potential für zwei Olympiaden zu haben, „in Österreich findet man Leichtathletinnen dieses Alters allerdings nicht mehr förderungswürdig.“ Limits und Kadernominierungen motivierten wenig. Es zähle nur der Nachwuchs. Der „g'rade Michl“ sagt was er denkt, wissend, sich damit nicht immer Freunde zu machen. Ja das Temperament. Dabei wäre sie gegenüber früher viel ruhiger,

beschwichtigt sie sich selbst und der Herr Gemahl wirft grinsend ein, daß es wohl die Fesseln der Ehe wären, die den Vulkan am Ausbruch hindern.

Sport war in Karins Familie immer ein Thema, nur Leichtathletik nicht. 60 Meter laufen oder Weitspringen waren verhaßte Pflichtübungen in der Schule. „Alles viel zu anstrengend“, erinnert sie sich lieber an Volley- und andere Ballspielereien. Die Mitgliedschaft im Turnverein, bei dem der Opa Obmann war, endete aus Wachstumsgründen. Ein Onkel, der die Leichtathletikfunktionärin Erika Strasser kannte, vermittelte der Niederösterreicherin im August 1986 ein Training beim ULC Linz. Einmal pro Woche brachten sie die Eltern nach Linz zum Training. Sollte ihr etwa dieser Sport gefallen? Bis dahin hatte sie wenig Ausdauer. Tennis, Jazzgymnastik, Reiten: Kaum probierte sie eine Disziplin aus und besorgte sich die passende Ausrüstung dazu, war ihr die Freude vergangen. „Zu den Pferden hatte ich kein Vertrauen, da laufe ich lieber selber“, entschloß sie sich zu mehr und regelmäßigem Sprinttraining. Und dann war da noch ein fescher Bursch, wegen dem es sich angeblich auszahlte, jeden Wochentag ins Training zu gehen. Dank Peter wurde aus der Plagerei Vergnügen. Karin, aus der Großfamilie Mayr („in St. Valentin gibt es 50 Mayr's im Telefonbuch“), wurde in die Großfamilie Knoll integriert. Der Schwiegervater in spé wurde der Trainer, Peters Geschwister Nikola und Klaus Trainingskollegen.

Von Zwiespalten und Einträchtigkeiten

Launenhaft und schlagfertig sieht sich die Zwillinggeborene, und so oder ähnlich verhält es sich wohl auch mit anderen österreichischen Spitzensprinte-

rinnen. Mittlerweile Staatsmeisterin über 4 x 100 und 4 x 400 Meter mit dem ULC Linz, erhob Karin Mayr-Knoll Anspruch auf einen Platz im Nationalteam. Mit Sabine Tröger, Gabriele Unger und Dagmar Hölbl gelang ihr 1993 ein erster österreichischer Rekord über 4 x 100 Meter, mit Doris Auer für Unger im Jahr darauf beim Guglmeeting in Linz ein weiterer, der die Qualifikation für die Europameisterschaften in Helsinki bedeutete. Der Höhepunkt geriet bekanntlich zum Fiasko. Am Ende einwöchiger Streitereien lag ein verpatzter Staffelwechsel. Knoll als Schlußläuferin betrat die Zielgerade ohne Stab: „Auch ein besonderes Gefühl...“

Die 1,77 Meter große ULC-Linz-Läuferin schiebt keiner der Mitsprinterinnen die Schuld in die Spikes: „Wir sind vier Individualistinnen mit konträren Eigenschaften.“ Das Thema Nationalstaffel hat sich zwischenzeitlich auf den jährlichen Pflichteinsatz im Europacup reduziert und damit erledigt. „Leider“, wie sie bedauert.

Nach einem Superjahr 1992, in dem sie 20 Jahre alte oberösterreichische Landesrekorde von Christa Kepplinger (100 m 11,74 sek, 200 m 23,74 sek) verbesserte, wollte es nicht mehr so richtig laufen. Zehn Trainingseinheiten pro Woche verkraftete der Körper nicht von einem Tag auf den anderen. Umsomehr wuchs das Interesse am Hürdenlauf. Hier schaffte sie jene Steigerungen, die im Flachsprint im Augenblick nicht möglich waren. Bei den Staatsmeisterschaften 1995 in Salzburg, wo sie über 100 Meter Sabine Kirchmaier ziehen lassen mußte, packte sie die Gelegenheit beim Schopf. Statt 200 Meter anzugehen, hürdelte sie - nach sieben Staffelmeisterschaften - zum ersten Einzel-Staatsmeistertitel. 13,92 Sekunden lautete die Bestzeit über 100 Meter Hürden. „Bei schlechter Technik“, wie sie offen bekennt.

Wird nun aus der Sprinterin eine Hürdenläuferin? „Mich stört die ganze Hürde“, möchte sie am liebsten alle Hindernisse aus dem Weg geräumt haben. Das Ich der Sportlerin kämpft mit der Verschiedenartigkeit der Gleichheiten: Auch Hürdenlaufen ist Sprint. Oder werden es am Ende gar noch 400 Meter Hürden? Dem Mann an der Seite würde es gefallen. Gewinnen beide, wie im Sommer in Salzburg, ist das Familienglück komplett. Bleibt einer hängen, leidet er mit dem Partner.

Die Knoll's außersportlich gibt es vielleicht dreimal im Jahr. „Dabei gingen wir so gerne fort.“ Wer Leistungssport zum Lebensinhalt hat, dem bleibt für die Gaudi wenig Zeit. Im Winter Aufbautraining für die Halle, im Frühjahr für die Freiluftsaison, während des Sommers von Meeting zu Meisterschaft, und ist der Herbst im Land, denkt man paarweise wieder an die nächste Saison.

Gefühle hebt man sich für daheim auf, sie sind nicht für den Sportplatz bestimmt. Schwächen werden keine bekanntgegeben. „Selten zeige ich mein wahres Gesicht“, lacht die Athletin, die alleine beim Gedanken an Schokolade dahinschmilzt und sich deswegen einen „elenden Suchthaufen“ schimpft. Das Thema Gewicht ist das einzige, bei dem Karin das Lachen vergehen kann. Also doch eine Schwäche? „Für eine Tafel Milka lauf ich gerne ein paar Kilometer.“

Österreichs erfolgreichstes Leichtathletik-Ehepaar bewegt sich im Gleichgewicht und Gleichschritt über die Hürden auf der Laufbahn des Lebens.

Hoffen auf Comeback Heinrich Thuns

Die Leichtathletiksaison war ein „Interregnum“ zwischen Olympischen Spielen und Europameisterschaften. Diese Zwischenjahre dienten im allgemeinen der Entspannung nach großen Aschenbahnwettkämpfen und dem Aufbau zu neuen Großtaten. Auf internationaler Ebene konnte man freilich in keiner Weise von einer „gemütlichen Saison“ der Rast sprechen. Im Gegenteil, noch selten gab es solch gewaltige Leistungssteigerungen wie anno 1965: Man redete von „sensationellen“ Weltrekorden Clarkes (5.000 m 13:25,8 min, 10.000 m 27:39,4 min), Jazys (Meile 3:53,6 min), Bostons (Weit 8,35 m), Matsons (Kugel 21,51 m), Daneks (Diskus 65,22 m) und Zsivotzkys (Hammer 73,73 m).

In Österreich allerdings war von einem Aufschwung auf breiter Basis nichts zu sehen, wie „Sport und Toto“ kritisch urteilte. Wohl hätte es einige recht erfreuliche Leistungssteigerun-

gen gegeben, aber der ersehnte Brückenschlag zur Europaklasse oder gar zur Weltklasse konnte nicht begonnen werden.

Österreichs Weltklasse-Hammerwerfer der letzten Jahre, Heinrich Thun, warf einmal 63,60 Meter, was angesichts der wenigen Starts, die der nach einer Verletzung nicht voll leistungsfähige Sportler absolvierte, eine großartige Marke war. Die entscheidende Frage lautete aber: Kann die österreichische Leichtathletik mit einem Comeback Thuns rechnen oder nicht?

Rudolf Klaban durfte für sich in Anspruch nehmen, 1965 Österreichs Athlet Nummer 1 gewesen zu sein. Bei den nationalen Titelkämpfen zwar von Volker Tulzer besiegt, bewies Klaban aber bei internationalen Rennen meist durch seinen unglaublichen Siegeswillen, daß er der Europaklasse angehört und Tulzer, was Taktik, Spurtkraft und Routine anbelangt, noch immer überlegen war.

Bei uns vor

30

Jahren

Als „beachtlich“ wurden 58,01 Meter von Diskuswerfer Ernst Soudek kommentiert. Den zweiten Wurfrekord der Saison steuerte WAC-Werfer Walter Pektor bei. Der Wiener erzielte in Preßburg 75,48 Meter und führte damit den „Familienrekord“. Vorher war sein Vater Erwin Pektor Rekordhalter.

Beste Leichtathletin des Jahres 1965 war Erika Strasser mit einer Speerwurf-Bestmarke von 52,10 Metern.

Winterlaufbahn in Feldkirchen

KÄRNTEN. Auf Initiative von Herbert Gratzler, dem Sportwart des Kärntner Verbandes, wurden in Feldkirchen neben einer Dreifachturnhalle auch Indoor-Leichtathletikanlagen errichtet: Sprintern steht eine dreibahnige 60-Meter-Laufbahn zur Verfügung. Eine der Bahnen ist auf 120 Meter verlängert und verkabelt. Eingebaute Lichtschranken ermöglichen eine elektronische Zeitmessung selbst im Trainingsbetrieb. Außerdem gibt es im Sportzentrum wettkampfgerechte Sprunganlagen, sowie einen modernst eingerichteten Krafraum.



DURCH DIESE HOHLE GASSE werden Kärntner Leichtathleten dem Winter davonlaufen.

DIE ERSTE Anlage

WIEN. Jede Leistung hat ihren Preis, besondere Leistungen verdienen einen besonderen Lohn. DIE ERSTE Österreichische Spar-Casse honoriert Erfolge österreichischer Leichtathleten seit Jahren mit einem Set Golddukaten. Mit dem Speer auf „Raubzug“: Gregor Högl. Er bekam zum Weltspartag in Wien für vier österreichische Rekorde im heurigen Jahr vier goldbestückte Etais und ein fünftes für seine Silbermedaille bei der Universiade in Japan. Die Salzburger Bergläuferin Gudrun Pflüger freute sich über den „besonderen Lohn“ für den Sieg bei der World Trophy in Schottland, Ljudmila Ninova landete mit weiten Sprüngen direkt in der Anlageberatung des Geldinstitutes.



UNTERM DACH des ÖLV-Sponsors: ERSTE-Vorstandsdirektor Reinhard ORTNER übergab Golddukaten an Gudrun PFLÜGER, Gregor HÖGLER und Ljudmila NINOVA (von links).
Bild: Sündhofer

31. Dezember: Int. Silvesterlauf, Wien

Nach der letztjährigen, geringfügigen Streckenänderung, findet der heurige Wiener Silvesterlauf auf der „Originalstrecke“, nämlich schlicht und einfach um den Ring (5,2 km) statt. Die Veranstaltung, die in Zusammenarbeit von Wiener Leichtathletikverband, Radio Wien und dem LCC Wien organisiert wird, hat im Vorjahr rund 1.500 Läufer angelockt. Anreize für noch mehr Silvesterläufer sind vorbereitet:

- Ein attraktiver Startplatz am Ring vor den Ringstraßen-Galerien (11 Uhr)
- ein überdachtes Ziel in den Ringstraßen-Galerien (Mahlerstraße)
- moderates Nenngeld (S 100.- bei Voranmeldung, S 150.- am Silvestertag, S 50.- für Kinder bis 15 Jahre)
- Ehrung aller Altersklassen (im Fünf-Jahres-Abstand)
- 100 wertvolle Preise
- günstige Voranmeldungsmöglichkeiten und Startnummernabholung in den Ringstraßen-Galerien ab 27. Dezember von 9 bis 18 Uhr beim Radio-Wien-Stand oder direkte Einzahlung des Nenngeldes auf das BAWAG-Konto 03410-784300, lautend auf Notar Dr. Pfannl (Wichtig: Angabe von Name, Verein, Alter, Adresse)
- Weitere Informationen: Dr. Pfannl (Tel. 0222/3303412), Ing. Finnger (0222/502018297), WLW (0222/7201953).

Leserfoto



Bild: Albert Hofinger, Andorf, von einer kleinen „Überfliegerin“, aufgenommen bei der Kinderolympiade in Andorf.

WIR PRÄMIEREN originelle Leichtathletikfotos. ALLE ambitionierten „Sportfotografen“ haben die Chance, bei unserem Leserfoto-Wettbewerb zu gewinnen. Schickt Eure Bilder (Farbfotos oder Dias) an: **LEICHTATHLETIK**, Helmut Ploberger, Kennwort: „Leserfoto“, Glimpfingerstraße 62, 4020 Linz (wenn Rücksendung erwünscht, frankiertes Kuvert beilegen). In jeder Ausgabe veröffentlichen wir ein Foto, **adidas** spendiert dem Gewinner ein Paar Laufschuhe.

Redaktionsschluß: 15. Jänner
Das nächste Heft erscheint am 7. Februar

31. Dezember: Int. LUTZ-Silvesterlauf, Natternbach

Weltklasseläufer aus zehn Nationen gehen beim LUTZ-Silvesterlauf im oberösterreichischen Natternbach (13 Uhr) an den Start. Die Veranstalter warten mit einem echten Knüller auf: Christopher Kosgei, Vize-Weltmeister über 3.000 Meter Hindernis (hinter Moses Kiptanui) und regierender Crossmeister von Kenya, schnürt die Laufschuhe. Hopp! Kosgei ist doch Barfußläufer. Wie bei allen großen Rennen will er auch in Natternbach seinen Konkurrenten die Fersen zeigen. „Wenn die Strecke schnee- und eisfrei ist“, kündigt der Afrikaner nackte Tatsachen an. Ob mit oder ohne Schuhen, Christopher Kosgei muß allein beim Blick auf die Liste der Gegner im „Lauf der Asse“ kalte Füße bekommen: Mit den beiden Commonwealth-Siegern Johnstone Kipkoech und Reuben Chesang trifft er auf zwei Landsleute von Weltklasseformat. Weitere Asse sind der Äthiopier Fekadu Degefu und Schwedens Geländespezialist Claes Nyberg. Ein kleines Jubiläum feiert der zweifache Natternbach-Sieger Carsten Eich. Der Deutsche ist bereits zum fünften Mal dabei. Mit Piotr Prusik (Polen) und Helena Javornik (Slowenien) werden beide Sieger des diesjährigen Wien-Marathons am Start sein.

Wer ist der Topstar bei den Damen? Publikumsliebbling Sally Barsosio aus Kenya oder Kathrin Wessel. Die Deutsche Meisterin und Rekordhalterin über 5.000 und 10.000 Meter erhält Rückendeckung von ihrer Landsfrau Birgit Jerschabek. Veranstalter IGLA Harmonie schickt selbst zwei Asse ins Rennen: Sandra Baumann, heuer dreifache österreichische Meisterin und Paradeläuferin Carina Lilje-Leutner.

Der heimischen Elite wird mit einer separaten Österreicherwertung ein Zuckerl geboten. Der Beste bekommt 5.000.- Schilling Prämie. Amateure und Hobbyläufer lassen das Jahr beim zum „Volkslauf Grand Prix von Oberösterreich“ erhobenen Silvesterlauf inmitten weltbesten Leichtathleten ausklingen. Unter allen Volksläufern werden fünfmal 1.000.- Schilling verlost.

Besonderen Nervenkitzel verspricht die Landung von fünf Fallschirmspringern vor Beginn der Rennen, ist doch der Turm der Natternbacher Kirche unmittelbar neben der Ziellinie.



**Silvesterlauf
Natternbach**

Lutz
Was der alles hat!

HORMANN
Tore • Türen • Industriertorsysteme

**FÜHRT das Feld
prominenter Damen
in Natternbach an:
Sally BARSOSIO
(Kenya).
Bild: PLOHE**