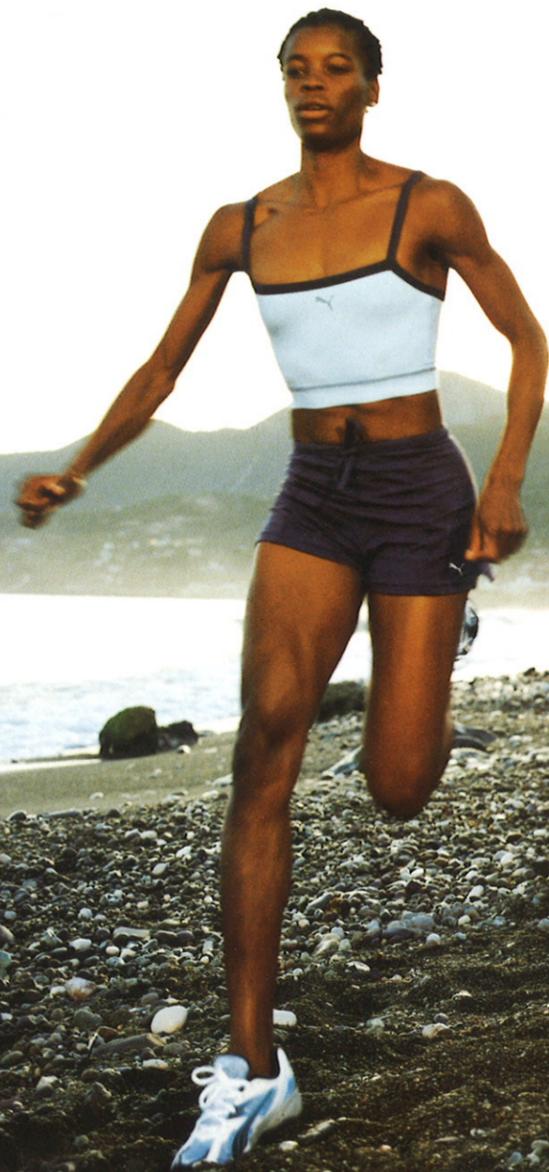


TURN OVERPRONATION INTO PERFECTION.



PUMA Peerless exists to transform severe overpronation into a more sustainable stride that will make your whole body happier.

COMPLETE

PUMA
puma.com

LEICHTATHLETIK

JUNI/JULI 2003

P.b.b. GZ 022030690M
VERLAGSPOSTAMT: 4020 LINZ

€ 4,-

www.leichtathletik.co.at

Zehnkampf:

Weltklasse

hautnah



Jedermann:

Erlebnis

Leichtathletik



Wien Marathon:

Das heiÙe Jubiläum



Laufen anders:
Schrittreise
ins Ich

Wegen des großen Erfolges auch 2003:

Höhentraining für Jedermann

Welcher Leichtathlet träumt nicht von einem Höhentrainingslager in St. Moritz - neben Boulder in den USA wohl das berühmteste Gebiet der Welt zur Anreicherung der begehrten roten Blutkörperchen. Auf rund 1.800 m Seehöhe kann man so gut wie bretteleben auf Rad- und Wanderwegen rund um den St. Moritzer See oder neben dem jungen, kalkig-grünen Inn durch die Hochebene laufen. Oder man zieht seinen Runden im Stadion auf einer 400-m Kunststoffbahn. Oder mit dem Bike hinauf in die Berge.

Als idealer Stützpunkt dafür bietet sich das Crystal Hotel an. Dieses Hotel im Herz des weltberühmten Sportortes, bietet neben 71 Suiten und luxuriösen Zimmern Sportlern vor Allem eines: eine 350 m² große Wellness- und Fitnessanlage. Nach hartem Training kann man hier bei Massagen, im Türkischen Dampfbad oder in der Sauna Entspannung finden und bei Schlechtwetter im hoteleigenen Fitnessstudio ohne Entgelt Laufbänder oder Ergometer traktieren. Wem es hingegen auf 1.800 m noch zu nieder ist, der kann mit der Seilbahn in unmittelbarer Nähe des Hotels auf über 2.500 m schweben und dort auf Wanderwegen noch dünnere Höhenluft inhalieren. Highlight für die Mountainbiker: Die Bezwingung der Corviglia mit über 2.500 Meter.

Termine

- 9. 8. - 16. 8. 2003
- 16. 8. - 23. 8. 2003
- oder beide Wochen (5 % Rabatt!)

Leistungen

- **Leitung:** Christoph Michelic - Herausgeber der **LEICHTATHLETIK**, LA-Lehrwart; Wolfgang Adler - Chefredakteur der **LEICHTATHLETIK**, öö. LA-Landestrainer, Sportwissenschaftler; Sandra Baumann - mehrfache Staatsmeisterin auf Langstrecken, WM-Teilnehmerin
- **Programm:** Biketour auf die Corviglia (s. Foto; Christoph); Laufausflug zum Champfersee (Sandra, Christoph); Laufausflug ins Val Roseg, „wo der Inn dem Gletscher entspringt“ (s. Foto; Sandra, Christoph); Morgenlauf um den St. Moritzersee (Sandra); Biketour ins Val Bever (Christoph); Laufausgleichsgymnastik (Sandra, Wolfgang); Laufkoordination (Sandra, Wolfgang); Stabilisation zur Verletzungsprophylaxe (Wolfgang); Vortrag Trainingsprinzipien (Wolfgang) Relaxen im Wellnessbereich des Hotels mit Sauna, Dampfbad, Massage (eine Ganzmassage pro Woche im Preis enthalten!)

unlimited
RUNNERS^S
FitLike
fit und vorn
<http://www.fitlike.at/fitlike>

www.leichtathletik.co.at



Ideal auch für Mountainbiker

Golfen, Tennis zum Ausgleich mit dem Hotelchef möglich.

stücksbuffet, Abendmenü, FitLike-Riegel und Getränke

- **Unterkunft:** 4-Sterne-Hotel „Crystal“ im Zentrum von St. Moritz, DZ (Partnerbörse!) oder kleineres EZ (begrenzte Möglichkeit)
- **Anreise:** privat - wir helfen gerne dabei oder vermitteln Mitfahrgelegenheiten
- **Verpflegung:** sportlergerechte HP mit Ergänzung: Früh-

Kosten
• € 599,- pro Sportler/Woche (5 % Rabatt bei Buchung beider Wochen)

Infos / Buchung

• **Infos:** **LEICHTATHLETIK**, Rosenthalgasse 3, 1140 Wien, 0664/ 254 50 54, Fax: (01) 911 98 76, laoffice@netway.at

• **Buchung:** P+R Reisen GmbH, Franzosengraben 2-4, 1030 Wien, (01) 79 88 444, Fax (01) 79 88 448, runners@runnersreisen.com

Wachaumarathon

- Für „erfolgreiche“ Teilnehmer ist die Teilnahme am Wachaumarathon inkludiert!

Es gelten die Allgemeinen Reise- und Stornobedingungen für Gruppenreisen lt. ARB 1992. Preis- und Programmänderungen sind vorbehalten.

Noch sind Plätze frei! JETZT buchen!



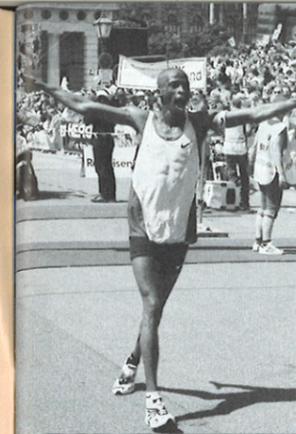
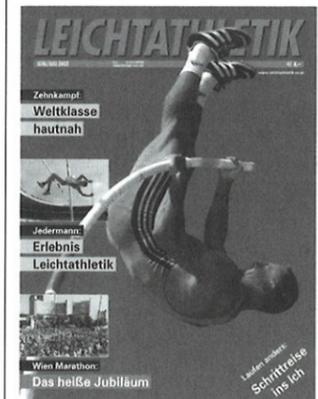
Erlebnis Leichtathletik

Mehrkampf und Marathon: Die besten Mehrkämpfer der Welt in Götzis, über 20.000 Läuferinnen und Läufer in Wien. Zwei Sport-Highlights, die die ganze Bandbreite der Leichtathletik abdecken und das Publikum begeistern. Beide Veranstaltungen wurden auch im Fernsehen in die Auslage gestellt - unser Sport hat diese Aufmerksamkeit verdient und er hat sie auch nötig. Bewerbe wie in Götzis und in Wien motivieren viele immer wieder neu, selbst aktiv zu werden. Der Wien Marathon ist längst zum Volkslauf im besten Sinn geworden. Jedermann-Zehnkämpfe sind nirgendwo auf der Welt so beliebt wie in Österreich. Unser Cover-Mann, Weltrekordler Roman Sebrle, wird beim Jedermann-Zehnkampf in Schwechat dabei sein, und versuchen, in 100 Minuten die 8.000 Punkte zu übertreffen. Leichtathletik hautnah und für alle - ein bewährtes Rezept. „Erlebnis Leichtathletik“ zu vermitteln, gepaart mit Information und Analyse, das ist eines unserer Ziele als Zeitschrift. Viel Vergnügen mit dem vorliegenden Heft!

• andreas maier •

Andreas Maier

Titelbild
PLOHE, Wolfgang Simlinger, Herbert Neubauer



4
20. Auflage der großen Läuferparty
Bild: Herbert Neubauer



Neuer Stern am Mehrkampfhimmel: Carolina Klüft.
Bild: PLOHE



Solosieg für Andrea Mayr.
Bild: Herbert Neubauer



Veronika Watzek - Juniorenrekord mit dem Diskus.
Bild: Katzenbeisser

4 Vienna City Marathon

Hitze und Top-Leistungen von Gradwohl und Buchleitner

20 Mehrkampf-Weltklasse in Götzis

Sebrle und Klüft glänzen

22 Tempo und Dramatik

10.000 Meter Titel für Weidinger und Mayr

24 Next Generation

Klasseleistungen massenweise

› Rubriken

- 4** STRASSENLAUF
- 19** GEHEN
- 20** STADIONLEICHTATHLETIK
- 26** IMPRESSUM
- 32** WIR ÜBER 35
- 34** TIPPS UND TRENDS
- 37** PANORAMA
- 40** VORSCHAU
- 42** FORUM



Letzte Schritte: „Wir sind dann Helden, für einen Tag“ (David Bowie, 1969). Das Zielgelände war ein Riesen-Plus.
Bild: Herbert Neubauer

Italienerin gewinnt

Die Preisgeldverteilung bei Frauen und Männern wurden heuer auf Betreiben der Wiener Vizebürgermeisterin Grete Laska angeglichen. Von den Siegern (je 10.000 Euro) bis zu Platz acht wurden die gleichen Prämien bezahlt. So stark und ausgewogen das Männerfeld war, die Qualität des Frauenfeldes konnte damit nicht annähernd Schritt halten. Claudia Dreher aus Deutschland galt als Favoritin, stieg aber bald humpelnd aus. Die Italienerin Lucilla Andreucci, eine studierte



Strahlende Siegerin Lucilla Andreucci. Ihr erster Wunsch: „Eiswasser bitte.“
Bild: Herbert Neubauer

Biologin, setzte sich bei Kilometer 33 ab und feierte in 2:35:32 ihren ersten Marathonerfolg außerhalb Italiens. „Die Italiener sind bei Marathons nicht so enthusiastisch wie die Wiener“, war sie begeistert. Platz zwei ging an die Wien-Siegerin von 1996, Aurica Buia, vor der Äthiopierin Meseret Kotu.

Tolle Leistung von Gradwohl

Der Sieg bei den Österreichischen Meisterschaften konnte in Abwesenheit von Dagmar Rabensteiner – die Rekordhalterin lief nach Problemen mit einem Darmparasiten in einer Staffel – nur an eine gehen: Eva-Maria Gradwohl. Unter 2:40 lautete das offizielle Ziel. Mit ihrem Halbmarathonrekord von 1:13:25 deutete sie im Vorfeld sogar Möglichkeiten im Bereich von 2:35 an. Die 30-jährige Steirerin begann angesichts der Hitze fast zu respektlos – 1:18:41 für die erste Hälfte. Aber ohne ausgepumpt zu wirken sprintete sie dann als sechste Frau über den Heldenplatz, eine persönliche Bestzeit von 2:39:48, Steirischer Rekord und ihr erste Marathon-Staatsmeistertitel waren der

Lohn. Erst als fünfte Österreicherin unterbot sie damit die 2:40-Marke. Was wäre bei besseren Bedingungen möglich gewesen? „Ich bin heute nicht ans Limit gegangen“, sagte sie sehr zufrieden mit ihrer Vorstellung. Ein Steinchen, das im Prater den Weg in ihren Schuh gefunden hat, war ein größeres Problem als die nötige Ausdauer. Gemeinsam mit Trainer Hannes Langer will sie die Olympia-Qualifikation für Athen 2004 anstreben. Das Limit wird erst nach der WM in Paris fixiert, für Sydney war es 2:33. Bemerkenswert auch die zweite Österreicherin, Ingrid Eichberger. Auch sie schaffte im City-

Solarium eine Verbesserung ihrer persönlichen Bestzeit, und zwar ebenso wie Gradwohl um 51 Sekunden. 2:57:27 brachten Staatsmeisterschafts-Silber. Ellen Förster blieb als Dritte in 2:59:53 ebenfalls noch unter drei Stunden: „Ich bin froh, durchgekommen zu sein. Ohne Meisterschaft wäre ich bei diesen Temperaturen sicher nicht gelaufen.“ Erst ganz zum Schluss konnte sie Daniela Bidmon überholen, die ein starkes Rennen zeigte, aber völlig entkräftet ins Ziel kam.

Platz der Helden

Nach 42,195 Kilometern ging es weiter in den Burghof zur Ver-

Teilnehmer & TV: Leichter Rückgang

24.393 Meldungen für sechs Bewerbe (Marathon, Fernwärmelauf, Staffel, Fun Run, Junior Marathon, Schulstaffeln) sind 757 weniger als 2002 – angesichts der Konkurrenz am Laufmarkt kein schlechtes Ergebnis. Die Finisierzahlen sind aufgrund der Hitze deutlicher zurückgegangen. Die Zahl der Fernsehzuseher war um 90.000 geringer als 2002.	Teams = 3.996 Athleten im Ziel (-40)
Marathon: 10.503 Meldungen / 9.096 am Start / 7.651 im Ziel (-1.149)	Zuschauerzahlen im ORF: Wien Marathon, 25.5.03: 246.000
Fernwärmelauf: 4.609 Meldungen / 3.760 im Ziel (-258)	Andere Übertragungen: Leichtathletik Hallen-EM Wien, 3.3.02: 451.000
Staffel: 1.164 Meldungen / 999	Gugl Meeting Linz, 20.8.01: 272.000
	Formel 1, Spielberg, 18.5.03: 811.000
	Ski-Abfahrt Kitzbühel, 19.1.02: 1.662.000
	(Quelle: ORF-Teletest)



Erstmals unter 2:40 Stunden: Hervorragender Auftritt von Eva-Maria Gradwohl.
Bild: Herbert Neubauer

pflegung. Die Schattenlinie im Hof verschob sich mit der Zeit über den Boden, sodass ein kühlender Streifen entstand. Hinsetzen, Füße ausstrecken, Schwindel, Schmerzen und Stresshormone vertreiben. Der Mai ist eine schlechte Zeit für gute Zeiten. Aber es gibt keine größere Bühne für die österreichischen Laufsportler als den Wien Marathon – auch wenn hinter den Assen das Scheinwerferlicht der Aufmerksamkeit gering war. Viel wurde rundum geboten, von der Kaiserschmarrnparty im Kursalon Hübner bis zur Messe. Konkurrenzlos gut: Die Atmosphäre gegen Schluss hin und der Zielbereich am Heldenplatz. Nächstes Jahr bitte wieder.

• rene van zee •
• andreas maier •



Roman Weger (9094) machte 30 Kilometer weit das Tempo, Alois Stadlober begann allzu flott, Andreas Lindner (58) holte Silber in der Staatsmeisterschaft.
Bild: Herbert Neubauer

Mit schneller zweiter Hälfte auf Platz drei: Ronald Smetacek (9946).
Bild: Herbert Neubauer

25. Mai 2003, Wien: 20. Vienna City Marathon

MÄNNER: 1. Joseph Chebet (KEN) 2:14:49, 2. Joao N'tyamba (ANG) 2:15:10, 3. Vincent Kipsos (KEN) 2:16:20, 4. Michael Buchleitner (AUT) 2:16:31, 5. Elijah Mutandiro (ZIM) 2:16:32, 6. Josephat Rop (KEN) 2:17:38.
FRAUEN: 1. Lucilla Andreucci (ITA) 2:35:32, 2. Aurica Buia (ROM) 2:35:57, 3. Meseret Kotu (ETH) 2:37:24, 4. Anne Kosgei (KEN) 2:38:23, 5. Aniela Nikiel (POL) 2:39:27, 6. Eva-Maria Gradwohl (Happy Lauf Anger) 2:39:48.

Fernwärmelauf (15,8 km)

MÄNNER: 1. Heinz Planitzer (Chio RT) 54:10, 2. Uwe Emmerling (GER) 54:12, 3. Jozse Mori (SLO) 54:17.
FRAUEN: 1. Elisabeth Rainer (LG Decker Itter) 1:09:47, 2. Laure Coste (FRA) 1:10:43, 3. Irene Zerkhold (Wr. Neustadt) 1:11:31.

Staffelmarathon (16,3 km - 5,7 km - 9 km - 11,2 km)

MÄNNER: Team Powerbar (Bernhard Weik, Hartwig Fuchs, Reinhard Schuh, Reinhard Rathgeb Reinhard) 2:26:35.
MIXED: Peter Rabensteiner jun., Peter Rabensteiner, Susanne Pumper, Dagmar Rabensteiner 2:33:38.
FRAUEN: Muskeltiere (Anita Kovacs, Elisabeth Brunnhuber, Barbara Stamm, Angie Jorde) 3:25:52.
www.vienna-marathon.com

ÖLV-Marathonmeisterschaften

MÄNNER: 1. Michael Buchleitner (LU run4business) 2:16:31, 2. Andreas Lindner (LC Heraklith Villach) 2:30:20, 3. Ronald Smetacek (LCC Wien) 2:34:41, 4. Wolfgang Cramaro (LC Heraklith Villach, 1. M 35) 2:33:32, 5. Manfred Heit (ATUS Knittelfeld) 2:34:41, 6. Werner Polhs (HSV Wr. Neustadt) 2:36:25, 7. Wilhelm Wagner (SK Vöest, 1. M 45) 2:36:41, M 40: Alois Stadlober (ATUS Knittelfeld) 2:37:53, M 50: Peter Woldan (U. Gries-

kirchen) 2:49:47, M 55: Hans Kamleitner (Post SV Tirol) 3:06:30, M 60: Herbert Goller (LCT Innsbruck) 3:07:27, M 65: Peter Grutsch (ATUS Judenburg) 3:38:29, M 70: Hans Kreidl (LCT Innsbruck) 4:07:07. Mannschaft: LC Heraklith Villach (A. Lindner, W. Cramaro, Niklas Kröhn) 7:44:26.
FRAUEN: 1. Eva-Maria Gradwohl (Happy Lauf Anger) 2:39:48, 2. Ingrid Eichberger (HSV Wr. Neustadt, 1. W 35) 2:57:27, 3. Ellen Förster (ULC Linz-Obb.) 2:59:53, 4. Daniela Bidmon (LCC Wien) 3:00:15, 5. Roswitha Stadlober (U. Salzburg, 1. W 40) 3:02:19, 6. Karoline Dohr (TUS Kainach, 1. W 45) 3:04:36, W 50: Christina Gstader (LG Telfs) 3:56:48, W 55: Christine Hochleitner (OSV Wien) 3:38:00, W 60: Hella Holzbauer (HSV Wr. Neustadt) 4:33:54. Mannschaft: Happy Lauf Anger (E.-M. Gradwohl, Maria Zechmeister, Maria Gabbichler) 9:32:34.
www.oelv.at

Schrittweise ins Ich Das besondere Jubiläum

• christine illetschko •



Wie einer nach Krebs und Chemotherapie zum 20. Mal an den Start des Wien Marathons geht.

Gemeinsam mit Josef stehe ich vor der Skyline der Uno City. Er ist einer jener 22 Läufer, die bisher bei jedem Wien Marathon dabei waren. Für ihn, der bereits 32 Marathons mit einer Bestzeit von 3:08, unzählige Volksläufe und zwölf Teilnahmen beim 24 Stundenlauf in der Staffel in den Beinen hat, ist dieser Bewerb ein ganz besonderes Ereignis. Am Montag vor dem Lauf kam er nach seiner dritten Operation und einer Chemotherapie aus dem Krankenhaus. „Ich will dabei sein, ich war immer dabei. Auch wenn ich vielleicht nicht alles durchlaufen kann. Ich will mitten im Geschehen sein!“, erklärte der Sechsfundfünfzigjährige.

Die vernichtende Diagnose Krebs traf Josef im Jänner völlig unvorbereitet und ohne Vorwarnung. Das „Urvielh“ (Selbstbezeichnung) aus Poysdorf stellte sich dieser Tatsache wie einem Marathon. „Du schaffst es!“ Diese Parole hatte ihn in New York begleitet, durch Berlin und über sämtliche Distanzen motiviert. Sie würde auch in diesem Falle helfen.

Gemeinsam sind wir stark

Schon winkt er mir vom vereinbarten Treffpunkt gleich nach der Reichsbrücke zu. Gemeinsam traben wir über die Praterstraße zum Ring und weiter zur Wienzeile. Rund um uns wogt das Meer der Marathonis in bunter Sprachenvielfalt. „Geht's gut?“ „Geht so“, meint er, obwohl nur ein Schatten seiner selbst. Er fürchtet die pralle Sonne bis zum Schloss Schönbrunn. Sie könnte ihm zuviel Kraft rauben. Wir suchen nach einer Lösung, schließlich rennen wir

ausschließlich seinetwegen. Er will durchs Ziel laufen und er wird es. Wir versuchen jede Labestelle rechtzeitig zu sehen und hoffen, nach der Enttäuschung bei Kilometer 6, wo es kaum mehr Wasser gab, genug Flüssigkeit zu bekommen.

Am Ende der Liechtensteinstraße erklingen wieder Jubelrufe von Josefs Fangemeinde. Er ist in der Läuferzone vom Weinviertel bekannt wie ein bunter Hund. „Super Josef! Schön dass du dabei bist!“ Wir hecheln zur Spittelauer Lände. Die Sonne brennt vom strahlend blauen Himmel. Josef macht Pläne für den New York Marathon, den er sich zum 60. Geburtstag schenken will. „Vielleicht laufe ich auch wieder Berlin im nächsten Jahr“, träumt er weiter und erwähnt nur nebenbei, dass er am 8. Juni zur näch-



Josef Pfeiffer, zum 20. Mal am Start: „Eine Stärke, die nicht in Stunden und Minuten gemessen werden kann.“
Bild: Herbert Neubauer

sten Chemo ins Krankenhaus muss.

Lebenszeichen vom inneren Schweinehund

Beim Riesenrad findet sich wieder mehr Publikum ein. „An dieser Stelle mach ich normaler Weise immer Hochrechnungen für meine Endzeit, aber heute hat das wohl keinen Zweck.“ „Nein, es ist egal! Heute ist: Marathon einmal anders.“ Fair oder unfair? Wem gegenüber? Josef hat bisher nie aufgegeben oder „abgekürzt“. Warum auch? Das Rennen heute hat für ihn symbolischen Charakter: Wir kommen ins Ziel, (er wird gesund) das steht für uns fest. Josef läuft der Krankheit zum Trotz oder aus Sturheit, aus Willensstärke oder einfach aus ungebrochener Lebensfreude, obwohl seine

Muskeln im Krankenhaus auf ein Minimum geschwunden sind. Wir laufen in einem Tempo durch die Hauptallee, das im Normalfall nie das seine wäre. Endlich Schatten für die schweißnassen Körper, die Luft ist kühler, feuchter, bringt leichtes Aufatmen für alle. Hier, wo der innere Schweinehund lautstark zu demonstrieren beginnt, wo in den Gesichtern der Entgegenkommenden ihr Befinden so drastisch geschrieben steht, hat er mir oft ein „Es geht schon Mädels. Das schaffen wir!“ entgegen gerufen.

Endlich die Stadionbrücke. Wir tauchen ein in den dritten Wiener Gemeindebezirk. Der Kurs führt uns weiter über die Landstrasse zum Ring. Unsere Augen suchen die letzte Labestelle. „Als ich 1983 zu laufen begann erklärte mir ein Freund: Nächstes Jahr rennen wir beim Wien Marathon mit. Ok, sagte ich, ohne zu wissen worauf ich mich einließ. Seither laufe ich Marathon“, erzählt mir Josef zwischen den Konsums von zwei Bechern Wasser.

Wir schaffen es

Beim Weiterlaufen greift er sich an die Seite. „Willst du ein Stück gehen?“ „Nein, jetzt nicht mehr. Die zwei Kilometer schaffe ich noch!“ Er lacht und winkt und applaudiert dem Publikum. „Ich kann nicht mehr“, flüstert er mir zu. „Lass uns gehen, nur ein Stück.“ „Nein, nicht so nah am Ziel.“ Er müht sich weiter, lächelnd, winkend. „Ein jeder Marathon tut weh“, erklärt er. Immer näher kommen wir dem Heldenplatz. „Hier unter den Bögen habe ich damals meinen Konkurrenten überholt“, erzählt er. „Aber jetzt geht nichts mehr.“ Insgesamt etwa 25 Kilometer sind wir heute gelaufen, die volle Distanz war nicht möglich. Bei seiner Teilnahme am 20. Vienna City Marathon hat Josef mit jedem Kilometer eine Stärke bewiesen, die nicht in Stunden und Minuten gemessen werden kann. „Ich freu' mich schon auf nächstes Jahr“, erklärt er und ist überzeugt, er wird dabei sein.

Die neue M-Serie von Polar

Garantiert richtig trainiert
Der einfachste Weg zu Ihrem ganz persönlichen Trainingsbereich ist die OwnZone® von Polar. Die M-Serie ist schneller geworden, denn in nur 5 Minuten wird Ihre optimale Trainingszone bestimmt. Jedes Herz schlägt anders, jeder Tag ist anders und jedes Ziel ist anders, darum empfiehlt sich für ein sinnvolles Training ein Herzfrequenzmesser aus der neuen M-Serie von Polar mit der einzigartigen OwnZone®-Funktion. Zusätzlich verfügen diese High-Tech-Uhren über die einzigartigen Funktionen von Polar OwnCal® und OwnCode™.

OwnZone®: Die OwnZone® ist die individuell optimale Trainingszone und entspricht 65 % bis 85 % der maximalen Herzfrequenz. Zur Bestimmung der Own-

Zone® messen die Herzfrequenz-Messgeräte der neuen M-Serie in der Aufwärmphase die Herzfrequenz-Variation, also die Zeitspanne zwischen den einzelnen Herzschlägen. In maximal fünf Minuten wird dann die individuelle Trainingszone, die OwnZone® ermittelt. Die OwnZone® kann täglich variieren. Sie wird von dem körperlichem und geistigem Wohlbefinden sowie Veränderungen in der Umgebung beeinflusst. Die OwnZone® ist der optimale Trainingsbereich für das Training genau an diesem Tag. Bei Bedarf macht ein akustisches Signal auf das Verlassen der OwnZone® während des Trainings aufmerksam. Garantiert richtig trainiert mit der OwnZone® von Polar.

OwnCal®: OwnCal® zeigt nach der genauesten Methode die verbrauchten

Kalorien an. Darüber hinaus an den Gesamtkalorien. Wenn man also gezielt Gewicht reduzieren und unliebsame Fettpolster abbauen will, sollte das Training auf einen hohen Fettverbrennungsanteil ausgerichtet werden.

OwnIndex™: Der OwnIndex™-Fitness-Test zeigt den aktuellen Fitnesszustand des jeweiligen Benutzers an. Mit Hilfe des OwnIndex™ kann jeder seine aktuelle Fitness selbst ermitteln – und das nicht während eines anstrengenden Trainings, sondern im entspannten Ruhezustand. Nach Eingabe der Körpergröße sowie des Aktivitätsniveaus sind hierzu lediglich 5 Minuten Zeit in entspannter und ruhiger Umgebung nötig.

Bei regelmäßiger Durchführung des Polar Fitness-Tests, das heißt alle 2 bis 3 Monate, erhält der Sportler über den OwnIndex™ zuverlässige Informationen über seine persönliche Fitness-Entwicklung.

Dieser Wert ist vergleichbar mit dem sonst nur in aufwendigen Untersuchungen der maximalen Sauerstoffaufnahme gemessenen VO₂^{max}-Wert. OwnIndex™ ist der smarte und schnelle Weg zur Ermittlung der aeroben Leistungsfähigkeit.

OwnCode™: Die codierte Übertragung der Herzfrequenz schließt die Störung durch andere Trainingspartner aus. Damit ist die Übertragung der individuellen Herzfrequenz vom Sender auf den Empfänger gewährleistet.



effect

Frisches Gefühl

<effect>, die neue Sportunterwäsche von ODLO:

Silberionen in der Funktionsfaser stoppen die Geruchsentwicklung.

<effect> für ein frisches Gefühl beim Sport.

Typisch ODLO.

Ottakringer braut Innovation Citx-Marathon Bier

Eigens für den City-Marathon, der heuer sein 20jähriges Jubiläum feiert, stellt die Ottakringer Brauerei die Innovation „Ottakringer Marathon Bier“ vor. Motto: „Ottakringer läuft genial gut runter!“

Das Marathon-Bier ist in leichte Pfand-PET-Flaschen gefüllt, kann also beim Laufen leicht mitgenommen- und noch leichter ausgetrunken werden. Zudem ist

Bier aufgrund seiner Mineralstoffe und Vitamine bekanntlich der ideale Sportbegleiter.

„Wir wollten für den City-Marathon etwas Besonderes machen“, erzählen die Ottakringer-Vorstände Christiane Wenckheim und Sigi Menz unisono. „Also haben wir uns gemeinsam mit unserem Partner für diese einmalige Aktion entschieden.“



Vienna City Marathon-Veranstalter Wolfgang Konrad (links) und die Ottakringer-Vorstände Christiane Wenckheim und Sigi Menz beim Marathonbier-Test (oder war es ein Marathonbier-Test?)

Insgesamt werden 7000 Flaschen Marathon-Bier abgefüllt. Ottakringer testet damit erstmals die Akzeptanz von Bier in PET-Flaschen. Während der Veranstaltung wird mittels Umfragen erhoben, wie das Experiment ankommt.

„Wir sind schon auf die Reaktionen gespannt“, sagt Christiane Wenckheim. „Sie werden wohl äußerst unterschiedlich ausfallen“, ergänzt Sigi Menz.

TRI-action-Sportprogramm von TRIUMPH INTERNATIONAL.

Konstant weiterentwickelt gehört der Tri-action Sport BH von TRIUMPH zur Ausrüstung jeder aktiven Sportlerin.

Entsprechend Sportart - leichte bis hohe Belastung - wird Tri-action in der ent-



sprechenden Auswahl den physiognomischen Anforderungen gerecht. Tri-action Sport BHs und Tops mit TRI System vermitteln ein angenehmes Tragegefühl auf der Haut, bei dauerhafter Passform und hygienischer Sauberkeit. Ein Smile-Produkt!

Triumph International AG - Public Relations Mode
Dr. Astrid von Aufschnaiter
Windschnurweg 28,
A-5081 Anif/Niederalm
Tel.: 06246-73226-10
Fax: 06246-73226-4
E-Mail:
a.aufschnaiter@aon.at

Für Presse-Bilder zum Thema besuchen Sie bitte unseren Pressroom:
www.triumph-international.at

Neuigkeiten aus der Wachau

Die 6. Auflage des Sparkassen-WACHAUmarathons wartet wieder mit einigen Neuerungen auf:

Um die Attraktivität der **Halbmarathon-Strecke** noch zu erhöhen, wird **der Start vom Ortszentrum Spitz auf die Wachauer Bundesstraße verlegt**. Die beiden engen Kurven am Beginn der Strecke entfallen, die Teilnehmer können dadurch „pfeilgerade“ ihrem Ziel in Krets entgegenlaufen. Neue Bestzeiten scheinen damit vorprogrammiert. (oder „Einer der schnellsten Halbmarathons der Welt wird damit noch schneller“)

Ganz im Zeichen des Weines steht heuer der **Weinherbst-Viertelmarathon**. **Weindegustationen** und Musik am Streckenrand sollen die Brücke zwischen der weithin bekannten Gastfreundlichkeit der Wachau und sportlicher Betätigung schlagen. Zusätzlich warten auf die Teilnehmer noch attraktive Preise. Besonders stimmungsvoll auch **der neue Startort**: Zum ersten Mal wird die 10 km Distanz vor dem **Weinschlüssel der Freien Weingärtner** in Dürnstein gestartet.

Rechnung getragen wird heuer erstmals auch den zahlreichen Teilnehmern aus Oberösterreich und den westlichen Bundesländern. **Am 12.9.2003 wird es am Nachmittag auch in Linz die Möglichkeit der Startnummernabholung und Nachnennung geben.**

Für die immer aktiver werdenden Senioren gibt es in diesem Jahr ein besonderes „Zuckerl“: Alle Läufer, die älter als 65 Jahre sind (Jahrgang 1939 und älter) bezahlen beim 6. Int. Sparkassen-WACHAUmarathon nur 50% des jeweils gültigen Nenngebeldes.

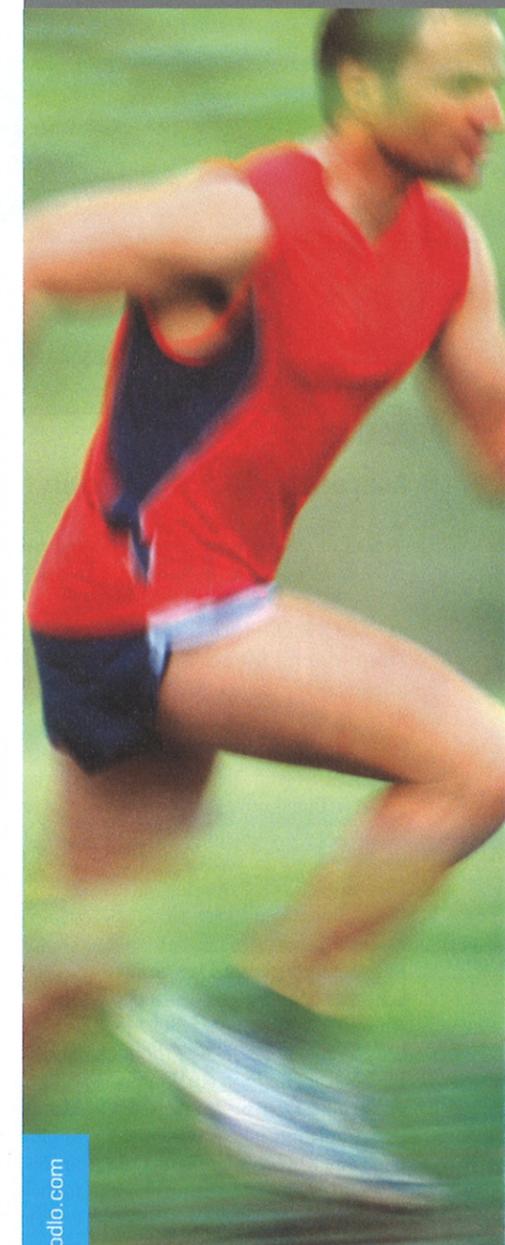


Den **Startschuß für alle Marathon-Läufer** gibt am 14. September 2003 keine Geringere als UNSERE Weltklassesprinterin, **Karin Mayr-Krifka**, Silbermedaillen-Gewinnerin bei den Hallen-Europameisterschaften 2002 über 200 m, erste/r Österreicher/in, die in einem WM-Finale stand.

Unverändert bleibt, daß es wieder eine **eigene Wertung für Rollstuhl-Fahrer und Power Walker** gibt und **wie auch in den letzten Jahren werden gleich hohe Preisgelder für Damen und Herren** vergeben.

Zur Vorbereitung gibt es am 1. August 2003 den bereits traditionellen Wachauer Brücken-Lauf. Gestartet wird um 19.00 Uhr in Furth/Palt, die Streckenlänge beträgt 13,5 km.

Informationen und Anmeldeöglichkeiten:
www.WACHAUmarathon.at,
Tel. 02732-828 53,
Fax 02732-84 618-22



Topfit

Laufen ist deine Passion. Richtige Funktionsbekleidung ein Muss.

ODLO Laufbekleidung ist Funktion ohne wenn und aber. Gutes Aussehen eine Selbstverständlichkeit.

Typisch ODLO.

Newsletter abonnieren und gewinnen >> www.odlo.com

NIKE AREA NIKE AREA NIKE AREA NIKE AREA

Mit der U₃ bei Sport Konrath

vorbei, wo zu Hause ist!

1030 Wien, Schlachthausgasse 18, Tel. 7123485
www.maxfun.at/sport-konrath/

Wettkampfschuhe Straße

Air Streak Ekiden	€ 95,-
Air Triax TC	€ 100,-
Air Streak	€ 110,-
Air Streak Ventulus	€ 110,-

Sprintspikes

Zoom Rival S	€ 65,-
Zoom Rival S +	€ 65,-
Zoom Shift Fly	€ 90,-
Zoom Super Shift	€ 110,-
Zoom Super Fly P	€ 120,-

Cross

Zoom Waffle XG (3)	€ 70,-
--------------------	--------

NIKE AREA

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9⁰⁰ - 12⁰⁰ 14⁰⁰ - 18⁰⁰
Sa 9⁰⁰ - 13⁰⁰
langer Sa 9⁰⁰ - 17⁰⁰ durchgehend

Mittel- und Langstrecke

Zoom Rival MD	€ 60,-
Zoom Rival D +	€ 60,-
Zoom Shift	€ 90,-
Zoom Ventulus Plus	€ 120,-
Lady Zoom Jana	€ 70,-

Weit-, Hoch- und Dreisprung, Stabhoch

Zoom LJ	€ 110,-
Zoom HJ	€ 110,-
Zoom TJ/PV	€ 110,-

Kugel, Diskus, Hammer, Speer

Zoom SD	€ 90,-
Zoom Rotational 3	€ 110,-
Zoom JAV	€ 120,-

DER Schuhspezialist für Leichtathleten und Läufer



Der Zeit und ihren Konkurrentinnen voraus: Paula Radcliffe auf der Tower Bridge. Männliche „Hasen“ im Frauenrennen sorgten für Diskussionen, aber der Rekord gebührt allein ihr.
Bild: Mark Shearman

Marathon Weltrekord in London

In einer anderen Welt

LONDON. Die fabelhafte Form der Paula Radcliffe lässt einen nach Luft schnappen: Die Britin verbesserte ihren eigenen Marathon Weltrekord um fast zwei Minuten auf 2:15:25 Stunden.

Angetrieben vom fanatischen britischen Publikum fegte Paula Radcliffe in Marathon-Weltrekordzeit durch London - 2:15:25 Stunden. Plötzlich werden auch Details interessant: Dass sie nach harten Trainings Eisbäder zur Regeneration nimmt. Dass sie täglich zu Mittag zwei Stunden schläft. Dass sie dreimal wöchentlich Straußenfleisch isst (hoher Eisengehalt!) und Saft aus Weizen gras trinkt. Dass sie zur besseren Blutzirkulation kein Rennen ohne ihre Kniestrümpfe läuft. Dass sie niemals ohne Medizinball auf Trainingslager fährt und auch ihren Physiotherapeuten meist dabei hat.

All diese Geschichtchen wurden durch die britische Presse gezerrt, wirklich erklären können aber auch sie das Phänomen Paula Radcliffe nicht. Galt vor weniger als zwei Jahren das erstmalige Durchbrechen der 2:20-Marke im Frauenmarathon durch Naoko Takahashi als sensationelles Ereignis, hat Radcliffe in ihren bisher drei Marathonrennen den 42,195

km-Bewerb auf ein völlig neues Niveau gestellt. Eine Athletin wie Catherine Ndereba, die in London bereits zum dritten mal unter 2:20 laufen konnte, wird daneben schon fast nicht mehr wahrgenommen.

Ohne Konkurrenz

Radcliffes 2:15:25 sind um 3:22 Minuten schneller als jede andere Frau bisher gelaufen ist. Nur eine Handvoll Frauen in Bestform könnten mit der 29-jährigen Britin bis zur Halbmarathonmarke mithalten. Der Abstand des Frauenweltrekordes zum Männerweltrekord (2:05:38 Std. von Khalid Khannouchi) ist mit 7,79% so gering wie in keiner anderen Laufdisziplin außer dem 100 Meter Sprint. Rechenmodelle - basierend auf den IAAF-Punktetabellen oder der maximalen Sau-

erstoffaufnahme - setzen Radcliffes Marathon mit 10.000 Meter Zeiten zwischen 28:54 und 29:26 Minuten gleich. Fast müßig zu erwähnen, dass gegenwärtig außer Michael Buchleitner kein Österreicher Seite an Seite mit Paula Radcliffe einen Marathon laufen könnte.

Lange Zeit galt Radcliffe als „ewige Zweite“, als ehrgeizig, aber untalentierte. Die offensive Dopingkritikerin ist nun zur herausragendsten und bestverdienendsten Sportpersönlichkeit im Frauen-Langstreckenlauf geworden. 255.000 US-Dollar hat sie in London an Sieg- und Zeitprämien bekommen, gemeinsam mit Antrittsgeldern bewegt sich ihr Tagesverdienst vom 13. April bei etwa 600.000 US-Dollar.

Neue Rekorde in Sicht?

Was kann Radcliffe noch erreichen? Für Olympia 2004 in Athen überlegt sie einen Doppelstart im Marathon und 10.000 Meter. Allerdings hat sie bisher im Stadi-

on noch keinen Titel bei Weltmeisterschaften oder Olympischen Spielen gewinnen können - das soll sich ihren Plänen gemäß heuer bei der WM in Paris ändern. Die große Verbesserung des Rekords legt nahe, dass sie noch nicht am Ende ihrer Möglichkeiten angelangt ist. Auch über 5.000 und 10.000 Meter sind ihr Steigerungen und sogar Weltrekorde zuzutrauen - Weltrekorde, die derzeit von chinesischen Athletinnen gehalten und von vielen als dopingverdächtig betrachtet werden. Was soll man von Paula Radcliffes Weltrekord halten? Die fabelhafte Form der Paula R. und ihre Konsequenz in Training und Rennen lassen jedenfalls erwarten, dass wir von ihr noch einiges über die Auslotung der menschlichen Möglichkeiten erfahren werden.

• andreas maier •

13. April 2003, London (GBR):
London Marathon
MÄNNER: 1. Gezahegne Abera (ETH) 2:07:56, 2. Stefano Baldini (ITA) 2:07:56, 3. Joseph Ngolepus (KEN) 2:07:57, 4. Paul Tergat (KEN) 2:07:59, 5. Samsan Ramadhani (TAN) 2:08:01, 6. Abdelakder El Mouaziz (MAR) 2:08:03, 7. Lee Bong-ju (KOR) 2:08:10, 8. Hendrick Ramaala (RSA) 2:08:58, Fritz Lange (LC Villach) 2:34:26.
FRAUEN: 1. Paula Radcliffe (GBR) 2:15:25 (WR), 2. Catherine Ndereba (KEN) 2:19:55, 3. Deena Drossin (USA) 2:21:16 (US-Rekord), 4. Susan Chepkemei (KEN) 2:23:12 (PB), 5. Ludmila Petrova (RUS) 2:23:14, 6. Constantina Dita (ROM) 2:23:43 (PB), 7. Jelena Prokopcuka (LAT) 2:24:01 (PB), 8. Efenesh Alemu (ETH) 2:24:56. (32.563 im Ziel)
www.london-marathon.co.uk



Sprintdrama vor dem Buckingham Palace: Olympiasieger Gezahegne Abera feiert, Stefano Baldini, Joseph Ngolepus und Paul Tergat folgen.
Bild: Mark Shearman

Österreichische Halbmarathonmeisterschaften Rollen und Rotieren

HAINBURG. Harald Steindorfer und Eva-Maria Gradwohl: Der Überraschungsmann und die programmierte Siegerin gewinnen die Österreichischen Halbmarathonmeisterschaften.

„Ein gelungener Ausflug auf die längere Distanz“, kommentierte Harald Steindorfer. Erst vier Tage vor dem Rennen hatte sich der Bahn- und gelegentliche Crossläufer zum Start bei der Halbmarathon-Meisterschaft entschlossen. Noch nie war der 30-jährige Kärntner rennmäßig über diese Distanz gelaufen, doch als er in der Früh in Hainburg aus dem Auto stieg und seine Nachmeldung abgab, war klar, dass hier ein Titelfavorit seine Nummern abholt.

Drei Runden im Osten

Das Rennen führte zunächst die Donau aufwärts bis kurz vor Bad Deutsch Altenburg. Es war bedeckt, etwas windig und zwei langgezogene Steigungen, eine mit Schotteruntergrund, ließen auf der ersten von drei Runden ihre Tücken noch nicht in vollem Ausmaß erkennen. Nach der Wende bei etwa 3,5 Kilometer hatte man den Wind im Rücken, aber einen weiteren Hügel voraus - eine sanfte Berg- und Tal-Fahrt. Entlang des Nationalpark-Auwalds und später direkt neben der Donau lud die Strecke dann zum „Rollen“ ein, und schon war das Festzelt bei der Schiffsanlegestelle in Hainburg erreicht und die erste Runde beendet.

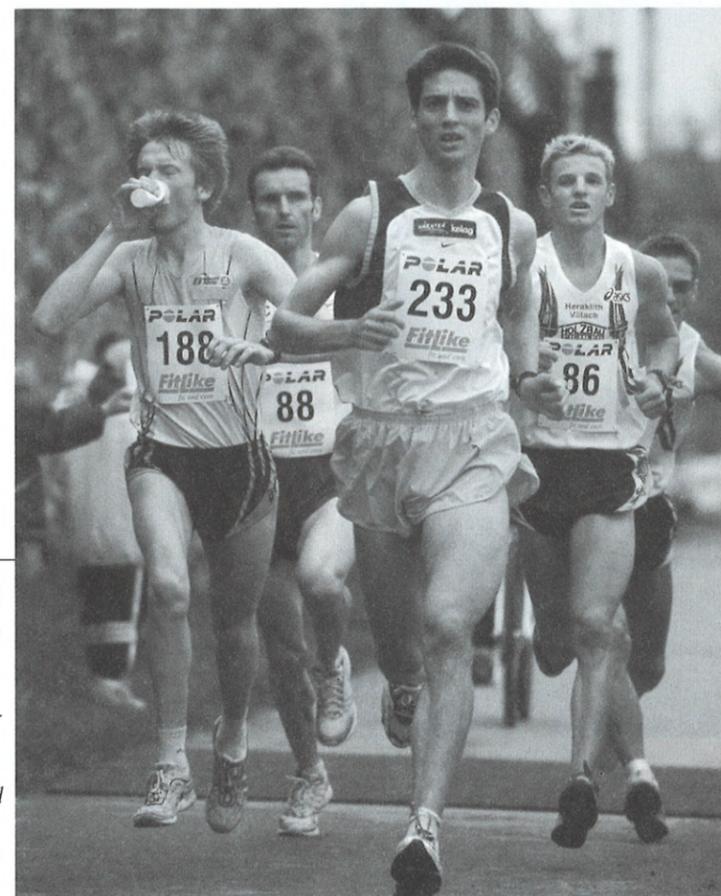
Drei Kärntner am Podest

Sieben Läufer lagen hier nach sieben Kilometern noch an der Spitze. Immer wieder initiativ: Der junge Markus Hohenwarter, aber mehr als einige Meter Vorsprung konnte er nie herausholen. Harald Steindorfer schloss jedes mal die Lücke, und die beiden komplettierten im Paarlauf

die letzten Kilometer. Zum Schluss war erwartungsgemäß Steindorfer flinker und fixierte in 1:06:55 Stunden den Staatsmeistertitel. „Ich bin eher vorsichtig ins Rennen gegangen, weil die Distanz doch neu war für mich. Aber zum Schluss war ich mir sicher, dass ich gewinnen kann.“ In nächster Zukunft stehen für ihn freilich wieder die 5.000 und 10.000 Meter auf der Bahn im Mittelpunkt. Hohenwarter kam 50 Meter

Ois kaunst net hom

Eine zügig organisierte Ausgabe der Startnummern, abgegrenzte Sektoren in der Startaufstellung, eine nicht zu schwierige Strecke auf festem Untergrund, die Siegerehrung pünktlich, die Zeitnehmung verlässlich, die Ergebnisse am Abend im Internet, die Medien vor und nach dem Bewerb auf die Veranstaltung aufmerksam gemacht: „You can't always get what you want“, das wussten schon die Rolling Stones. Auf gut österreichisch: „Ois kaunst net hom.“ In der Tat lässt sich kaum behaupten, dass in Hainburg alle Läuferwünsche erfüllt worden sind. Für die Probleme der Zeitnehmungsfirma kann der Veranstalter nur bedingt etwas. Auch die Kontrolle der Wettkampfordnung liegt nicht in seinem Verantwortungsbe- reich. Der Meisterschaftsbewerb schien dennoch in vieler Hinsicht eine Nummer zu groß für den Hainburger Lauf - obwohl gerade 300 Athleten daran teilnahmen. Derzeit erfolgt die Vergabe der Halbmarathon-Staatsmeisterschaften im Rotationsprinzip jährlich an jeweils ein anderes Bundesland. Dieses Rotieren hat was für sich, aber letztlich sollte bei der Auswahl aus einem der mittlerweile über 60 Halbmarathons die Qualität an erster Stelle stehen.



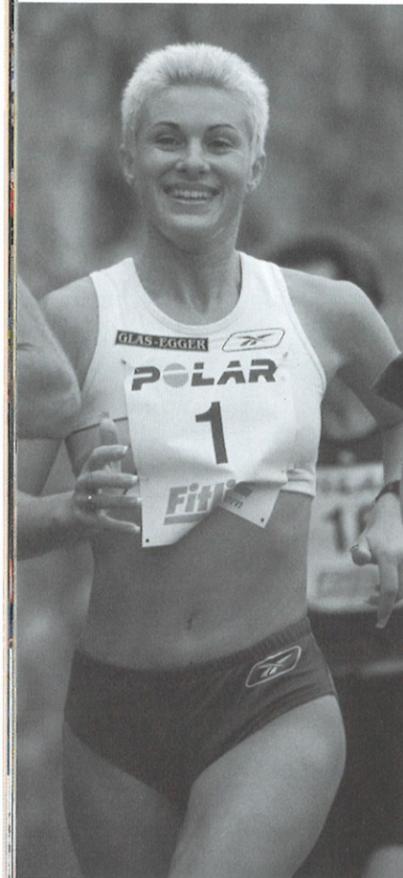
Das Siegertrio nach einer Runde: Harald Steindorfer (233) vor Markus Hohenwarter (86) und Erich Kokaly (88). Florian Prüller trinkt und steigt später aus.
Bild: Herbert Neubauer

sie nach ihrem 1:16:38-Sieg. Zwei weitere Athletinnen kamen unter 1:20 Stunden ins Ziel, und beide schafften das zum ersten mal. Helene Eidenberger und Daniela Bidmon liefen das gesamte Rennen praktisch gleichauf, umgeben von einer großen Männergruppe. In ihrem ersten Halbmarathon seit sieben Jahren hatte die Bahnspezialistin Eidenberger im Zieleinlauf die besseren Karten. 1:19:52 brachten ihr Silber, für Bidmon gab es mit 1:19:58 Bronze.

• andreas maier •

Drei unter 1:20

Bei den Frauen war die Siegerin quasi programmiert. Die neue Rekordhalterin Eva-Maria Gradwohl nutzte den Meisterschaftslauf als Test für den Wien Marathon. „Ich wollte ins Marathontempo reinkommen“, sagte



Eva Maria Gradwohl, die klare Nummer 1 in Hainburg.
Bild: Herbert Neubauer

27. April 2003, Hainburg: Österreichische Meisterschaften Halbmarathon

MÄNNER: 1. Harald Steindorfer (KLC) 1:06:55, 2. Markus Hohenwarter (LC Villach) 1:07:04, 3. Erich Kokaly (LC Villach, 1. M 35) 1:07:27, 4. Gerd Frick (LCC Wien) 1:07:32, 5. Harald Bauer (TUS Kainach) 1:07:43, 6. Jürgen Plechinger (Plechis Power Team) 1:09:56.

Mannschaft: LC Heraklith Villach (Hohenwarter, Kokaly, Andreas Lindner) 3:25:28.
Junioren: Stefan Unterrader (LG Decker Itter) 1:16:12, M 40: Manfred Gigl (LCC Wien) 1:10:02, M 45: Wilhelm Wagner (SK Vöest) 1:11:51, M 50: Alois Puchner (LGAU Pregarten) 1:15:01, M 55: Erwin Lindenthal (TVN St. Pölten) 1:21:20, M 60: Herbert Goller (LC Tirol lbk.) 1:24:44, M 65: Wilhelm Blum (SK Vöest) 1:27:34, M 70: Julius Holzner (LTC Graz) 1:49:25.

FRAUEN: 1. Eva-Maria Gradwohl (Happy Lauf Anger) 1:16:38, 2. Helene Eidenberger (LC Amstetten, 1. W 35) 1:19:52, 3. Daniela Bidmon (LCC Wien) 1:19:58, 4. Ellen Förster (ULC Linz-Obb.) 1:22:36, 5. Tina Schwarz (ATSV Ternitz) 1:24:43, 6. Karoline Dohr (TUS Kainach, 1. W 45) 1:25:21.

Mannschaft: Happy Lauf Anger (Gradwohl, Maria Zechmeister, Maria Gabbichler) 4:15:27.
W 40: Carina Lilge-Leutner (LCC Wien) 1:29:19, W 50: Theresia Zechner (LC Guggenbach) 1:54:29, W 55: Edeltraud Schneider (HRC Jaritzberg) 1:39:56, W 60: Margit Waldbrunner (Cricket) 1:41:25, W 65: Elisabeth Kühnert (Cricket) 1:49:25, W 70: Eleonore Gutsche (PSV Leoben) 2:22:19.

www.championchip.cz

NÖLV-Halbmarathonmeister- schaften

MÄNNER: 1. Andreas Repp (LC Waldviertel, 1. M 35) 1:11:40, 2. Werner Polhs (HSV Wr. Neustadt) 1:11:50, 3. Gerhard Stitz (LC Waldviertel, 1. M 45) 1:13:20. **Mannschaft:** LC Waldviertel (Repp, Stitz, Lukas Kummerer) 3:38:34, M 40: Karl Benesch (ASV Andlersdorf) 1:14:00, M 50: Wilhelm Wagner (LC Amstetten) 1:24:06, M 55: Erwin Lindenthal (TVN St. Pölten) 1:21:20, M 60: Josef Scharf (WHC Vösendorf) 1:28:44, M 65: Rudolf Friedbacher (HSV Wr. Neustadt) 1:37:03.

FRAUEN: 1. Helene Eidenberger (LC Amstetten, 1. W 35) 1:19:52, 2. Tina Schwarz (ATSV Ternitz) 1:24:43, 3. Andrea Hollunder (ATSV OMV Auersthal) 1:31:31. **Mannschaft:** LCA Umdasch Amstetten (Eidenberger, Andrea Zeilinger, Edith Mayrhofer) 4:28:29.
W 40: Anna Rupp (HSV Wr. Neustadt) 1:35:54, W 45: Edith Mayrhofer (LC Amstetten) 1:35:45, W 60: Hella Holzbauer (HSV Wr. Neustadt) 1:55:20.

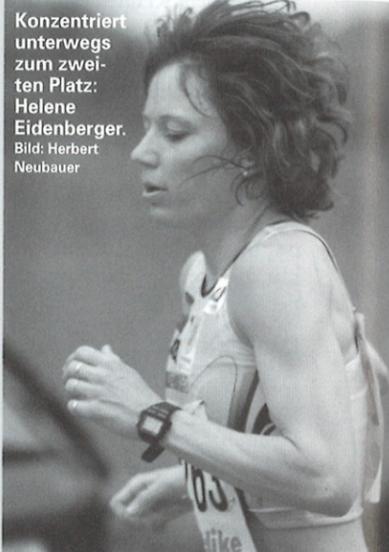
StLV-Halbmarathonmeister- schaften

MÄNNER: 1. Harald Bauer (TUS Kainach, 1. M 35) 1:07:43, 2. Jürgen Plechinger (Plechis Power Team) 1:09:56, 3. Manfred Heit (ATUS Knittelfeld) 1:11:37. **Mannschaft:** TUS Kainach (Bauer, Hans Muralter, Manfred Puffing) 3:35:23, M 40: Johann Feyel (Kolland Topsport) 1:20:41, M 45: Alois Ladenhauf (Plechis Power Team) 1:17:37, M 50: Heinz Hirtenfellner (FC Donald) 1:23:10, M 55: Waldemar Leithner (ATUS Knittelfeld) 1:22:22, M 60: Berthold Strohmayer (ATUS Knittelfeld) 1:32:35, M 65: Herbert Stelzer (Post

SV Graz) 1:43:50, M 70: Julius Holzner (LTC Graz) 1:49:25.

FRAUEN: 1. Eva-Maria Gradwohl (Happy Lauf Anger) 1:16:38, 2. Karoline Dohr (TUS Kainach, 1. W 45) 1:25:21, 3. Maria Zechmeister (Happy Lauf Anger) 1:26:13. **Mannschaft:** Happy Lauf Anger (Gradwohl, Zechmeister, Maria Gabbichler) 4:15:27, W 35: Maria Frei (Atus Zeltweg) 1:32:28, W 40: Gertraud Musenbichler (ATUS Knittelfeld) 1:42:06, W 50: Theresia Zechner (LC Guggenbach) 1:54:29, W 55: Edeltraud Schneider (HRC Jaritzberg) 1:39:56, W 60: Amanda Moser (Post SV Graz) 1:54:35, W 75: Eleonore Gutsche (PSV Leoben) 2:22:19.

Konzentriert unterwegs zum zweiten Platz: Helene Eidenberger.
Bild: Herbert Neubauer



Attnanger Oberbank-Meile Zugkräftiger Vorläufer

ATTNANG. Zwei hat er schon, eine für sich, eine für den Vater, die dritte Lokomotive wollte er für seine Mutter gewinnen, zum Muttertag. Bei der 19. Attnanger Oberbank-Meile wurde es aber nichts mit einem Sieg der Lokalmatadore. Günther Weidlinger (IGLA long life) wurde mit guter Leistung Dritter, Martin Pröll (SK VÖEST) lief als Siebenter ins Meilodrom ein. Die Meilenlokomotive war nicht im Tempo der Österreicher unterwegs.

Der Kenianer Suleiman Simotwo war aus Ostafrika nach Heidelberg geflogen, um die letzten Kilometer standesgemäß mit dem Zug nach Attnang zurückzulegen. Er sollte das Meilen-tempo vorgeben. Mit im Klassefeld zwei Olympiasieger: Venuste Niyongabo und William Tanui. Glanzvolle Namen, auch wenn der Zahn der Zeit den Glanz schon ein wenig verblasen ließ. Auf diese und den Tschechen Michael Sneider achtete Weidlinger, nicht auf

Simotwo, denn der war ja zum Tempomachen engagiert worden.

Zu langsam und zu schnell

„Das war viel zu schnell“, sagte Günther Weidlinger, nachdem er vorher „das war viel zu langsam“ von sich gegeben hatte. Kein Widerspruch. Zu langsam war's Weidlinger auf dem ersten Kilometer, 2:33 Minuten wollte er angehen, in 2:35 wurde zwar nicht gebummelt, aber ein Läu-

fer wie Weidlinger hat die zwei Sekunden im Gefühl. Tempomacher Simotwo war es, der eben nach diesen 1.000 Metern noch frisch genug war und davon stürmte. Unüblich für einen Hasen, und darum hatte auch keiner damit gerechnet. Weidlinger war's zu schnell und allen anderen auch. „Ich habe zu diesem Zeitpunkt keine Chance gehabt“, gesteht Weidlinger und war dennoch nicht unzufrieden. Dritter in 4:02,91 Minuten - für den langsameren ersten Kilometer noch eine ansprechende Zeit. Simotwo ließ sich von den tausenden Zuschauern beim Zielsprint feiern. In 4:01,86 Minuten holte er souverän den Sieg vor dem Tschechen Michael Sneider (4:02,61). Martin Pröll, im Vorjahr Dritter, verbesserte sich um eine Sekunde auf 4:05,26 Minuten, im Klassefeld reichte dies zu Platz sieben. Auch er musste aber im Finish abreißen lassen: „Die letzten 400 Meter bin ich weggebrochen!“ Im Windschatten der beiden pirschte sich der Tiroler Daniel

Spitzl langsam an die Spitze heran. Der Mittelstreckenspezialist lief in 4:11,13 Minuten auf Rang 15, knappe drei Sekunden vor dem stark verbesserten Florian Dürr der in 4:14,19 auf Rang 18 kam. Fünf Athleten blieben unter der Siegerzeit des Vorjahres. Die Olympiasieger Niyongabo und Tanui konnten in die Entscheidung nicht eingreifen und wurden Zwölfter und Fünfzehnter. Pröll und Weidlinger werden spätestens am 12. Juni in Ostrau wieder aufeinander treffen. Dort wollen sie sich für die Weltmeisterschaft über 3.000 m Hindernis qualifizieren.

Die Minilokomotiven der One-Schüler- und Jugendmeile eroberten Matthias Kalkgruber (LAC Amateure Steyr) und Lydia Windbichler (LC Heraklith Villach). Etwa 600 Kids lieferten tolle Wettkämpfe. Die Puma-Stadtlaufer heißen Martina Winter (U. Salzburg) und Christian Pflügl (LCAV doubrava).

• wolfgang adler •

Attnang, 10. Mai 2003:

19. Oberbank-Meile
MÄNNER: 1. Suleiman Simotwo (KEN) 4:01,86, 2. Michael Sneider (TCH) 4:02,61, 3. Günther Weidlinger (IGLA long life) 4:02,91, 4. Isak Sang (KEN) 4:03,11, 5. Elijah Maru (KEN) 4:04,07, 6. Branko Zorko (CRO) 4:04,95, 7. Martin Pröll (SK VÖEST) 4:05,26, ... 15. Daniel Spitzl (BSV Brixlegg) 4:11,13, 18. Florian Dürr (SVSG Lunz) 4:14,19.
JUNIOREN: Michael Schmid (LCAV doubrava) 5:02,66. **JUGEND:** Mathias Kalkgruber (LAC Steyr) 4:38,11, **SCHÜLER:** Andreas Gabor (IGLA long life) 4:52,00.
WEIBLICHE JUGEND: Lydia Windbichler (LC Villach) 5:24,87. **SCHÜLER:** Angelika Stöger (LAC Nationalp. Molln) 5:36,32.

PUMA-Stadtlaufer

MÄNNER (5,0 km): 1. Christian Pflügl (LCAV doubrava) 15:03,90, 2. Thomas Bosnjak (LCAV doubrava) 15:52,40, 3. Gerald Horvath (U. ADM Linz) 15:59,80. **AK I:** Günther Strachon (Oberbank) 16:06,30. **AK II:** Josef Rohringer (LAG Genb. Haus Ried) 16:20,90. **AK III:** Willi Bernecker (LG Kirchdorf) 17:01,20. **AK IV:** Helmut Zweimüller (LAG Genb. Haus Ried) 20:51,70.
FRAUEN (5,0 km): 1. Martina Winter (U. Salzburg) 18:03,10, 2. Monika Dambauer (LCAV doubrava, 1. AK I) 18:18,00, 3. Silke Schrattenecker (LCAV doubrava) 19:39,10. **AK II:** Christina Pilz (Schwanenstadt) 21:49,00.



Versteckter Hase: Der spätere Sieger Suleiman Simotwo (10) überließ Günther Weidlinger (2) und Michael Sneider (1) die Pace.
Bild: PLOHE

www.leichtathletik.co.at

Ich möchte die
LEICHTATHLETIK
abonnieren

Jahresabo: Inland € 31,-
Ausland € 39,-

Name: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Tel: _____

LEICHTATHLETIK

Rosenthalgasse 3
A-1140 Wien
Tel/Fax: 01/911 98 76

Bitte
ausreichend
frankieren

TELEGRAMM

STRASSENLAUF ÖSTERREICH

5. April, Waidhofen/Ybbs:

19. Int. Sparkassen Stadtlauflauf
Zwei überlegene Sieger und zwei Streckenrekorde prägen den Lauf im Ybbstal. Helene Eidenberger feierte in 29:29 Minuten einen ungefährdeten Start-Ziel-Sieg. Und auch bei den Herren entwickelte sich das schnellste Rennen seit Bestehen des Stadtlauflaufs. Verantwortlich dafür in erster Linie Florian Dürr, der drei Runden lang an der Spitze lief, gefolgt von Slavko Petrovic, Peter Wundsam, Florian Prüller und Dario Nemeč. Petrovic, kroatischer Crossmeister und Teilnehmer an Crosslauf-WM und -EM, lief in den letzten beiden Runden seinen Konkurrenten wahrlich auf und davon und siegte in Streckenrekordzeit von 24:24.

• leopold schuppenlehner •

MÄNNER (8 km): 1. Slavko Petrovic (CRO) 24:24, 2. Florian Dürr (SVSG Lunz/See) 25:09, 3. Dario Nemeč (CRO) 25:36, 4. Florian Prüller (SIG Eisenwurzen) 25:41, 5. Peter Wundsam (LCC Wels) 25:49, M 40: Josef Herzog (Amstetten) 28:35, M 45: Helmut Schürhagl (LAC Steyr) 28:25, M 50: Willi Bernecker (LG Kirchdorf) 28:35, M 55: Johann Schopf (AV Waidhofen) 33:32, M 60: Franz Ublacker (TZW Waidhofen) 36:43, M 65: Eduard Mayer (SV Viehofen), 36:26, M 70: Rudolf Opper (ASKÖ Marchtrenk) 41:41.

Junioren (8 km): Christian Lengauer (U. Purgstall) 28:33.
Jugend (3,2 km): Christian Schorn (U. Waidhofen) 11:43, Schüler (3,2 km): Klaus Scholler (RC 27 Mosser) 11:31, FRAUEN (8 km): 1. Helene Eidenberger (LC Amstetten) 29:29, 2. Michaela Kößler (ÖAMTC Hrinkow) 32:03, 3. Astrid Resch (LCU Euratsfeld, 1. Jun.) 32:24, 4. Renate Reingruber (SVSG Lunz/See) 32:40, W 40: Christa Hrabý (MTB Ginner) 34:55, W 45: Gertrude Gerstl (LCU Euratsfeld) 35:14, W 50: Gertraude Tröschner (SVSG Lunz/See) 38:41, W 55: Gertraude Hölbl (Sonntagberg) 43:14, W 60: Marianne Fischer (SVSG Lunz/See) 45:20.
Jugend (3,2 km): Julia Jetzinger (LCU Euratsfeld) 14:33, Schülerinnen (3,2 km): Victoria Schenk (Hollenstein) 14:38.

13. April 2003, Wels:

12. Int. Wels Halbmarathon
Über 900 LäuferInnen am Start in Wels, das ist ein ansehnliches Feld. Musik, Publikum und die im Lauf des Bewerbes immer stärker werdende Frühlingssonne sorgten für ausgelassene Stimmung beim Rennen an der Traun. Nach drei flachen, AIMS-vermessenen Runden siegte der Kenianer David Biwott im Schongang mit 1:06:22, Gerd Frick zeigte in 1:07:35 als bester österreichischer Läufer seine gute Form. Bei den Frauen war die 42-jährige Slowenin Ida Surbek nicht zu schlagen, Margarethe Haider kam auf den dritten Platz. Viel wurde den Läufern geboten, von der Mas-nage bis zum Gratis-Besuch des nahen Wellorado-Hallenbads. Trotzdem waren vor zwei Jahren noch

fast doppelt so viele Läufer in Wels. Der nahe Linz-Marathon mit Halbmarathon-Landesmeisterschaften eine Woche zuvor zeigte eben Wirkung. Die Teilnehmerzahlen in Wels gingen zurück, die Qualität der sehr läuferfreundlichen Veranstaltung zum Glück nicht.

• andreas maier •

MÄNNER (10 km): 1. David Biwott (KEN) 1:06:22, 2. Alexander Sitkovskyy (UKR) 1:07:14, 3. Julius Randich (KEN) 1:07:18, 4. Gerd Frick (LCC Wien) 1:07:35, 6. Wolfgang Wallner (ASKÖ Hainfeld, 1. M 35) 1:09:54, 7. Gerold Grubmüller (TSV Mattighofen) 1:12:26. Junioren: Herbert Kopp (LCT Innsbruck) 1:21:46, M 40: Hubert Gantioler (SC Weyregg) 1:15:16, M 45: Franz Flankl (LAC Steyr) 1:17:35, M 50: Peter Woldan (ULPC Grieskirchen) 1:16:02, M 55: Herbert Schützneder (Resch & Frisch Wels) 1:26:21, M 60: Siegfried John (WSV Bad Hofgastein) 1:31:18, M 65: Johann Weber (LCAV doubrava) 1:26:43, M 70: Norbert Schild (LCAV doubrava) 1:42:55.

FRAUEN (10 km): 1. Ida Surbek (SLO, 1. W 40) 1:17:42, 2. Jackline Amukereng (KEN) 1:20:01, 3. Margarethe Haider (TV Zell am See) 1:23:14, 4. Sabine Stelzmüller (TV Wels) 1:24:54, 5. Margarete Kroiss (ASV Salzburg, 1. W 35) 1:26:47. Junioren: Bernadette Pree (SIG Eisenwurzen) 1:38:31, W 45: Veronika Weyrich (Henndorf) 1:40:48, W 50: Sissy Drugowitsch (ASKÖ Marchtrenk) 1:44:41, W 55: Erika Tweraser (ALC Wels) 1:42:26, W 60: Monika Karl (U. Suben) 2:11:43. (863 im Ziel)

www.pentek-timing.at




Margarethe Haider:
Stürmischer Gratulant für die schnellste Österreicherin in Wels.
Bild: Bärbel Pachinger

21. April 2003, Pinkafeld:

BLV Straßenlauf-Landesmeisterschaften
MÄNNER (10 km): 1. Stephan Seeböck (HSV Pinkafeld) 32:11, 2. Gerhard Aminger (LC Horitschon) 32:33, 3. Martin Pongraz (HSV Pinkafeld) 33:25.

JUGEND (5 km): 1. Christian Hackl (HSV Pinkafeld) 17:40.
FRAUEN (10 km): 1. Claudia Meisterhofer (HSV Pinkafeld) 38:50, 2. Karina Mayer (LC Horitschon) 44:29, 3. Claudia Reithmeier (HSV Pinkafeld) 45:58.
JUGEND (5 km): Denise Ulreich (HSV Pinkafeld) 22:02.

12. Pinkafelder Stadtlauflauf

MÄNNER (10 km): 1. Stepan Zsolt (HUN) 29:20, 2. David Biwott David (KEN) 29:24, 3. Julius Randich (KEN) 29:26, 5. Harald Bauer (TUS Kainach) 30:30, 6. Andreas Lindner (LC Villach) 31:28.
FRAUEN (10 km): 1. Ingrid Eichberger (HSV Wr. Neustadt) 36:25, 2. Michaela Kössler (ÖAMTC Steyr) 36:54, 3. Timea Hubai (HUN) 37:26.

www.pentek-timing.at


26. April 2003, Linz:

16. Int. 3-Brücken-Lauf
MÄNNER (6 km): 1. Martin Pröll (SK Vöest) 17:51, 2. Georg Mlynek (SK Vöest) 19:30, 3. Radomir Soukup (CZE) 19:33, 4. Thomas Aichbauer (LGAU Pregarten) 19:38, M 40: Karl Raderer (Inst. Hartheim) 19:55, M 45: Johann Danner (USV Zwettl) 21:28, M 50: Josef Kutnohorský (U. Wels) 22:02, M 60: Dieter Lindl (PSV Linz) 24:27.

FRAUEN (6 km): 1. Ulli Puchner (Trirun Linz) 22:40, 2. Andrea Springer (Rohrbach) 23:35, 3. Sigrid Bumberger Sigrid (Linz) 23:40. JUNIOREN: Sylvia Deschka (BORG Honauerstr.) 23:59, W 40: Irmi Kubicka (LGAU Pregarten) 23:56, W 50: Erika Gratzl (Wagner Jau-regg) 25:49, W 60: Ursula Gitschner (St. Florian) 32:22 (1.913 im Ziel)

www.pentek-timing.at


26. April 2003, Hainfeld:

6. Sparkassen Stadtlauflauf
MÄNNER (8,4 km): 1. Eliah Kipruto-Sang (KEN) 25:01, 2. David Biwott (KEN) 25:11, 3. Mykola Rudyk (UKR) 25:36, 5. Wolfgang Wallner (ASKÖ Hainfeld) 27:10, 6. Herbert Köberl (ASKÖ Hainfeld) 27:40, 7. Roland Scheifflinger (TVN St. Pölten) 28:48.
FRAUEN (8,4 km): 1. Agnes Kroneraff (HUN) 32:00, 2. Veronika Kienbichl (ASKÖ Hainfeld, 1. W 40) 33:03, 3. Andrea Weirer (ASKÖ Hainfeld) 35:16.

www.pentek-timing.at


27. April 2003, Salzburg:

AMREF-Halbmarathon
Der AMREF-Halbmarathon sah einen fünffachen kenianischen Sieg. John Kation war in 1:03:17 die Nummer 1. Bei den Frauen siegte Jayne-Jebiwot Rotich in 1:13:58. Lokalmatadorin Maria Koch erreichte als beste Österreicherin und Gesamtdritte in 1:20:10 das Ziel. Von jedem der ca. 1.300 Teilnehmer ging ein Betrag von 4 Euro an die „Fliegenden Ärzte“ von AMREF.

MÄNNER: 1. John Katio (KEN) 1:03:17, 2. Musa Cherutich (KEN) 1:03:59, 3. John Kipchumba (KEN) 1:06:05, 6. Daniel Steinlechner (U. Salzburg) 1:11:20, 8. Gerhard Wörndl (ASV ASKÖ Salzburg) 1:12:12, 9. Wolfgang Millinger (U. Salzburg) 1:12:46.
FRAUEN: 1. Jayne-Jebiwot Rotich (KEN) 1:13:58, 2. Elvine-Jepkoeh Korir (KEN) 1:17:28, 3. Maria Koch (ASV ASKÖ Salzburg) 1:20:10, 6. Monika Dambauer (LCAV doubrava) 1:21:14, 7. Roswitha Stadlober (U. Salzburg) 1:23:23.

www.pentek-timing.at


27. April 2003, Wien-Prater:

LCC Jubiläums-Halbmarathon
Drei Jahre LCC-Zentrum im Hapfel-Stadion wurden im Prater läuferisch gefeiert.

MÄNNER (21,1 km): 1. Eliha Kipruto Sang (KEN) 1:02:50, 2. Mykola Rudyk (UKR) 1:08:05, 3. Gerhard Hartmann (LCC Wien, 1. M 40) 1:14:48, 4. Georg Scheiber (ÖTB Wien) 1:15:07, 5. Martin Stiedry (Wien) 1:16:24.
FRAUEN (21,1 km): 1. Tamara Koba (UKR) 1:20:25, 2. Petra Hangweier (Wels) 1:31:37, 3. Tina Parits (Siegen-dorf) 1:36:07, 4. Sonja Langer (Hohenau) 1:36:47. (617 beim Halbmarathon im Ziel, 140 über 7 km)

www.lcc-wien.at

27. April 2003, Kufstein:

1. Kufsteiner Running Weekend Halbmarathon
MÄNNER: 1. Vitaly Melzaev (UKR) 1:09:25, 2. Alexander Rieder (LSV 1990 Kitzbühel) 1:10:57, 3. Gerald Habison (LG Decker Itter) 1:14:31.
FRAUEN: 1. Eveline Kimuria (KEN) 1:25:08, 2. Verena Lechner (LG Pletzer Hopfgarten) 1:27:01, 3. Käthe Arzberger (SCLT Breitenbach) 1:28:29. Viertelmarathon

MÄNNER: 1. Alexander Sitkovskyy (UKR) 33:27, 2. Franz Fuchs (LG Decker Itter) 35:07.
FRAUEN: 1. Jackline Amukereng (KEN) 40:12, 2. Barbara Exenberger (SCLT Breitenbach) 44:12. (Gesamt 531 im Ziel)

27. April 2003, Bludenz:

VLV-Halbmarathonmeisterschaften
MÄNNER: 1. Horst Galler 1:14:54, 2. Hanspeter Fritz 1:15:11 (1. M 40), 3. Benjamin Griell (LSG Vorarlberg) 1:15:51. Mannschaft: LSG Vorarlberg (Griell, Steger, Feichtinger) 3:51:35, M 50: Armin Loacker, M 60: Eugen Loacker
FRAUEN: 1. Petra Summer 1:24:05, 2. Ilse Wohlgenannt 1:39:15 (1. W 40), 3. Ulrike Lang (Tri Team Lustenau) 1:42:57. Mannschaft: ULC Bludenz (Rusch, Lenz, Pichler) 5:26:18.

www.ulc-bludenz.at

1. Mai 2003, Mattighofen:

18. Wüstenrot Stadtlauflauf
Läufer aus Oberösterreich, Salzburg und Bayern trafen sich in Mattighofen. Günther Weidlinger und Vielläufnerin Maria Koch gewannen auf dem schönen, aber nicht einfachen 6,6 km Kurs im Innviertel. Obwohl nur zwei Runden zu laufen waren kamen

die Läufer mehrmals am Ziel vorbei, ohne dass es zu Überrundungen oder Problemen kam.

• rene van zee •

MÄNNER (6,6 km): 1. Günther Weidlinger (IGLA long life) 19:38, 2. Gerold Grubmüller (TSV Mattighofen) 21:17, 3. Franz Neuhuber (ASV Salzburg) 21:49, M 40: 2. Holger Förster (LAC Salzburg) 22:07, M 50: 2. Herbert Katzlberger (LAG Genb. Ried) 23:51, M 60: 2. Rudolf Obersteiner (SV Seekirchen) 27:22.
FRAUEN (6,6 km): 1. Maria Koch (ASV Salzburg) 24:25, 2. Roswitha Stadlober (U. Salzburg, 1. W 40) 25:01, 3. Nicole Wagner (LAC Steyr) 25:05, W 50: 2. Maryke van Zee (WSV Bad Hofgastein) 33:05. (331 im Ziel)

www.tsv.at.gs

3. Mai 2003, Wien:

6. Wiener Feuerwehrlauf
Verlegt von der Donauinsel in die Hauptallee bot der 6. Wiener Feuerwehrlauf eine flache, abwechslungsreiche Strecke über Asphalt, Waldböden und Kieswege, die zudem gut vor Wind und Wetter schützen kann. Das begrüßten auch die Rollstuhlfahrer, obwohl die Bodenunebenheiten für erschwerte Bedingungen sorgten. Vizebürgermeisterin Grete Laska feuerte den Startschuss ab und 520 Läufer und Läuferinnen preschten durch die Rustenschacherallee. Der Gedenklauf für den während eines Einsatzes ums Leben gekommenen Feuerwehrmann Michael Podhnik führte unmittelbar an dessen Gedenkstätte vorbei. Perfekte Infrastruktur mit Duschen und Umkleidekabinen im Zielgelände am STAW Platz waren für die Hobbyathleten ebenfalls eine angenehme Verbesserung gegenüber dem alten Veranstaltungsort. Dazu gab es beste Verpflegung und Kinderbetreuung während des Laufes. Organisator Alexander Matejka spendete pro Teilnehmer 10 Cent zur Förderung der Jugend des Leichtathletiksports.

• christine illetschko •

MÄNNER (10 km): 1. Patrick Klüber (Wien) 34:42, 2. Ronald Pranz 34:53, 3. Heinz Prettenhofer (ULC Mödling) 35:31.
FRAUEN (10 km): 1. Karin Rantasa (RV Friesen) 45:09, 2. Sylvia Czermak (LC Strasshof) 45:54, 3. Jutta Luntzer (LC Quicky Winden) 45:59.
MÄNNER (5 km): Stefan Schmid (ÖAV Tri Tulln) 17:29.
FRAUEN (5 km): Angie Jorde 22:07.

www.pentek-timing.at

MÄNNER (10 km): 1. Patrick Klüber (Wien) 34:42, 2. Ronald Pranz 34:53, 3. Heinz Prettenhofer (ULC Mödling) 35:31.
FRAUEN (10 km): 1. Karin Rantasa (RV Friesen) 45:09, 2. Sylvia Czermak (LC Strasshof) 45:54, 3. Jutta Luntzer (LC Quicky Winden) 45:59.
MÄNNER (5 km): Stefan Schmid (ÖAV Tri Tulln) 17:29.
FRAUEN (5 km): Angie Jorde 22:07.

www.pentek-timing.at


4. Mai 2003, Innsbruck:

19. Innsbrucker Stadtlauflauf
MÄNNER (10 km): 1. Mykola Rudyk (UKR) 30:16, 2. Alexander Sitkovskyy (UKR) 30:17, 3. Roland Weissteiner (ITA) 30:20, 5. Roland Waldner (LG Pletzer Hopfgarten) 31:36, 8. Alexander Rieder (LSV 1990 Kitzbühel) 32:17, 11. Thomas Waldhart (LG Telfs) 33:41.
FRAUEN (10 km): 1. Simona Staicu (HUN) 35:43, 2. Elena Samko (UKR) 36:19, 3. Christina Theissl (ITA) 37:13, 5. Ellen Förster Ellen (ULC Linz-Obb.)

37:31, 7. Sabine Hofer (LAC Salzburg, 1. W 40) 41:04. (1.044 über 10 km im Ziel, insgesamt 1.851)

www.stadtlauf-innsbruck.com

4. Mai 2003, Ehrenhausen - Wies:

Welschlauf
Streckenrekord für den 36-jährigen Triathleten Günther Punhösl, der neben der Marathondistanz auch zahlreiche Höhenmeter in der Südsteiermark zu überwinden hatte.

Marathon
MÄNNER: 1. Günther Punhösl (KSV Triathlon) 2:47:03, 2. Ralph Staudach (Tri Team Lustenau) 2:55:16, 3. Adam Mandl (Fitline) 2:57:51.
FRAUEN: 1. Karoline Dohr (TUS Kainach) 3:21:13, 2. Renate Vogel (Salzburg) 3:40:30, 3. Rosa Halbauer (Markt Piesting) 3:43:44.

Halbmarathon:

MÄNNER: 1. Manfred Konrad (Kolland Toppsport) 1:16:28, 2. Hans Muralter (TUS Kainach) 1:17:56, 3. Herbert Köberl (ASKÖ Hainfeld) 1:18:00.
FRAUEN: 1. Eva Janout (LG Kirchdorf) 1:34:08, 2. Erika Juvan (SLO) 1:42:39, 3. Cornelia Kurzmann (Heiligenkreuz) 1:45:04. (344 beim Marathon im Ziel, 1.045 beim Halbmarathon, 449 beim Viertelmarathon)

www.pentek-timing.at



4. Mai 2003, Hallstatt:

17. Int. Lauf um den Hallstättersee
MÄNNER (21,1 km): 1. David Biwott (KEN) 1:06:37, 2. Julius Randich (KEN) 1:07:41, 3. John Beikong (KEN) 1:11:48, 4. Franz Ellmayer (LG WSV St. Wolfgang) 1:12:24, 5. Philipp Scheutzy (Sport Lichtenegger) 1:13:58, 6. Lutz Michaelis (Trirun Linz) 1:15:16, M 40: Peter Woldan (ULPC Grieskirchen) 1:18:19, M 50: Friedrich Lettner (Nurmis Enkel) 1:26:24, M 60: Helmut Großmayer (U. Gmunden) 1:39:46, M 65: Johann Weber (LCAV doubrava) 1:26:14.
FRAUEN (21,1 km): 1. Monika Dambauer (LCAV doubrava) 1:23:12, 2. Eveline Kimuria (KEN) 1:25:25, 3. Barbara Pointner (Bad Hofgastein, 1. W 40) 1:27:07, 4. Michaela Kössler (ÖAMTC Hrinkow) 1:30:40, W 45: Anni Frotschnig (LAC Salzburg) 1:32:46, W 50: Michele Vetter (FRA/Wels) 1:43:17. (1.165 im Ziel)

www.pentek-timing.at



17. Mai 2003, Pasching:

8. Plus City Lauf
MÄNNER (8 km): 1. Günther Strachon (ÖAMTC Hrinkow) 26:51, 2. Wolfgang Weissengruber (Waldburg) 26:59, 3. Egon Schmalzer (LG AU Pregarten, 1. M 40) 27:07.
FRAUEN (8 km): 1. Sandra Baumann (IGLA long life) 29:57, 2. Ulrike Puchner (Tri Run Linz) 30:20, 3. Frieda Lackner (TVN Kronstorf, 1. W 40) 32:23. (368 im Ziel)

www.sports-timing-magnet.at

18. Mai 2003, Salzburg:

2. Salzburger dm Frauenlauf
FRAUEN (5,2 km): 1. Elena Samko (UKR) 17:55, 2. Eva Trost (LG Rupertwinkel) 18:09, 3. Jackline Amukereng (KEN) 18:21, 5. Martina Winter (U. Salzburg) 19:03, 6. Roswitha Stadlober (Marathon Girls) 19:31. (77 im Hauptlauf im Ziel, gesamt 115 im Ziel)

29. Mai 2003, Altaussee:

22. Narzissenlauf
MÄNNER (15,5 km): 1. Hans Muralter (TUS Kainach) 55:20, 2. Andreas Auer (SCLT Breitenbach, 1. M 40) 55:50, 3. Josef Fuchs (ATSV Nurmis Ternitz, 2. M 40) 56:32.
8,1 km: 1. Hermann Oberpichler (U. Lienz) 28:01, 2. Andreas Schleipfner (Run&Bike Zeller) 28:07, 3. Andreas Nickenig (U. Neuhofen) 28:15.
FRAUEN (15,5 km): 1. Gabriele Huber (Run&Bike Zeller) 1:11:17, 2. Monika Kert (Wien) 1:13:44, 3. Sonja Königse-der (DJK Laufwölfe) 1:13:55, 8,1 km: 1. Heidi Schiefer (ASV Salzburg, 1. W 40) 33:44, 2. Katrin Stang-gasser (GER) 34:19, 3. Evelin Schwandner (SV Gallneukirchen) 34:54. (583 im Ziel)

29. Mai 2003, Mariazell:

Mariazellerland Halbmarathon
MÄNNER: 1. Gernot Hammer 1:14:51, 2. Andreas Grabner (Mürz-steg) 1:14:52, 3. Harald Gschwan-degger (SVSG Lunz/See) 1:15:05.
FRAUEN: 1. Veronika Kienbichl (ASKÖ Hainfeld, 1. W 40) 1:23:58, 2. Andrea Weirer (ASKÖ Hainfeld) 1:32:42, 3. Gertrude Gerstl (LCU Euratsfeld) 1:34:19. (291 im Ziel)

www.pentek-timing.at


1. Juni 2003, Mondsee:

Mondsee Halbmarathon
MÄNNER: 1. Marc Mulow (KEN) 1:06:10, 2. Victor Gatundu 1:07:17, 3. John Beikong (KEN) 1:08:29, 6. Max Springer (LG AU Pregarten, 1. M 40) 1:11:49, 7. Franz Ellmayer (LG St. Wolfgang) 1:13:04, 8. Thomas Bosnjak (Zulu Sports) 1:13:15.
FRAUEN: 1. Dana Janeckova (SLO) 1:17:15, 2. Jackline Amukereng (KEN) 1:22:55, 3. Eveline Kimuria (KEN) 1:23:16, 4. Barbara Pointner (WSV Bad Hofgastein, 1. W 40) 1:27:35, 5. Karola Schustereder (Gmunden) 1:31:41, 6. Doris Mayer (ULC Klosterneuburg) 1:35:17. (1.065 im Ziel)

www.pentek-timing.at


1. Juni 2003, Linz:

5. Linzer dm Frauenlauf
6,8 km: 1. Sandra Baumann Sandra (IGLA long life) 0:26:16, 2. Helene Eidenberger (LC Amstetten) 26:16, 3. Sigrid Katzer (LTC Graz) 28:12, W 40: Anna Pusch (Hartkirchen) 28:59, W 50: Elfriede Mayrbäurl (LAC Steyr) 29:09.
3,4 km: 1. Alexandra Kumpf (Pichling) 11:58, 2. Renate Reingruber (SVSG

Lunz/See) 12:17, 3. Frieda Lackner (TVN Kronstorf, 1. W 40) (318 im Ziel)

www.pentek-timing.at



ULTRA

5. April 2003, Langenzersdorf

8. Int. Langenzersdorfer Laufsport-tag

Gestartet wurde bei kalten 6° C, Windböen bis zu 80km/h und fallweisen Regenschauern um 8 Uhr im Erholungsgebiet „Seeschlacht“. Auf dem ebenen Rundkurs über 1.112 Meter standen 50 km oder der 10 Stundenlauf zur Wahl. Schon von Beginn an setzte sich der Ungar Laszlo Olasz an die Spitze des Feldes der 50 km Läufer und siegte in 3:14 Stunden mit klarem Vorsprung. Eben-so deutlich war bei den Frauen Edith Berces vorne, mit 252 km die regierende Weltrekordlerin im 24-Stunden-Lauf. Zoltan Osso sorgte im 10-Stunden-Bewerb für den dritten ungarischen Sieg an diesem Tag. Leider gab es für die Hobbysportler trotz der kalten Witterung keine warmen Getränke oder warme Suppe, sondern Mineral, Bananen, Obst und Kekse. „Selbst ist der Mann / die Frau!“, war hier das Motto.

• christine illetschko •

50 Kilometer

MÄNNER: 1. Laszlo Olasz (HUN) 3:14, 2. Wilfried Strallhofer (Wien) 3:34, 3. Christian Ulreich (RT Konrath) 3:39.
FRAUEN: 1. Edith Berces (HUN) 3:42, 2. Christine Aigner (Erste Bank) 4:33, 3. Astrid Wolfberger (Unzenmarkt) 5:16.

10 Stunden

MÄNNER: 1. Zoltan Osso (HUN) 125,656 km, 2. Rudolf Ottisch (Wienerland) 124,332 km, 3. Josef Wagner (ASV Andlersdorf) 112,312 km.

19. April 2003, Chernogolovka

(RUS):
100 km Europameisterschaften
MÄNNER: 1. Farid Ganiyev (RUS) 6:28:27, 2. Grigoriy Murzin (

Heuer verhinderte ein starker Temperaturanstieg in den letzten beiden Tagen vor dem Lauf Spitzenzeiten. Aber es war ein sehr spannendes Rennen, das die zahlreichen Zuschauer begeisterte. Sieger wurde William Kiplagat in 2:07:42 vor Josephat Kiprono (2:07:54) und 10.000 m Europameister Jose Martinez (2:08:09). Die holländische Hoffnung Kamiel Maase blieb in 2:10:28 genau zwei Sekunden unter der Olympianorm für Athen - und kann somit schon jetzt für die Spiele planen!

• **rene van zee** •

MÄNNER: 1. William Kiplagat (KEN) 2:07:42, 2. Josephat Kiprono (KEN)

2:07:53, 3. Jose M. Martinez (ESP) 2:08:09. Andreas Schleipfner (AUT) 2:38:55.
FRAUEN: 1. Olivera Jevtic (SRB) 2:25:23, 2. Hiromi Ominami (JPN) 2:26:17, 3. Maria Teresa Pulido (ESP) 2:31:56. Ellen Förster (AUT) 2:58:41.
www.rotterdammaraton.nl

13. April 2003, Carlsbad (USA): Carlsbad 5.000

Berhane Adere stellt den Weltrekord im 5.000 m Straßenlauf der US-Amerikanerin Deena Drossin ein.

MÄNNER: 1. Dejene Berhanu (ETH) 13:19, 2. John Korir (KEN) 13:21, 3. James Koskei (KEN) 13:23.

Lächelt mal wieder!

Laufen macht doch Spaß, oder? Als begeisterter Hobby-Jogger möchte ich an dieser Stelle versuchen, einen kleinen Appell an all die LäuferInnen zu richten: Von zehn vorbeikommenden LäuferInnen erwidern nur ca. vier ein freundliches „Grüß Dich“ oder Ähnliches. Bei allen anderen hat man das Gefühl, sie laufen sich einen Frust von der Seele. Es muss ja nicht gerade ein überzogener

„Um den Hals fallen“ sein, aber wenigstens die Hand kurz zum Gruß heben oder nur einfach ein freundliches Kopfnicken wären toll und würde die Freundschaft unter uns LäuferInnen nur noch mehr symbolisieren. Also Freunde, bis zu nächsten Begegnung auf den schönen Laufstrecken in Österreich.

Don't worry, be happy!

• **kurt kaltenböck** •



Bild: PLOHE

FRAUEN: 1. Berhane Adere (ETH) 14:54, 2. Isabella Ochichi (KEN) 14:56, 3. Tirunesh Dibaba (ETH) 15:00.

19. April 2003, Paderborn (GER): 57. Paderborner Osterlauf

Beim stark besetzten Paderborner Osterlauf erreichte Michael Buchleitner am Karsamstag mit 1:03:16 Stunden seine zweitbeste Halbmarathonmarke. Der Mödlinger blieb als sechster des Rennens nur 18 Sekunden über seiner eigenen ÖLV-Bestleistung.

Halbmarathon: MÄNNER: 1. Tendai Chimusasa (ZIM) 1:02:03, 2. Girma Tesfaye (ETH) 1:02:05, 3. Tariku Jufa (ETH) 1:02:07, 6. Michael Buchleitner (AUT) 1:03:16.

10 Kilometer:

MÄNNER: 1. W. Kipkosgei Chemweno (KEN) 28:19, 6. Jonathan Wyatt (NZL) 28:26.

FRAUEN: 1. Irina Mikitenko (GER) 31:28, 12. Kathrin Dörre-Heinig (GER) 34:29.

www.paderborner-osterlauf.de

21. April 2003, Boston (USA): Boston Marathon

MÄNNER: 1. Robert Cheruiyot (KEN) 2:10:11, 2. Benjamin Kimutai Kosgei (KEN) 2:10:34, 3. Martin Lel (KEN) 2:11:11.

FRAUEN: 1. Svetlana Zakharova (RUS) 2:25:20, 2. Lyubov Denisova (RUS) 2:26:51, 3. Joyce Chepchumba (KEN) 2:27:20.

26. April 2003, Nashville (USA): Country Music Marathon

FRAUEN: 1. Irina Bogacheva (KGZ, Jg. 1961!) 2:28:06.

27. April 2003, Hamburg (GER): Hamburg Marathon

Bemerkenswerter Solosieg und Streckenrekord bei windigen Bedingungen für den Spanier Julio Rey. Cross-Europameisterin Helena Javornik (SLO) verbessert ihren persönlichen und nationalen Rekord um zwei Sekunden. Eine Woche später

wurde sie in Luzern über 4,1 km Zweite in 12:54, eine weitere Woche später siegte sie beim Grand Prix von Bern (10 Meilen) in 53:46, eine weitere Woche später in Radenci (SLO) bei einem Halbmarathon in 1:12:50, bevor sie am 1. Juni in Hengelo in die Bahnsaison einstieg.

MÄNNER: 1. Julio Rey (ESP) 2:07:27, 2. Henry Cherono (KEN) 2:11:55, 7. Jonathan Wyatt (NZL) 2:13:00, 8. Roman Kejzar (SLO) 2:13:26. Hubert Gantioler (AUT) 2:41:19.

FRAUEN: 1. Helen Kimutai (KEN) 2:25:52, 2. S. Gemechu (ETH) 2:27:46, 3. Helena Javornik (SLO) 2:28:13. Magdalena Schiffer (AUT) 3:13:24.

11. Mai 2003, Casablanca (MAR): Int. Frauenlauf (10 km)

1. Zhor El Kamch (MAR) 31:37, 2. Tegla Loroupe (KEN) 31:55, 3. Malika Assahah (MAR) 32:01. (12.000 Teilnehmerinnen)

18. Mai 2003, Prag (CZE): Prag-Marathon

MÄNNER: 1. Willy Cheruiyot (KEN) 2:11:56, 2. Paul Kanda (KEN) 2:12:18, 3. Habtamu Bekele (ETH) 2:14:10, 5. Avelle Satain (48), ISR, 2:15:53.

FRAUEN: 1. Anne Jelegat Kibor (KEN) 2:31:10, 2. Alice Chelang (KEN) 2:31:25, 3. Abebe Tola (ETH) 2:37:20.

www.pim.cz

25. Mai 2003, Berlin (GER): 20. Berliner Frauenlauf

10 km: 1. Lenah Cheruiyot (KEN) 33:26, 2. Kathrin Weßel (GER) 33:24, 3. Sonja Oberem (GER) 33:39. (10.528 Teilnehmerinnen aus 44 Ländern über 5 und 10 km)

Fitlike
fit und vorn
<http://www.fitlike.at/fitlike>

LEICHTATHLETIK

Die günstigsten Inserate-Preise

Ja wo gibt's denn so etwas? Ein halbseitiges Inserat um 310,- Euro! Da könnte man glatt auf die Idee kommen, sich die Ausschreibung zu ersparen. Nimmt man nämlich die Kosten für Druck oder Kopieren und den Versand eines solchen Papiers, ist das Inserat in der **LEICHTATHLETIK** wirklich ein Sonderangebot. Darüber hinaus erreichen Sie mit einer Anzeige jeden LA-Verein in Österreich sowie die Sportler und Trainer im In- und Ausland. 30 oder 40 Teilnehmer mehr bei Ihrer Veranstaltung, und das Inserat hat sich bezahlt gemacht.

Die **LEICHTATHLETIK** bietet allen Veranstaltern, ob Lauf oder Meeting, Inserate zum halben Preis.

Im Detail sind das für eine viertel Seite 215,- Euro (in Farbe 275,-), für eine dritte Seite 235,- Euro (310,-), für eine halbe Seite 310,- Euro (425,-) oder für eine ganze Seite 505,- Euro (700,-).

Rufen Sie an oder informieren Sie sich im Internet: Tel. 0664/2545054, e-mail: laoffice@netway.at.

www.leichtathletik.co.at

Österreichische Geher-Meisterschaften Go for Gold

SPITTAL/DRAU. Viera Toporek und Stephan Wögerbauer siegten bei den Österreichischen Meisterschaften im 10 und 20 Kilometer Straßengehen. Noch schneller waren die Geher aus Ungarn.

An die 70 Teilnehmer aus sechs Ländern kamen zum international ausgeschriebenen Geherbewerb in Spittal an der Drau, im Rahmen dessen die Österreichischen Meister ermittelt wurden. Bei den Frauen über 10 Kilometer lag Viera Toporek auf den ersten drei Kilometern sogar in Führung, die erst 18-jährige Ungarin Dora Nemere ging dann aber in Front und ließ sich den Sieg nicht mehr nehmen. Toporek holte in 52:18 Minuten als Zweite des Bewerbes den Meistertitel und blieb als einzige Österreicherin unter einer Stunde.

Die Herren hatten die doppelte Distanz zurückzulegen, und auch hier siegte ein junger ungarischer Athlet. Peter Domjan aus Szombathely war in 1:32:51 Stunden nicht zu schlagen. Bester Österreicher: Stephan Wögerbauer als Gesamtdritter, der mit 1:36:21 vor Norbert Jung und Johann Siegele im Meisterschaftsbewerb erfolgreich war. Mit dem Sieg in der Mannschaftswertung gewann der Seriensieger die Österreichischen Meistertitel Nummer 45 und 46 in seiner Geherkarriere.

Rückblick, Weitblick, Durchblick ...

LEICHTATHLETIK
DIE ZEITSCHRIFT FÜR LÄUFER UND LEICHTATHLETEN



Meisterschaftsfeld in Spittal: Mit der Nummer 140 Organisator und M 60-Sieger Hermann Strieder.

4. Mai 2003, Spittal/Drau: Österreichischen Meisterschaften Straßengehen

MÄNNER (20 km): 1. Stephan Wögerbauer (ÖTB Wien, 1. M 40) 1:36:21, 2. Norbert Jung (LCC Wien, 1. M 35) 1:47:07, 3. Johann Siegele (SVS, 1. M 55) 1:48:29, 4. Roland Böhm (ULC Mödling) 1:51:41, 5. Hermann Strieder (Spittaler TV 1872, 1. M 60) 1:54:45, 6. Johann Holmquist (ÖTB Wien) 1:56:58, 7. Wilfried Siegele (SVS, 1. M 45) 1:57:04. M 50: Anton Schirnbrand (ÖTB Wien) 2:07:35. MANNSCHAFT: ÖTB Wien (Wögerbauer, Holmquist, Schirnbrand) 5:40:54. SCHÜLER (3 km): Raphael Pallitsch (LT Burgenland) 17:52. Internationale Wertung (20 km): 1. Peter Domjan (HUN) 1:32:51, 2. Roberto Cervi (ITA, M 50) 1:35:50, 3. Stephan Wögerbauer (ÖTB Wien) 1:36:21.

FRAUEN (10 km): 1. Viera Toporek (LCC Wien, W 35) 52:18, 2. Monika Schwantzer (Kapfenberger SV, W 45) 1:01:39, 3. Elfriede Wögerbauer (ÖTB Wien, W 40) 1:05:08, 4. Elisabeth Siegele (SVS) 1:09:37. JUNIOREN (5 km): Barbara Prieler (LT Burgenland) 32:21. SCHÜLER (3 km): Tanja Trittnier (LT Burgenland) 17:52. Internationale Wertung (10 km): 1. Dora Nemere (HUN) 50:31, 2. Viera Toporek (LCC Wien) 52:18, 3. Kristina Kernacs (HUN) 53:51.

www.strieder.at/gehen

18. Mai 2003, Itter, Kraftalm-Berglauf: TLV-Berglaufmeisterschaften

MÄNNER (8 km, HD 700 m): 1. Markus Kröll 36:34, 2. Alexander Rieder 36:37, 3. Josef Wachter (alle LSV 1990 Kitzbühel) 38:29. JUNIOREN: Floria Ebenbichler 46:58. SCHÜLER (1,8 km): Dominik Zierler 10:53. JUGEND (1,8 km): Claudio Schön 12:19.

FRAUEN (8 km, HD 700 m): 1. Patricia Rausch (SC LT Breitenbach) 46:20, 2. Henriette Holzknecht (BLT Studio Lipburg) 48:30, 3. Maria Emberger (LG Pletzer Hopfgarten) 49:42. JUNIOREN: Carina Wasle 49:12. SCHÜLER (1,8 km): Andrea Danler 12:46. JUGEND (1,8 km): Kathrin Geiger 13:27.

www.sports.timing.magnet.at

BERGLAUF

10. Mai 2003, Bludenz: VLV-Berglaufmeisterschaften

MÄNNER (8 km, 800 m HD): 1. Mar-

tin Reiner (TS Bregenz, 1. M 40) 40:27, 2. Sepp Neuhauser (Tri Team Kleinwalsertal) 41:03, 3. Dieter Langenscheidt (Tri Team Lustenau, 2. M 40) 42:28. M 50: Günther Dorn (LSG Vorarlberg) 47:27. M 60: Herbert Burtscher (ULC Bludenz) 53:16. Mannschaft: Tri Team Lustenau (Langenscheidt, Siegfried Hagen, Horst Galler) 2:08:30.

FRAUEN (8 km, 800 m HD): 1. Petra Summer (Saeco Power Team) 47:00, 2. Brigitte Ellensohn (WSV Zumtobel, 1. W 40) 50:20, 3. Anett Rusch (ULC Bludenz) 1:00:43. W 50: Monika Pichler (ULC Bludenz) 1:07:47. Mannschaft: ULC Bludenz (Rusch, Maria Luise Lenz, Angelika Pfeifer) 3:11:32. (8 km, 800 m HD)

Int. Muttersberglauflauf

MÄNNER: 1. Franco Torresani (ITA) 37:40, 2. Rudolf Reitberger (LCC Wien) 38:52, 3. Richard Oberdorfer (Sistrans) 39:04.

18. Mai 2003, Itter, Kraftalm-Berglauf: TLV-Berglaufmeisterschaften

MÄNNER (8 km, HD 700 m): 1. Markus Kröll 36:34, 2. Alexander Rieder 36:37, 3. Josef Wachter (alle LSV 1990 Kitzbühel) 38:29. JUNIOREN: Floria Ebenbichler 46:58.

SCHÜLER (1,8 km): Dominik Zierler 10:53. JUGEND (1,8 km): Claudio Schön 12:19.

FRAUEN (8 km, HD 700 m): 1. Patricia Rausch (SC LT Breitenbach) 46:20, 2. Henriette Holzknecht (BLT Studio Lipburg) 48:30, 3. Maria Emberger (LG Pletzer Hopfgarten) 49:42. JUNIOREN: Carina Wasle 49:12.

SCHÜLER (1,8 km): Andrea Danler 12:46. JUGEND (1,8 km): Kathrin Geiger 13:27.

www.sports.timing.magnet.at

25. Mai 2003, Hinterstoder: Priel Berglauf

MÄNNER (9,1 km): 1. Alfred Mandl (HSV Wals) 51:58, 2. Jürgen Plechinger (Plechis Power Team) 53:05, 3. Christian Schwendtnner (U. Eidenberg) 53:59.

FRAUEN (9,1 km): 1. Margit Egelsegger (LG Kirchdorf) 1:05:30, 2. Klaudia Meisterhofer (HSV Pinkafeld) 1:10:22, 3. Margit Kurz (U. Kirchham) 1:18:58.

www.sports.timing.magnet.at

CROSSLAUF

26. April 2003, Seebenstein:

21. Franz Birnbauer Gedenklauflauf MÄNNER (7,5 km): 1. Niki Sallinger (RLV Aspang) 23:08, 2. Stefano Palma (SVS) 24:10, 3. Bernhard Weik (ATSV Ternitz) 24:11. M 40: Gerhard Hackl (Intersport Olympia) 26:03. M 50: Jozsef Wagner (HUN) 29:25. M 60: Günther Wersching (HSV Wr. Neustadt) 34:39. JUNIOREN: Christoph Resch (SVS) 27:16.

FRAUEN (7,5 km): 1. Erna Grandits (LC Stinatz, 1. W 40) 32:05, 2. Martina Nagl (USC Mariensee) 32:18, 3. Klaudia Turba (HSV Wr. Neustadt) 32:27. W 50: Maria Mandl (HSV Wr. Neustadt) 36:40. W 60: Johanna Stangl (LCC Wien) 17:04.

JUNIOREN: Angelika Haller 13:19.

Mehrkampfmeeting in Götzis Sternenjäger, Sternenbanner und ein neuer Stern

GÖTZIS. Roman Sebrle war wieder einmal angetreten, seinen eigenen Fabelweltrekord von 9.026 Punkten, aufgestellt 2001 ebenfalls im Ländle, zu übertreffen. Der Tisch für ein großes Fest war jedenfalls gedeckt, gefordert von Tom Pappas stolperte er aber kurz vor dem großen Ziel. Bei den Frauen scheint der Umbruch vollzogen, im Sog der jungen Schwedin Carolina Klüft schieben sich neue Athletinnen in den Vordergrund.

Der 28-jährige Tscheche kam perfekt vorbereitet nach Götzis und erklärte im Vorfeld, dass sein Ziel diesmal eindeutig der Weltrekord sei. Großartige äußere Bedingungen, wie gewohnt perfekte Organisation, persönliche Bestleistungen bei Testwettkämpfen, mit dem US-Amerikaner Tom Pappas ein Konkurrent, der ihn bis zum Schluss fordern konnte - alles schien zu passen. Dass die Jagd nach den Sternen am Ende nicht erfolgreich verlief, lag vielleicht doch an den zu großen Erwartungen. In der hochkomplexen Sportart Zehnkampf lassen sich einfach keine Bestleistungen und Rekorde planen. Und wenn die Rekordjagd auch vorzeitig abgeblasen werden musste, so bekamen die rund 10.000 begeisterten Zuseher wenigstens einen bis zum letzten Bewerb spannenden Wettkampf zu sehen. Die Führung wechselte insgesamt sieben mal, die Leader hießen: Pappas - Sebrle - Magnusson (ISL) - Pappas - Sebrle - Pappas und wieder Sebrle, die Differenz zwischen erst- und zweitplatziertem war zeitweilig nur 1 Punkt.

Dritter Sieg für Sebrle

Bis Bewerb sechs lief für die beiden Protagonisten alles nach Plan. Sebrle immer knapp hinter seiner Weltrekord-Marschroute, aber in Anbetracht seines verbesserten zweiten Tages in blendender Stimmung. Pappas mit zwei persönlichen Bestleistungen über 100 m und im Kugelstoß voll

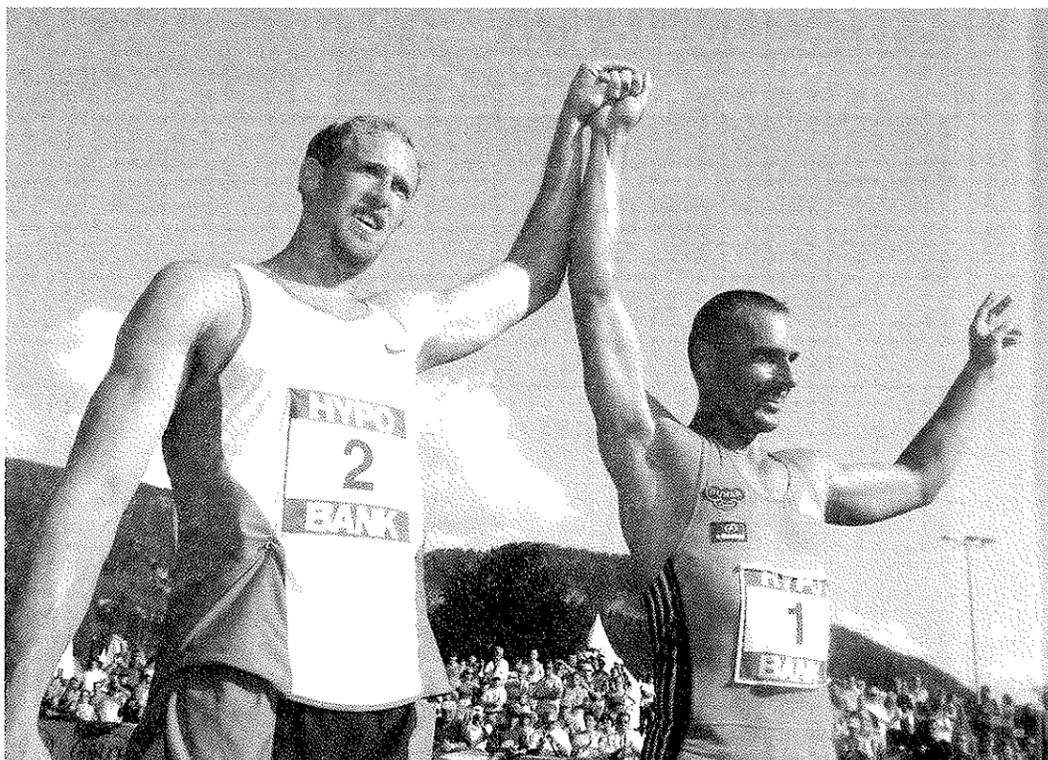
wieder mit Zehnkampfbestleistung der amerikanischen Hallenweltmeister Tom Pappas, 8.585 Zähler.

Die sehr guten Leistungen der beiden Spitzenathleten und die knisternde Spannung konnten jedoch nicht über die fehlende Dichte an Klasseuten hinwegtäuschen. Nur vier Ergebnisse jenseits der 8.000er-Marke, das gab es in Götzis schon lange nicht. Meeting-Direktor Konrad Lerch konnte seine Enttäuschung darüber auch nicht verbergen. Drei Gründe scheinen hierfür ausschlaggebend gewesen zu sein: Erstens die lange Absageliste im Vorfeld der Veranstaltung, sei es verletzungsbedingt (Nool/EST, Zivoczky/HUN) oder aus familiären Gründen (Dvorak/CZE), weiters viel Verletzungssch

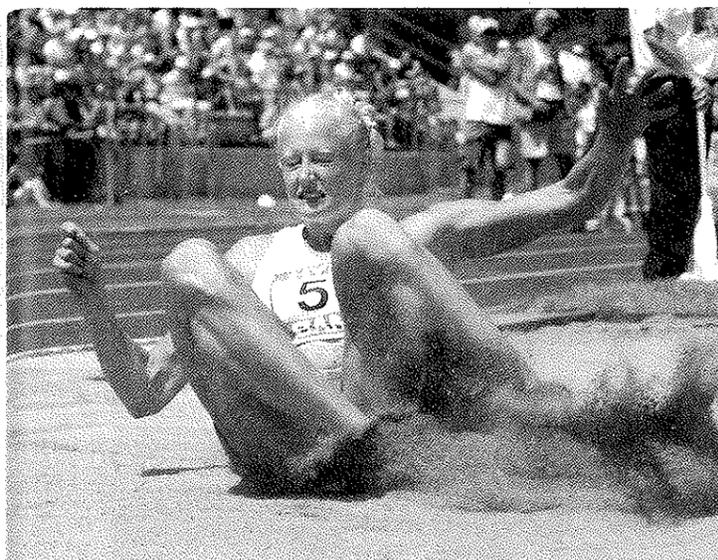
während des Wettkampfes (Lobodin/RUS, Kürtösi/HUN, Karpov/KAZ) und schließlich die große Hitze, die vielen Athleten die entscheidenden Punkte kostete.

Ambrosch mit Platz 5 aber ohne Limit

Freude und Enttäuschung lagen beim Salzburger Klaus Ambrosch knapp beieinander. Mit dem ausgezeichneten fünften Rang erreichte er die beste Götzis-Platzierung seiner Karriere, mit 7.980 Punkten fehlten ihm aber lächerliche 10 Punkte auf das Limit für die WM Ende August in Paris. 10 Punkte, das sind vier Zentimeter im Weitsprung oder vier Hundertstel im 100 m-Sprint oder 16 Zentimeter im Kugelstoßen, wahrlich nicht viel. Nach passablem ersten Tag gelang Tag 2 mit einer Ausnahme noch besser. „Im Diskuswurf habe ich leider zu viele Punkte liegen gelassen, am Ende war es wegen der großen Hitze unmöglich, noch einmal zuzulegen. 8.000 Punkte wären



Jubeln und bejubelt werden: Roman Sebrle siegte zum dritten mal in Götzis, Tom Pappas verbesserte als Zweiter seine Bestleistung um zwei Punkte.
Bild: PLOHE



Der neue Stern am Mehrkampschimmel: Carolina Klüft.
Bild: PLOHE

schön gewesen, sind aber auf alle Fälle heuer noch möglich“, so der regierende Staatsmeister von der Union Salzburg.

Neben Klaus Ambrosch waren noch drei weitere Österreicher angetreten, das WM-Limit zu übertreffen. Lokalmatador Markus Walser (LG Montfort) „verbockte Kugelstoß und Hochsprung und kam danach nie mehr richtig in den Wettkampf“, am Schluss standen 7.475 Punkte zu Buche. Thomas Tebbich (ATG) feierte nach mehreren Verletzungen im Vorjahr ein Comeback, war jedoch noch nicht in der gewünschten Form und beendete seinen Wettkampf nach neun Bewerben. Noch kürzer war Roland Schwarzl (Union Salzburg) im Bewerb, da bei ihm leider im Hürdenlauf eine alte Oberschenkelverletzung wieder aufbrach.

Bleibt zu hoffen, dass für den Mehrkampf-Europacup wieder eine gesunde und schlagkräftige Mannschaft zur Verfügung steht und um den Verbleib in der Superliga kämpfen kann.

Generationenwechsel im Siebenkampf

Selten noch hat man eine derart extrovertierte Mehrkämpferin gesehen. Die erst 20-jährige schwedische Freilufteuropamei-

sterin und Hallenweltmeisterin ist nicht nur eine Weltklasse-Athletin, sondern auch eine Entertainerin ersten Ranges. Dabei bezeichnet sie sich selber nur als „just a little girl in a big world“. Ihre Konkurrentinnen müssen aber den Eindruck haben, dass alle Zuseher und Kamerteams nur wegen des neuen Sterns am Frauen-Mehrkampf-Himmel gekommen sind. Aber solange das Interesse an diesem Bewerb dadurch weltweit steigt, könnte es allen eigentlich nur recht sein. Selbstverständlich, sie ist erst die dritte Athletin nach Jackie Joyner-Kersey (USA) und Sabine Braun (GER), die in vier Diszi-



Klaus Ambrosch und Freundin Bianca Kappler nach dem 1.500er: Zehn Punkte fehlten aufs WM-Limit.
Bild: PLOHE

plin über 1.000 Punkte erreicht. Selbstverständlich, sie hat mit 20 Jahren schon mehr Titel gewonnen als andere in ihrer ganzen Karriere. Selbstverständlich, sie hat noch unglaubliches Potential. Man könnte es aber auch anders sehen: sie ist vom Weltrekord noch weiter entfernt als Tom Pappas, sie hat keinen Roman Sebrle vor sich, der sie in den Schatten stellt und ihr Ergebnis reicht nicht einmal für die Götzis-Top 10. Egal wie man es sieht, sie ist jedenfalls genau im richtigen Moment auf den Plan getreten, sie führt den Generationenwechsel im Siebenkampf an und er scheint sich dieses Jahr in Götzis vollzogen zu haben.

Im Windschatten der überragenden Carolina Klüft, die mit 6.602 Punkten, über 200 m und im Weitsprung neue Bestleistungen aufstellte, schafften mehrere junge Athletinnen erstmals den Sprung über die 6.000 Punkte-Marke bzw. stellten persönliche Bestmarken auf. Mitfavoritinnen wie Natalya Roshchupkina (RUS) oder DeDee Nathan (USA) kamen nie richtig in Fahrt und beendeten den Wettkampf vorzeitig. Die Plätze 2 und 3 gingen an die Litauerin Austra Skujyte, 6.213 Punkte, und Sonja Kesselschläger (GER), 6.175 Punkte.

TV Total

Erfreulich das große Medieninteresse, welches das 29. Mehr-

kampfmeeting im Möslestadion zu Götzis hervorrief. Neben einem eigenen Fernsehteam aus Schweden warf sich heuer auch der ORF kräftig ins Zeug und berichtete nicht weniger als 12 Stunden in TW1 live! 2004 findet das Meeting damit bereits zum 30. Mal statt. Man darf gespannt sein, was sich das Organisationsteam um Konrad Lerch für dieses Jubiläum einfallen lassen wird, zumal es ja auch für die Athleten wegen der Olympischen Spiele in Athen ein besonderes Jahr wird.

Sebrle schon wieder in Österreich

Roman Sebrle wird am 22. Juni in Schwechat-Rannersdorf der Hauptdarsteller einer Weltpremiere sein. Er wird sich gemeinsam mit dem Olympiazweiten von Atlanta 1996, Frank Busemann (GER) in einem erstmals ausgetragenen 100-Minuten-Zehnkampf versuchen. Veranstalter Georg Werthner erhofft sich ein Ergebnis von über 8.000 Punkten.

• georg frantschitz •

31. Mai / 1. Juni 2003, Götzis: 29. Hypo Mehrkampfmeeting

MÄNNER Zehnkampf:
1. Roman Sebrle (CZE) 8.807 (100 m: 10,78 - Weit: 7,86 - Kugel: 15,41 - Hoch: 2,12 - 400 m: 47,83 / 110 m Hü: 13,96 - Diskus: 43,42 - Stab: 4,90 - Speer: 69,22 - 1.500 m: 4:28,63).
2. Tom Pappas (USA) 8.585 (10,65 - 7,42 - 16,48 - 2,18 - 48,74 / 14,09 - 46,71 - 5,00 - 62,06 - 5:00,25). 3. Jon Arnar Magnusson (ISL) 8.222 (10,79 - 7,85 - 15,81 - 2,00 - 48,47 / 14,40 - 42,08 - 4,90 - 60,24 - 5:08,72).
5. Klaus Ambrosch (U. Salzburg) 7.980 (11,03 - 7,23 - 14,43 - 1,94 - 50,04 / 14,56 - 38,34 - 4,80 - 68,29 - 4:37,78). 15. Markus Walser (LG Montfort) 7.475 (10,75 - 7,24 - 14,26 - 1,82 - 49,33 / 14,85 - 38,22 - 4,20 - 59,43 - 5:00,77).
Thomas Tebbich (ATG) 11,05 - 7,02 - 13,70 - 1,94 - 50,76 / 15,33 - 39,34 - 4,40 - 57,04 - DNS. Roland Schwarzl (U. Salzburg) 11,25 - 7,41 - 14,17 - 1,85 - 50,89 / DNF - DNS.

FRAUEN Siebenkampf:
1. Carolina Klüft (SWE) 6.602 (100 m Hü: 13,64 - Hoch: 1,91 - Kugel: 12,84 - 200 m: 23,69 / Weit: 6,62 - Speer: 45,34 - 800 m: 2:13,85). 2. Austra Skujyte (LTU) 6.213 (14,25 - 1,73 - 15,63 - 25,22 / 6,26 - 48,19 - 2:17,79). 3. Sonja Kesselschläger (GER) 6.175 (13,62 - 1,79 - 13,81 - 25,03 / 6,37 - 39,45 - 2:16,23).
www.meeting.goetzis.at

LEICHTATHLETIK

4/2003

ÖLV  -INFORMATION

Redaktionelle Bearbeitung:
WOLFGANG ADLER
Hamburgstraße 13/11
4100 Ottensheim
Tel./Fax: 07234/84851
e-mail: redaktion@leichtathletik.co.at



Tempo und Dramatik bei den Staffelmeisterschaften - im Bild Neo-Österreicher Sergey Osovic.
Bild: Herbert Neubauer

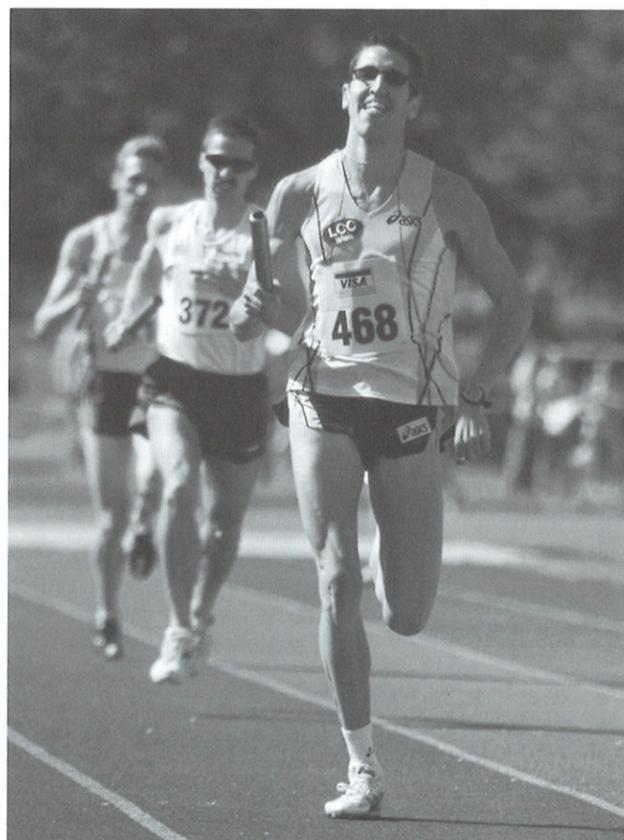
Österreichische 10.000 Meter und Staffelmeisterschaften Tempo und Dramatik

PINKAFELD. Günther Weidlinger und Andrea Mayr holten ihre ersten Staatsmeistertitel über 10.000 Meter. Die Staffeln wurden im milden burgenländischen Sonnenschein von der Union Salzburg und dem LCC Wien dominiert.

3 x 1.000 Meter: Alles läuft auf einen Showdown zwischen LCAV doubrava mit Schlusmann Stefan Matschiner und Union Salzburg (Stefan Thaler) hinaus. Beim letzten Wechsel noch klar an vierter Stelle: der LCC Wien. Martin Steinbauer übernahm für den Hauptstadtclub den Stab, begann vorsichtig und drehte dann so richtig auf. 2:26 Minuten brauchte er für seinen Kilometer - das war der Sieg: „Nicht, dass ich diese Zeit für unmöglich gehalten habe. Aber es überrascht mich schon, wie gut es gegangen ist.“ Die 3.000 m Hindernis sollen heuer die Hauptdistanz für den 22-jährigen werden. Man darf gespannt sein, wie schnell ihn seine langen Beine über den Wassergraben tragen werden.

Wien und Salzburg unangreifbar
Weniger Dramatik ließ der LCC

über 4 x 400 Meter zu. Das Rennen war nach dem ersten Läufer quasi entschieden. Ex-Halleneuropameister und Neo-Österreicher Sergey Osovic legte zum Einstand eine hohe 46er Zeit hin. Thomas Scheidl, Wolfgang Reiterer und Martin Lachkovic taten dann das ihre, um schlussendlich sechs Sekunden Vorsprung auf die Salzburger herauszuholen. Bei den Frauenstaffeln legte die 17-jährige Julia Baier in beiden Teambewerben die Grundlage für einen Sieg der Union Salzburg, beide male vor dem ATSV Linz. Für die Linzerinnen war Sabine Gasselseder der Joker. Zuerst lief sie auf den 3 x 800 Metern Susanne Pumper auf und davon (Pumper: „Ich habe nach der Hallen-WM nur Grundlagen trainiert“), dann sicherte sie ihrem Verein als Schlussläuferin das Silber auch über die 4 x 400 Meter.



Vom vierten auf den ersten Platz: Martin Steinbauer siegt als Schlussläufer der LCC-Staffel über 3 x 1.000 Meter.
Bild: Herbert Neubauer

Sieg zählt

Ein Lauf um Silber war auch das 10.000 Meter Rennen der Männer - mit Günther Weidlinger gab es einen klaren Favoriten. Niemand war bereit, das Rennen schnell zu machen. Weidlinger kontrollierte nicht die Zeiten, sondern seinen Puls: „160 - 162 hatte ich am Anfang. Mittleres Dauerlauftempo.“ Zum Schluss stiegen die Werte, eine 62er und zwei 64er Runden brachten das Herz doch noch in Fahrt. 22 gemütliche und drei schnelle Runden bedeuteten die unwichtige Siegerzeit von 31:22,76 und Weidlingers ersten Staatsmeisterschaftstitel über diese Distanz. Dahinter ging es um die Podestplätze. „Es war ein 100 Meter Rennen“, sagte Harald Steindorfer, der vierfache 10er Meister der vergangenen fünf Jahre. Markus Hohenwarter und Christian Pflügl waren seine Konkurrenten. Steindorfer zog aus der Ziel-

Zurück zur Schulbank!



Die Europäische Union hat das Jahr 2004 zum Jahr der „Erziehung durch Sport“ ausgerufen. Aus diesem Anlass haben die Frau Bundesministerin Elisabeth Gehrer (BMBWK) und der Herr Staatssekretär für Sport Mag. Karl Schweitzer zu einer Gründungsversammlung für ein Netzwerk, das diese Initiative mit Leben erfüllen soll, eingeladen.

Als Vertreter unseres Verbandes habe ich an dieser Veranstaltung teilgenommen, um die Bereitschaft unserer Organisation zu dokumentieren, an Sinnvollem mitzuwirken. Beide Politiker sprachen in ihren Einführungsstatements über die große erzieherische und gesundheitliche Bedeutung des Sports, und auch ÖOC Präsident Dr. Leo Wallner und BSO Präsident Dr. Löschnak durften am Präsidiumstisch lobende Worte zur Aktion finden.

Mag. Schweitzer versicherte aus aktuellem Anlass nochmals, dass es zu keinen Stundenkürzungen im Fach Leibesübungen kommen werde, und Bundesministerin Gehrer nickte bei seinen Worten zustimmend mit dem Kopf. Die Realität sieht derzeit bekanntlich anders aus. Vor wenigen Tagen habe ich einen Brief vom Herrn Staatssekretär erhalten, in dem er uns Folgendes mitteilt:

Der Entwurf einer Verordnung zur Entlastung österreichischer Schüler über den Weg von Stundenreduktionen hat ursprünglich keine Stundenkürzungen im Fach Leibesübungen enthalten. Im Rahmen des Begutachtungsverfahrens langten jedoch Stellungnahmen im Ministerium ein, die dazu führten, dass jetzt sehr wohl auch wieder der Sportunterricht von Stundenkürzungen betroffen sein könnte.

Mag. Schweitzer informiert in seinem Brief, dass eine Reihe von Präsidenten von verschiedenen Landesschulräten sich gegen die „Sonderstellung der Leibesübungen“ ausgesprochen haben. Ich will die Namen der im Brief zitierten nicht nennen, weil ich nicht polemisieren möchte, aber die in den Stellungnahmen angeführten Argumente, warum man durchaus auch die Turnstunden kürzen kann, bewirken bei mir mehr als Kopfschütteln. Argumente wie etwa - wir haben ohnehin zu wenig Turnhallen, da brauchen wir auch nicht soviel Turnstunden oder der Forderung nach der täglichen Bewegungseinheit könnte man auch die der täglichen Musikstunde entgegensetzen - erwecken in mir den Verdacht, die betroffenen Personen haben in ihrer Schulzeit den Biologieunterricht geschwänzt. Dass die im Brief erwähnten Landesschulratspräsidenten derselben politischen Gruppierung angehören, wie die Bildungsministerin dürfte kein Zufall sein.

Dass es auch möglich ist, entgegen der politischen Räsion sich für eine Sache zu engagieren, hat der für den Schulsport zuständige Beamte im Bildungsministerium, Dr. Sepp Redl, bewiesen. Unter Anführung einer Reihe von wissenschaftlich fundierten Argumenten kämpft er wie ein Löwe, zu Wohle der Gesundheit unserer Jugend, gegen den Turnstundenkürzungsentwurf seiner eigenen Ministerin und hat das auch in seiner Stellungnahme zum Entwurf zum Ausdruck gebracht. Hut ab Herr Ministerialrat, vor soviel Mut im Dienste der österreichischen Jugend!

Die Leichtathletik wird leider wie viele andere Sportarten von den Stundenkürzungen mit betroffen sein. Umso erfreulicher ist es, dass wir unsere Sportart an anderen Fronten vermehrt in den Blickpunkt der Öffentlichkeit rücken können, um dadurch PR zu machen. Im Festsaal des Wiener Rathauses hat eine würdige Festveranstaltung zum 20-Jahr-Jubiläum des Vienna City Marathons stattgefunden, im Rahmen derer der „Mister Wien Marathon“ Wolfgang Konrad von Frau Vizebürgermeisterin Grete Laska mit dem Goldenen Rathausmann ausgezeichnet wurde. Nachdem der Wien Marathon auf eine Idee und Initiative des ÖLV zurück geht (was man in der Laudatio auf Wolfgang Konrad durchaus hätte erwähnen können), betrachten wir es auch als eine Auszeichnung der gesamten Leichtathletik und Grete Laska hat in ihren Worten die Bedeutung der Leichtathletik insgesamt auch erwähnt. Herzlichen Glückwunsch Wolfgang Konrad und danke dafür, dass du den Wien Marathon in die Weltspitze geführt hast.

Toni Schutti von der Sporthilfe hat im Vorfeld des VCM wieder zur Prominenten-Challenge geladen. Beinahe 40 Teams nahmen an einer 4x800 m Gleichmäßigkeitstaffel im Wiener Stadtpark teil. Eine große Schar Prominenter aus Sport, Wirtschaft, Medien und Politik haben an diesem familiären „Lauftreff“ zugunsten des ÖLV Nachwuchses teilgenommen und für die Leichtathletik geworben. Etwas abgekämpft, weil nicht in bester Form, konnte ich nach dem Lauf - 10.000,- für die ÖLV Nachwuchsförderung in Empfang nehmen. Herzlichen Dank an alle Initiatoren, Sponsoren und Mitwirkende.

VIP Klub Präsident KR Paul Schauer und sein Mitstreiter Arnold Grabner sorgen nicht nur dafür, dass die Zahl der Mitglieder (die auch ihre Beiträge bezahlen) im Klub ständig größer wird, sondern sie sorgen auch dafür, dass die Leichtathletik in immer weiteren Gesellschaftskreisen salonfähig und anerkannt wird. Die beiden Herren entwickeln sich immer mehr zu echten Leichtathletik-Fans und unterstützen und entlasten mich in vielen Bereichen der Öffentlichkeitsarbeit für den Verband. Vielen Dank meine Herren und macht bitte weiter so!

• johann gloggnitzer •
ölv-präsident



Für den Kampfrichter

Strassenläufe - Marathon / Halbmarathon:

Die Verquickung von Volksläufen / Stadtmarathons / Halbmarathons mit der Durchführung von Meisterschaften birgt viele Quellen des Unmutes und des Unverständnisses. Wenn bei diesen Volks-(Lauf-)festen eine österr. Meisterschaft im Halb- bzw. Marathon durchgeführt wird, sind die Wett-

kampfbestimmungen der IAAF unbedingt einzuhalten! Unter anderem sind folgende Punkte zu beachten:

- a) Meldungen für Meisterschaftsteilnehmer zeitgerecht und korrekt. Die Chip-Nummer unbedingt angeben!
- b) Der Chip funktioniert nicht im Auto, Sporttasche, Trainingsanzug! Also nochmals vor dem Start kontrollieren, ob dieser auch z.B. am Schuhband befestigt ist.
- c) Die Startnummern sind auf Brust und Rücken sichtbar zu tragen.
- d) Die Zeitnehmung beginnt mit dem Startschuss! Diskussionen über „Brutto-Nettozeiten“ sind entbehrlich. Natürlich sollen intern. Spitzenläufer sowie Meisterschaftsteilnehmer aus den vorderen Reihen starten. Der Wunsch nach der „Nettozeit“ als das Kriterium für die Reihung würde z.B. folgende „unmögliche Szene“ mit sich bringen: Eine Spitzengruppe aus 4 Läufer(inne)n kämpft um den Sieg. Ein(e) Läufer(in) kann sich knapp vor dem Ziel durchsetzen und geht mit einem Vorsprung von knapp 1 Meter durch das Ziel. Auf Grund der Nettozeit wird diese jedoch nur 3., während die/der als 4. einlaufende zum Sieger erklärt wird. Hat jemand an solchen Szenen wirklich Interesse?
- e) Während des Laufes sind Getränke und Verpflegung ausschließlich an den „Labestationen“ zu reichen. Deren Einrichtung ist in der IWB klar geregelt. Das Zureichen von Flüssigkeit oder Nahrung durch Betreuer (Verein/Familie) auf „offener Strecke“ ist nicht erlaubt und kann zur Disqualifikation des/der Meisterschaftsteilnehmers/in führen. Ebenso ist die „Betreuung“ der Läufer/innen durch Begleitung/Radfahrer verboten. Läufer/innen, welche im „Windschatten“ ihrer radfahrenden Betreuer laufen (von „aufsitzen“ wollen wir erst gar nicht reden) - sind vom Schiedsrichter sofort zu disqualifizieren.
- f) Es ist eine absolute Notwendigkeit, dass bei diesen „Volkslauf-festen“ Teilnehmer an einer Meisterschaft klar erkennbar sind (Farbe der Startnummern, Nummerngruppen u.Ä.). Ansonsten wäre der Einsatz von Kampfrichtern sinnlos und die jeweilige Meisterschaft wertlos!

Start:

Die neue Startregel - IWB 2002, Regel 1162, Punkt 7, Seite 120 - brachte einige wesentliche Neuerungen. Der Umgang mit diesen Bestimmungen bzw. die Abläufe waren ein Diskussionspunkt der Sitzung der intern. Regelkommission (9.-11. Mai in Prag). Folgendes „Procedere“ wird angestrebt:

- a) Keine „Schnellschüsse“ aus Angst vor Fehlstarts! Die Zeit, um eine optimale Starthaltung einzunehmen, muss gegeben sein. Der Zeitabstand zwischen „Fertig“ und dem Schuss soll „angemessen“ sein.
- b) Verursacht ein(e) Athlet(in) einen Fehlstart, ist dies durch Hochstellen der „gelben Klappe“ am Startblock (Kasten) anzuzeigen. Gleichzeitig sind alle Teilnehmer(innen) an diesem Laufmittels der „gelben Karte“ darauf hinzuweisen, dass der nächste Fehlstart zur Disqualifikation führt, auch wenn diese(r) nicht die/der Verursacher(in) des 1. Fehlstarts war.
- c) Die IMF wird in Paris (WMAug. d.J.) einen Antrag behandeln, welcher die Einsetzung eines „Startkoordinators“ vorsieht.

Hammerwurfgriff:

Die Diskussion über die Regeländerung des Hammerwurfgriffes (IWB 2002, Regel 191, Punkt 7, Seite 190/191) geht weiter. Tatsache ist, dass jener Griff, der seit 01.01.2003 gültig sein sollte absolut ungeeignet ist. Daher wurde diese Regelung außer Kraft gesetzt. Eine Entscheidung über die Neuregelung soll bis spätestens 01.04.2004 erfolgen.

IAAF - Anträge bzw. Diskussionspunkte:

Folgende Regeländerungen bzw. Diskussionen werden vorbereitet:
Hürden Frauen (91,4 cm)
Weltrekord im Straßenlauf ist beschlossen.
„Endstücke“ der Sprunglatten Hoch- /Stabhoch
„Aufleger“ für die Stabhochsprung-Latten bleiben mit 55 mm.
Speer - Konstruktion - Carbonspeer
Weit- /Dreisprung (optisches Übertreten) Plastilinkeil / Höhe.
Hindernislauf der Frauen - Wassergraben - Länge / Tiefe - Hindernishöhen.
Beschlüsse, welche in Paris getroffen werden sollten spätestens im Herbst schriftlich vorliegen. Diese werden sodann veröffentlicht und fließen in die neue IWB 2004 ein.

**• siegbert glaser •
ölv-kampfrichterreferent**

in drei Bewerben (inkl. Staffeln) gewertet werden. Jede Athletin/jeder Athlet muss zum Zeitpunkt der Vorrunde bei jenem Verein ordnungsgemäß gemeldet sein, für den er dann auch die Endrunde bestreitet. Ausnahme: Athleten, die zum Zeitpunkt der Vorrunde bei keinem Verein gemeldet sind. Startberechtigt sind aber nur jene Aktiven, die - abgesehen vom Teilnahme-Limit - auch bei den Österreichischen Meisterschaften an den Start gehen dürfen. Im übrigen gilt sinngemäß der Punkt 1 der Allgemeinen Bestimmungen für die Österreichischen Meisterschaften 2003.

2. Bewerbe

Männer: 100m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 110m Hürden, 400m Hürden, Hoch, Stabhoch, Weit, Drei, Kugel, Diskus, Hammer, Speer, 4x100m, 4x400m; Frauen: 100m, 400m, 800m, 3000m, 100m Hürden, 400m Hürden, Hoch, Weit, Kugel, Diskus, Speer, 4x100m.

3. Bewerbewahl

In den Vorrunden haben die Vereine die freie Wahl aus den oben angeführten Bewerben, wobei die Teilnehmerzahl im einzelnen Bewerb unbegrenzt ist. Gewertet werden aber alle 17 Männer- und 12 Frauenbewerbe. Bei den Frauen kann auch der 5.000m-Lauf statt dem 3.000m-Lauf als Vorrundenbewerb in die Wertung genommen werden.

4. Punkteberechnung

Für die Qualifikation (Vorrunde) werden die Punkte aus der schweizerischen Punkdetabelle 1994 für alle Bewerbe entnommen (ohne Zusätze bzw. Halbierung).

5. Qualifikation für die Endrunde

Für die Endrunden-Qualifikation werden nur die Punkte für die jeweilig beste Leistung der einzelnen ausgeschriebenen Bewerbe addiert. Die punktehöchsten Vereine der Männer und Frauen nehmen an der Endrunde mit jeweils einem (einer) Teilnehmer(in) pro Einzelbewerb und Staffel teil. Die Anzahl der qualifizierten Vereine hängt von der Anzahl der Rundbahnen am Austragungsort der Endrunde ab. Bei Punktegleichheit auf dem letztqualifizierten Platz entscheidet die absolut punkthöchste Leistung über die Endrundenteilnahme. Bei zeitgerechter Absage eines Vereins oder mehrerer Vereine können die nächstplatzierten Vereine nachrücken. Die kompletten Vorrunden-Ergebnisberichte sind bis spätestens Donnerstag, den 31. Juli 2003, an den ÖLV, Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien, zu senden. Um eine eindeutige Kontrolle durchführen zu können, hat die Übersendung über den zuständigen Landesverbands-M&O inklusive Ergebnisbericht zu erfolgen.

Eine Kontaktaufnahme mit den interessierten bzw. qualifizierten Vereinen sowie die Zusendung aller eingereichten Vorrunden-Ergebnisse erfolgt in der zweiten August-Woche durch das ÖLV-Sekretariat.

6. Endrunde

Diese findet am Samstag, den 6. September 2003 in Schwechat-Rannersdorf (Beginn ca. 13.00) statt. Der definitive Zeitplan wird den qualifizierten Vereinen rechtzeitig übermittelt. Die Punkteberechnung der Endrunde richtet sich nach der Anzahl an teilnehmenden Vereinen. Der (die) Sieger(in) der Einzelbewerbe und der Staffeln erhalten so viele Punkte wie Vereine teilnehmen, die weiteren Platzierten erhalten jeweils einen Punkt weniger, der (die) Letzte eines Bewerbes somit noch 1 Punkt. Bei ex aequo - Platzierungen erhält jeder Athlet/jede Athletin die Punkte für diesen Platz. Bei Aufgabe oder Nichtteilnahme eines(r) Athlet(in) erfolgt keine Punktevergabe. Die Paragraphen 5, 6, 7, 11 und 13 der Allgemeinen Bestimmungen für den Österreichischen Cup der Bundesländer 2003 gelten sinngemäß.

7. Finanzierung

Für die Österreichische Vereinsmeisterschaft (Endrunde) werden die im Budget vorgesehenen Geldmittel prozentuell nach der Anreise-Entfernung - Vereinssitz zum Austragungsort - für maximal 14 Männer bzw. 8 Frauen auf die Vereine verteilt. Einen Zuschuss erhalten nur die ersten sechs für die Endrunde qualifizierten Vereine. Die Verrechnung ist aber erst möglich, wenn die anspruchsberechtigten Vereine innerhalb drei Wochen die Letztempfängerlisten mit Namen und Unterschrift der angetretenen Teilnehmer an den ÖLV gesandt haben. Bei Fristversäumnis entfällt der Entschädigungsanspruch.

AUSSCHREIBUNGEN

ÖSTERREICHISCHE MEHRKAMPF-STAATSMEISTERSCHAFTEN DER MÄNNER UND FRAUEN 2003 ÖSTERREICHISCHE MEHRKAMPF-MEISTERSCHAFTEN DER MÄNNL. UND WEIBL. U23 2003

ZEIT: Samstag, 26. Juli 2003, Beginn: 13.00 Uhr
Sonntag, 27. Juli 2003, Beginn: 10.00 Uhr
ORT: Reutte
DURCHFÜHRENDER LANDESVERBAND: TLV
DURCHFÜHRENDER VEREIN: SV Reutte LA Raiffeisen
BEWERBE: Männer/männl.U23: Zehnkampf (100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m, 110m Hü, Diskus, Stabhoch, Speer, 1500m)
Frauen/weibl.U23: Siebenkampf (100m Hü, Hoch, Kugel, 200m, Weit, Speer, 800m)
WERTUNG: Einzel- und Mannschaftswertung gemäß den allgemeinen Bestimmungen des ÖLV
NENNUNGEN: bis Di., 15. Juli 2003 (Poststempel) bzw. bis Mi., 16. Juli 2003 (Fax/e-mail) an:
grün: SV Reutte Leichtathletik Raiffeisen, Postfach 165, 6600 Reutte
Fax z.Hd. Alexander Witting: 05672/600-506, e-mail: sv-reutte.at.tt
gelb an den ÖLV, Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien; Fax: 01/505 72 88; e-mail: office@oelv.at
rosa an den eigenen Landesverband
KONTROLLIERTE NENNUNGEN DER LANDESVERBÄNDE: bis Montag, 21. Juli 2003 (Poststempel) an den Technischen Delegierten des ÖLV, Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien (rosa)
STARTNUMMERNANGABE: ab 11.00 Uhr bei der Meldestelle
MELDESTELLE: im Stadion gekennzeichnet
GERÄTEKONTROLLE: im Stadion gekennzeichnet
MELDESCHLUSS: bis 60 Minuten vor Beginn des jeweiligen Bewerbs persönlich bei der Meldestelle.
GRUPPENEINTEILUNG: um eine für alle Aktiven optimale Gruppen- und Lauf-einteilung zu erreichen, ist bei der Platzmeldung für die Bewerbe 100m, 200m, 400m, bzw. 100m- und 110m-Hürden die Bestleistung aus 2002 oder 2003 anzugeben.
BESTIMMUNGEN: Die Staatsmeisterschaften werden nach den Bestimmungen der IAAF und des ÖLV durchgeführt.

PRESSEARBEIT: SV Reutte siehe oben
QUARTIERBESTELLUNGEN: Tourismusverband Ferienregion Reutte, Untermarkt 34, 6600 Reutte, Tel.: 05672 / 623 36 Fax: 05672 / 654 22, e-mail: office@reuttetourism.at www.reuttetourism.at

ZEITPLAN:

Samstag, 26. Juli 2003
13.00 100m Zehnkampf Männer / männl.U23
14.00 100m Hürden Siebenkampf Frauen / weibl.U23

Sonntag, 27. Juli 2003

10.00 110H Zehnkampf Männer / männl.U23
11.00 Weitsprung Siebenkampf Frauen / weibl.U23

SPRUNGHÖHEN:

Männer / männl.U23 - Hoch: 1,55 bis 1,70 je 5 cm, dann je 3 cm
Stab: 3,00 bis 3,40 je 20 cm, dann je 10 cm
Frauen / weibl.U23 - Hoch: 1,30 bis 1,45 je 5 cm, dann je 3 cm

Laut Beschluss des erweiterten ÖLV-Vorstandes vom 27. November 1999 gilt für die Sprunghöhen im Mehrkampf folgende Regelung: Jede Athletin/ jeder Athlet hat die Möglichkeit, eine Wunschhöhe unter der ausgeschriebenen Anfangshöhe zu springen. Diese Höhe muss unter allen Athlet(innen), die ebenfalls den Wunsch einer Zusatzhöhe haben, abgesprochen werden. Bei Uneinigkeit unter den Athlet(innen) entscheidet der technische Delegierte über diese eine Höhe. Unmittelbar nach der Wunschhöhe wird die Latte auf die ausgeschriebene Anfangshöhe gelegt.

ÖSTERREICHISCHE STAATSMEISTERSCHAFTEN DER ALLGEMEINEN KLASSE 2003 ÖSTERR. MEISTERSCHAFTEN 3x800m DER WEIBL. SCHÜLER UND 3x1000m DER MÄNNL. SCHÜLER 2003

ZEIT: Samstag, 09. August 2003, Beginn: 15.00 Uhr
Sonntag, 10. August 2003, Beginn: 10.30 Uhr
ORT: Univ.- und Landessportzentrum Salzburg/Rif
5400 Hallein, Hartmannweg 4-6, Autobahnabfahrt Salzburg Süd
DURCHFÜHRENDER LANDESVERBAND: SLV
BEWERBE: siehe allgemeine Bestimmungen des ÖLV
MINDESTLEISTUNGEN: siehe allgemeine Bestimmungen des ÖLV
NENNUNGEN: bis Dienstag, 29. Juli 2003 (Poststempel) bzw. bis Mittwoch, 30. Juli 2003 (FAX, e-mail) an:
grün an den Veranstalter SLV, Frau Gertrude Grünwald, 5020 Salzburg, Reimsstraße 7, Fax: 0662 / 453 703
gelb an den ÖLV, Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien; Fax: 01/505 72 88; e-mail: office@oelv.at
rosa an den eigenen Landesverband
Fax bzw. e-mail Adresse unbedingt am Meldeformular angeben
KONTROLLIERTE NENNUNGEN DER LANDESVERBÄNDE: bis Montag, 04. August 2003 (Poststempel) an den Technischen Delegierten des ÖLV, Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien (rosa)
MELDESTELLE: beim Zielhaus
STARTNUMMERNANGABE: Samstag, 09. August 2003 ab 12.00 Uhr vereinsweise bei der Meldestelle
MELDESCHLUSS: bis 60 Minuten vor Beginn des jeweiligen Bewerbs persönlich - Staffeln schriftlich - bei der Meldestelle.
Gemäß dem Beschluß des ÖLV-Verbandstages 1995 wurde die namentliche Staffelmeldung auf die generell vorgeschriebene Meldefrist von spätestens 60 Minuten vor dem jeweiligen Bewerbsbeginn angepaßt, sofern die Meisterschaftsnennung eine namentliche Listung jeder Staffel (max. 6 Namen) enthält.
GERÄTEKONTROLLE: Samstag, 09. August 2003 ab 13.30 Uhr
Sonntag, 10. August 2003 ab 09.30 Uhr an der im Stadion gekennzeichneten Stelle
DREISPRUNGBALKEN: verwendet werden für Männer: 13m-Balken für Frauen: 11m-Balken
It. Beschluß des erweiterten Verbandsvorstandes 2000
AUFWÄRMPLATZ: Stadion Nebenfelder
BESTIMMUNGEN: Die Staatsmeisterschaften werden nach den Bestimmungen der IAAF und des ÖLV durchgeführt.
PRESSEARBEIT: Gertrude Grünwald, siehe oben
QUARTIERBESTELLUNGEN: FVV Grödig, Tel.: 06246 / 73 570; FVV Anif, Tel.: 06246 / 723 65, FVV Hallein, Tel.: 06245 / 853 94

Rückblick, Weitblick, Durchblick ...



ZEITPLAN

Samstag, 09. August 2003

Männer	Frauen
14.00 Rahmenprogramm - Stabhoch Nachwuchs - Cup	
15.00	ERÖFFNUNG
15.15 Hammer E	400m ZL, Drei E
15.30 400m ZL, Hoch E	
15.45	3x800m wbl. S EL
16.00 3x1000m ml. S EL	
16.15	800m ZL
16.30 800m ZL	
16.45 Speer E	100m VL
17.00 100m VL	Hammer E
17.20	3000m Hi ZL
17.30 Weit E	
17.45 3000m Hi ZL	
18.00	100m ZWL, Stabhoch E
18.15 100m ZWL	
18.30	5000m E, Speer E
18.55 5000m EL	
19.20	100m EL
19.30 100m EL	
19.45	4x100m VL
20.00 4x100m VL	

Sonntag, 10. August 2003

Männer	Frauen
09.00	Rahmenprogramm - Volkslauf
10.30 Kugel E	400m Hü ZL
10.45 400m Hü ZL	
11.00 Drei E	200m VL, Diskus E
11.15 200m VL	
11.30	Hoch E
11.40	100m Hü VL
12.00 110m Hü VL	
12.20	1500m ZL
12.30 1500m ZL, Stabhoch E	
12.50	100m Hü EL
13.00 Diskus E	
13.10 110m Hü EL	
13.15	Weit E, Kugel E
14.00	200m EL
14.15 200m EL	
14.30	4x100m EL
14.45 4x100m EL	

SPRUNGHÖHEN:

Männer - Hoch:	1,85, 1,90, 1,95, 2,00, 2,05, 2,09, 2,12, 2,15, 2,18, 2,21, 2,24, 2,26, 2,28 usw. je 2 cm
Stabhoch:	4,00, 4,20, 4,40, 4,60, 4,70, 4,80, 4,90, 5,00, 5,10, 5,20, 5,30, 5,35, 5,40 usw. je 5 cm
Frauen - Hoch:	1,55, 1,60, 1,65, 1,70, 1,74, 1,78, 1,82, 1,85, 1,88, 1,91, 1,93, 1,95, 1,97 usw. je 2 cm
Stabhoch:	2,20, 2,40, 2,60, 2,80, 2,90, 3,00 usw. je 10 cm

ÖSTERREICHISCHE MEISTERSCHAFTEN DER MASTERS IM 10 KM STRASSENLAUF 2003

ZEIT: Samstag, 23. August 2003, Start: 17:15 Uhr

ORT: Ried/Innkreis
 DURCHFÜHRENDER VEREIN: LAG Genböck-Haus Ried
 NENNUNGEN: bis Donnerstag, 21. August 2003, 18:00 Uhr an: Herbert Regl, Tel.Nr. 07752 / 87701 oder 0676 / 31 31 735
 Intersport Krassler, Tel.Nr. 07752 / 85881-20, Fax 07752 / 82453 oder unter „www.rieder-stadtlauf.at“
 NACHNENNUNGEN: bis 1 Stunde vor Bewerbungsbeginn möglich
 NENNGELD: 12,- Euro, Bezahlung an der Meldestelle
 16,- Euro bei Nachmeldungen
 WERTUNG: nur Einzelwertung in folgenden Altersklassen

ALTERSKLASENEINTEILUNG:

Männer	Frauen	Jahrgang	Männer	Frauen	Jahrgang
M 35 W 35	1964-1968	M 60	W 60	1939-1943	
M 40 W 40	1959-1963	M 65	W 65	1934-1938	
M 45 W 45	1954-1958	M 70	W 70	1929-1933	
M 50 W 50	1949-1953	M 75	W 75	1924-1928	
M 55 W 55	1944-1948	M 80	W 80	1923+älter	

Bei weniger als drei österr. TeilnehmerInnen in einer Altersklasse muss in der nächst jüngeren Klasse gestartet bzw. gewertet werden (Ausnahme W 55-80 und M 60-80: Wertung bei Bewerbersteilnahme von zwei österr. Masters)

START/ZIEL: Hauptplatz Ried/Innkreis

STRECKE: Die Strecke ist durchgehend asphaltiert und weitgehend flach. Der Rundkurs durch die Stadt Ried/Innkreis ist viermal zu durchlaufen.

MELDESTELLE / STARTNUMMERAUSGABE/NACHNENNUNG:

Sparkasse am Hauptplatz, Samstag, 23.08.2003, ab 11:00 Uhr

SIEGEREHRUNG: ca. 19:30 Uhr

Bei Schönwetter am Hauptplatz. Bei Schlechtwetter im Volkskundehaus

UMKLEIDEN: Volksschule beim Neptunbrunnen

BESTIMMUNGEN: Die Meisterschaften werden nach den Bestimmungen der IAAF und des ÖLV durchgeführt.

QUARTIERBESTELLUNGEN: Gasthaus Jagawirt, Tel.Nr. 07752 / 83696

AUSKUNFT / PRESSE: Herbert Regl, Tel.Nr. 0676 / 31 31 735

Homepage: www.rieder-stadtlauf.at

ÖSTERREICHISCHE MEHRKAMPF-MEISTERSCHAFTEN DER MÄNNL. UND WEIBL. JUNIOREN, JUGEND UND SCHÜLER 2003
 ÖSTERREICHISCHE MEISTERSCHAFTEN 3x1000m JUNIOREN UND 3x800m JUNIORINNEN 2003

ZEIT: Samstag, 30. August 2003, Beginn: 13.00 Uhr

Sonntag, 31. August 2003, Beginn: 10.00 Uhr

ORT: Innsbruck, Universitätssportanlage, Fürstenweg

DURCHFÜHRENDER LANDESVBAND: TLV

BEWERBE:

Männl. Junioren: Zehnkampf (100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m, 110m Hü, Diskus, Stabhoch, Speer, 1500m)

Männl. Jugend: Zehnkampf (100m, Weit, Kugel, Stabhoch, 300m; 110m Hü, Diskus, Hoch, Speer, 1000m)

Männl. Schüler: Siebenkampf (100m, Weit, Speer, Hoch; 100m Hü, Kugel, 1000m)

Weibl. Junioren: Siebenkampf (100m Hü, Hoch, Kugel, 200m, Weit, Speer, 800m)

Weibl. Jugend: Siebenkampf (100m Hü, Hoch, Kugel, 100m; Weit, Speer, 800m)

Weibl. Schüler: Sechskampf (80m Hü, Weit, Kugel; 100m, Hoch, 800m)

Die Bewerbungsfolge ist in den Nachwuchsklassen nicht bindend. Unterstrichene Bewerbe weichen von der

Bewerbsreihenfolge ab. Änderungen können auch noch auf Grund der Teilnehmerzahlen und den Bedingungen bei der Veranstaltung vorgenommen werden.

Männl. Junioren: 3x1000m Weibl. Junioren: 3x800m

WERTUNG: Einzel- und Mannschaftswertung gemäß den allgemeinen Bestimmungen des ÖLV

NENNUNGEN: bis Di., 19. August 2003 (Poststempel) bzw. bis Mi., 20. August 2003 (Fax/e-mail) an:

grün: Günther Schmid, Mitterweg 140, 6020 Innsbruck
 Tel./Fax: 0512 / 272432 e-mail: tlvschmid@chello.at
 gelb an den ÖLV, Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien; Fax: 01/505 72 88;
 e-mail: office@oelv.at
 rosa an den eigenen Landesverband

KONTROLLIERTE NENNUNGEN DER LANDESVBÄNDE: bis Montag, 25. August 2003 (Poststempel) an den Technischen Delegierten des ÖLV, Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien (rosa)

STARTNUMMERAUSGABE: ab 11.00 Uhr bei der Meldestelle

MELDESTELLE: im Stadion gekennzeichnet

GERÄTEKONTROLLE: im Stadion gekennzeichnet

MELDESCHLUSS: bis 60 Minuten vor Beginn des jeweiligen Bewerbs persönlich bei der Meldestelle.

Gemäß ÖLV-Verbandstagsbeschluss 1995 kann die Staffelmeldung an der Meldestelle bis 60 Minuten vor Bewerbungsbeginn erfolgen, sofern die Nennung zur Meisterschaft eine namentliche Listung für jede Staffel (max. 6 Namen) enthält.

GRUPPENEINTEILUNG: Um eine für alle Aktiven optimale Gruppen- und Laufeinteilung zu erreichen, ist bei der Platzmeldung für die Bewerbe 100m, 200m, 300m, 400m, bzw. 80m-, 100m- und 110m-Hürden die Bestleistung aus 2002 oder 2003 anzugeben.

BESTIMMUNGEN: Die Staatsmeisterschaften werden nach den Bestimmungen der IAAF und des ÖLV durchgeführt.

PRESSEARBEIT: TLV, Günther Schmid, siehe oben

QUARTIERBESTELLUNGEN: Tourismusverband Innsbruck, 6020 Innsbruck, Burggraben 3, Tel.: 0512 / 26 2000 Fax: 0512 / 26 2000-20

e-mail: ibk.reservierungen@utanet.at

Hotel Karwendel (Studentenheim neben USI Sportplatz), 6020 Innsbruck, Fürstenweg 174, Tel.: 0512 / 2206-86 Fax: 0512 / 2206-81

e-mail: karwendel@wist.at

ZEITPLAN:

Samstag, 30. August 2003

13.00	100m Zehnkampf Junioren
13.15	100m Zehnkampf männl. Jugend
13.30	100m Siebenkampf männl. Schüler
14.00	100m Hürden Siebenkampf Juniorinnen
14.15	100m Hürden Siebenkampf weibl. Jugend
14.30	80m Hürden Sechskampf weibl. Schüler
16.00	3x800m weibl. Junioren
16.15	3x1000m männl. Junioren

Sonntag, 31. August 2003

10.00	110m Hü. Zehnkampf Junioren
10.15	110m Hü. Zehnkampf männl. Jugend
10.30	100m Hü. Siebenkampf männl. Schüler
11.00	Weitsprung Siebenkampf Juniorinnen
12.00	Weitsprung Siebenkampf weibl. Jugend
12.30	100m Sechskampf weibl. Schüler

Etwaige Änderungen der Beginnzeiten am Sonntag werden am Samstag bekannt gegeben.

TERMINE 2003

STADION und MEISTERSCHAFTEN

JUNI

13.	2. Schülermehrkampf	Linz
13./14.	KLV-Landesmeisterschaften (Allg. Kl. / SCH / JUN)	Wolfsberg
13./14.	Offene SLV-Landesmeisterschaften	Salzburg
14.	BLV-Landesmeisterschaften (Allg. Kl. / SCH)	Pinkafeld
14./15.	OÖLV-Landesmeisterschaften	Ebensee
14./15.	TLV-Landesmeisterschaften	Innsbruck
14./15.	WLV-Landesmeisterschaften	Wien-Cricket
14./15.	NÖLV-Landesmeisterschaften	St. Pölten
14./15.	StLV-Landesmeisterschaften	Kapfenberg
17.	Cricketmeeting	Wien
19.	1. Hubert Zeinar Gedächtnismeting	Wien
20./22.	Zielpunkt-Zehnkampf	Schwechat
21.	Werfermeeting	Neuhofen
21./22.	Europacup 2. Liga Männer und Frauen	Aarhus/DEN
21./22.	Österr. Junioren u. Schülermeisterschaften	Kapfenberg
24.	WLV-Meisterschaften 5.000m (Frauen), Cricketmeeting	Wien-Cricket
25.	Hammerwurfmeeting	Hainfeld
27.	Sprungmeeting	Gratkorn
27.	NÖLV-Meisterschaften 10.000m und Schüler B	Amstetten
27.	KLV-Schüler B,C,D-Meisterschaften	Wolfsberg
28.	Junioren-Länderkampf (AUT-BAY-SUI)	Bregenz
28.	Teammehrkampf	Ternitz
28.	TLV-Staffelmeisterschaften	Innsbruck

JULI

2.-13.	WM der Masters	Carolina/PUR
5./6.	Europacup-Mehrkampf Superliga Männer	Brixen/ITA
5./6.	Europacup-Mehrkampf 2.Liga Frauen	Maribor/SLO
5./6.	Europäische Jugendspiele, TLV-Ms. Hammer	Inzing
6.	Berglauf-Europameisterschaften	Trient/ITA
6.	NÖLV-Berglaufmeisterschaften	Gloggnitz
10.-13.	Jugend-Weltmeisterschaften	Sherbrooke/CAN
12./13.	SLV-Mehrkampfmeisterschaften (SCH)	Salzburg
12./13.	Jedermannzehnkampf	Salzburg
15.-20.	Int. FICEP Spiele	Linz
17.-20.	U-23-Europameisterschaften	Bydgoszcz/POL
19.	EUREGIO-Leichtathletikfest	Freilassing/GER
24.-27.	Junioren-Europameisterschaften	Tampere/FIN
26.	Int. Meeting	Wolfsberg
26./27.	Österr. Mehrkampfstaa-meisterschaften (Allg. Kl.)	Reutte
26./27.	SLV-Mehrkampfmeisterschaften	Reutte
27.	NÖLV-Mastersmeisterschaften	Baden
27.	KLV-Berglaufmeisterschaften	Mauthen
28.-31.	Europäisches Olympisches Jugendfestival	Paris/FRA
31.	Int. Gugl-Meeting (IAAF-GP)	Linz

AUGUST

2.	3. Styrian 4-Meeting	Feldbach
2.	OÖLV-Meisterschaften Langstaffeln, Ippisch-Meeting	Ebensee
4.	Schüler-Ferienmeeting	Wels
9.	Pole-vaulting competition for Kids	Salzburg
9.	OÖLV-Berglaufmeisterschaften	Weyregg
9./10.	Österr. Staatsmeisterschaften	Salzburg-Rif
13.	TLV-10.000m-Meisterschaften, Langstaffeln	Hall/T.
13.	SLV-Meisterschaften 10.000m M, 5.000m F	Salzburg
15.	3. Int. Marswiesenmeeting	Wien
19.	Cricketmeeting	Wien
22.	Wurfmeeting	Gratkorn
23.	Österr. Masters-Meisterschaften 10 km	Ried
23./24.	OÖLV-Meisterschaften (JUG / U-23)	Steyr

SPRUNGHÖHEN:

männl. Junioren	- Hoch: 1,45 bis 1,70 je 5 cm, dann je 3 cm
	Stab: 2,60 bis 3,20 je 20 cm, dann je 10 cm
männl. Jugend	- Hoch: 1,40 bis 1,65 je 5 cm, dann je 3 cm
	Stab: 2,40 bis 3,00 je 20 cm, dann je 10 cm
männl. Schüler	- Hoch: 1,25 bis 1,55 je 5 cm, dann je 3 cm
weibl. Junioren	- Hoch: 1,25 bis 1,45 je 5 cm, dann je 3 cm
weibl. Jugend	- Hoch: 1,20 bis 1,40 je 5 cm, dann je 3 cm
weibl. Schüler	- Hoch: 1,10 bis 1,35 je 5 cm, dann je 3 cm

Laut Beschluss des erweiterten ÖLV-Vorstandes vom 27. November 1999 gilt für die Sprunghöhen im Mehrkampf folgende Regelung: Jede Athletin/ jeder Athlet hat die Möglichkeit, eine Wunschhöhe unter der ausgeschriebenen Anfangshöhe zu springen. Diese Höhe muss unter allen Athlet(innen), die ebenfalls den Wunsch einer Zusatzhöhe haben, abgesprochen werden. Bei Uneinigkeit unter den Athlet(innen) entscheidet der technische Delegierte über diese eine Höhe. Unmittelbar nach der Wunschhöhe wird die Latte auf die ausgeschriebene Anfangshöhe gelegt.

23.-28.	Universiade	Daegu/KOR
23.-31.	Weltmeisterschaften	Paris/FRA
26.	Cricketmeeting	Wien
29.	WLV-Hindernismesterschaften	Wien-Stadion
30.	OÖLV-Mastersmeisterschaften	Wels
30.	BLV-Meisterschaften (JUG)	Pinkafeld
30.	Volksiebenkampf	Götzens
30./31.	Österr. Mehrkampfstaa-meisterschaften (JUN/JUG/SCH)	Innsbruck
30./31.	SLV-Mehrkampfmeisterschaften (JUG / JUN)	Innsbruck
31.	Schülermeeting	Baden

SEPTEMBER

2.	Cricketmeeting	Wien
4.	25. Günther Pichler Gedächtnismeting	Vöcklabruck
5./6.	KLV-Meisterschaften (U-23 / JUG)	Feldkirchen
6.	Österr. Vereinstaa-meisterschaft Endrunde	Schwechat
6./7.	TLV-Jugend u. U-23-Meisterschaften	offen
6./7.	StLV-Meisterschaften (JUN / Masters)	Gratkorn
9.	Cricketmeeting	Wien
13.	Nachwuchsmeeting	Wr. Neustadt
13./14.	Österr. U-23 u. Jugendmeisterschaften	Pinkafeld
13./14.	VLV-Mehrkampfmeisterschaften	Balgach/SUI
13./14.	Jedermannzehnkampf	Wien-Favoriten
14.	KLV-Halbmarathonmeisterschaften	St. Veit/Glan
14.	Ing. Helmut Mader-Cup (Mehrkampf)	Innsbruck
14.	WLV-Halbmarathonmeisterschaften	Wien
16.	Cricketmeeting	Wien
16.-19.	Militär-WM	Catania/ITA
19.	Wurfmeeting	Gratkorn
20.	ARGE-ALP-Meeting	Innsbruck
20./21.	Berglauf-World-Trophy	Anchorage/USA
20./21.	OÖLV-Mehrkampfmeisterschaften	Ried
20./21.	WLV-Mehrkampfmeisterschaften	Wien-Cricket
21.	BLV-Halbmarathonmeisterschaften	Schützen
21.	OÖLV-Strassenlaufmeisterschaften	Haid/Ansfelden
21.	Erdölpokalmeeting	Stadlau
21.	4. Styrian 4-Meeting	Kapfenberg
24.	Hammerwurfmeeting	Hainfeld
24.	DSG Schostal Meeting	Wien
24.	Läuferabend	Neuhofen
27.	Schüler-Abschlussmeeting	Linz
27./28.	Berglauf-WM Masters	Zell am Harmersbach/GER
27./28.	TLV-Mehrkampf- u. Hindernismesterschaften	Lienz
27./28.	WLV-Meisterschaften (U-23 / JUG / Masters)	Wien-Cricket
27./28.	NÖLV-Mehrkampfmeisterschaften	Amstetten
27./28.	StLV-Mehrkampfmeisterschaften	Judenburg
27.	Schüler-Abschlussmeeting	Linz
29.	SLV-Berglaufmeisterschaften	Untersberg

OKTOBER

3.	OÖLV-10.000m-Meisterschaften	Wels
4.	Halbmarathon-Weltmeisterschaften	Vilamoura/POR
4.	TLV-Halbmarathon	Hall i. T.
4.	Union Schülercupfinale	St. Pölten
4./5.	Jedermann-Schätz-Zehnkampf	St. Pölten
5.	ULTRA-Mehrkampf WM	St. Pölten
5.	Österr. Geheerstaatsmeisterschaften (50km M/JUG)	Wien
5.	Römischer Fünfkampf	Carnuntum
5.	Kinderdreikampf	St. Pölten
6.	StLV-Marathonmeisterschaften	Graz
1		

LAUFTERMINE

JUNI

14. Kinderlauf „Laufen mit Spaß“	01 / 713 87 86	Wien-Prater
14. 3. Harbruckteich-Lauf	0650 / 90 00 127	Gmünd
14. 5. Weissenbach Aktiv-Lauf	0 22 36 / 260 12	Weissenbach
14. 2. Wienerwald-Wellness-Lauf	0 22 38 / 77 698	Kaltenleutgeben
14. 4. PSK-Dorffestlauf	0 22 42 / 33 931	St. Andrä-Wördern
14. 10. Marktlauf	0 76 13 / 86 44 - 29	Laakirchen
14. 15. Bad Hofgasteiner Marktlauf	0 64 32 / 71 10	Bad Hofgastein
14. 2. Ollersdorfer Benefiz-Marathon	0 33 26 / 550 61	Ollersdorf
14. Raiffeisen-Ölspurlauf	0 34 62 / 75 20	Wies-Deutschlandsberg
14. 2. Triebener Straßenfestlauf	0 36 15 / 33 60	Trieben
14. St. Ruprechter Halbmarathon	0 31 78 / 29 310	St. Ruprecht/Raab
14. 24. Volkslauf „Rund um die Altstadt“	0463 / 537 - 27 32	Klagenfurt
14. 3. Klopeiner See-24- u. 6-Stundenlauf	Tel.: 0 42 39 / 21 33	Unterburg
14. DSV Lauf-Event	Tel.: 0 47 18 / 421	Dellach/Gail
14. Nestlé Austria Schullauf (Finale)	01 / 698 80 02	Ort noch offen
14./15. 7. ERSTE Sparinvest Ötscher-Ultramarathon	0 74 85 / 98 858	Lackenhof
15. Österreichischer dm-Frauenlauf	01 / 713 87 86	Wien-Prater
15. 7. Bad Ischler Katrinberglauf	0 61 32 / 27 757 - 16	Bad Ischl
15. 3. Elixhausener Naturlauf	0662 / 43 00 87	Elixhausen
19. Brigittenauer Bezirks- und Kinderlauf	01 / 33 25 188	Wien-Brigittenau
19. 3. Steinerkirchner Sommermeile	0 72 41 / 55 20	Steinerkirchen
19. 10. Mugele-Berglauf	0316 / 787 12 78	Niklasdorf
19. 1. Int. Nachtstundenlauf	01 / 698 80 02	Mank
20. 1. Wachauer ER und SIE-Lauf	0 27 32 / 82 853	Mautern
21. Int. 6-Stunden Kaiser-Lauf	01 / 698 80 02	Mank
21. 6. Wr. Neustädter Abendlauf	0 676 / 460 67 58	Wr. Neustadt
21. 1. BIOMIN-Halbmarathon	0 27 42 / 25 33 43 - 42	St. Pölten
21. 14. ÖBV-Altstadtlauf		
in Memoriam Gerhard Mayer	0 74 12 / 52 612	Ybbs/Donau
21. Sonnenblumenlauf	0 25 32 / 80 498	Zistersdorf
21. 22. Vorchdorfer Volkslauf	0 76 14 / 61 34	Vorchdorf
21. Intersport EYBL-Lauf	0664 / 15 00 611	Hallein
„Um den Halleiner Salzkristall“		
21. Rieder Geländelauf	0 52 83 / 22 18	Ried/Zillertal
21. 4. Int. Parndorfer Straßenlauf	0 21 66 / 28 13	Parndorf
21. Vöestalpine 6-Stunden-Benefizlauf	0664 / 61 56 402	Leoben
21. 9. Int. St. Pauler Viertelmarathon	0 43 57 / 40 33	St. Paul/Lavanttal
22. 3. Seenlauf	0 72 88 / 70 26 - 16	Klafter am Hochficht
22. Postalm-Allmarathon	0 61 37 / 61 61	Postalm
22. Almenlandlauf	0 31 79 / 27 602	Teichalm
22. Int. Marathon	0 42 38 / 83 11 - 22	Bad Eisenkappel
22. Int. Wiener Firmenlauf	01 / 720 28 00	Wien-Prater
26. 2. Phönix-Lauf	0699 / 113 40 630	Attgnau-Puchheim
27. 18. Liezener Stadtlauf	0 36 12 / 23 442	Liez
27. 6. Brucker Sommernachtslauf	0 38 62 / 800 - 238	Bruck/Mur
27. 2. Radentheiner Stadtlauf	0664 / 49 35 467	Radenthein
28. 16. Alpkogelllauf	0699 / 12 33 88 88	Trattenbach
28. Rohrbacher Stadtlauf	0 72 89 / 60 07	Rohrbach
28. 4. Naturfreunde-Berglauf	0732 / 66 74 10	Spital/Pyhrn
28. 10. Abtenauer Panoramalauf	0 62 43 / 21 79	Abtenau
28. 7. Int. Jochberger Cross-Halbmarathon	0 53 55 / 53 15 - 420	Jochberg
28. 10. Int. Montafoner Panoramalauf	0 55 52 / 66 894	Bludenz-Lorüns
28. 3. Knittelfelder Frauenlauf	0 35 12 / 84 150	Knittelfeld
28. 17. Austria Alpinmarathon & Grenzstaffellauf	0 38 56 / 24 80	Veitsch
28. 6. Lannacher Grätzellauf	0316 / 870 - 34 09	Lannach
28. 3. Bio-Fit Energielauf		Kappel/Krappfeld
29. 3. Ruppenthaler Weintraubenlauf	0 29 55 / 71 230	Ruppenthal
29. 2. Ottensteiner Seenlauf	0 28 26 / 74 80	Rastenfeld
29. 18. AKNO-Volkslauf	01 / 588 83 - 17 29	Hilm/Rosenau-Sonnatagberg
29. 4. Lauf auf den Staff	0664 / 32 53 360	St. Veit/Gölsen
29. 12. Heiligenkreuzer Wappenlauf	0 22 52 / 490 76	Siegenfeld
29. 21. Steyrer Stadtlauf	0664 / 516 72 12	Steyr
29. Donauufer-Halbmarathon & Kinderlauf	0 72 37 / 56 71	Luftenberg/Donau
29. 5. Subener Geländelauf	0 77 11 / 28 87	Suben
29. 24. Toscanalauf	0 76 12 / 74 200	Gmunden
29. 5. Sterngartl-Straßen- und Geländelauf	0 72 14 / 44 59	Schenkenfelden
29. Lorenzer Wirtsleitslauf	0 38 64 / 23 22 - 16	St. Lorenzen/Mürztal
29. St. Gallener Volkslauf	0664 / 43 46 528	St. Gallen/SUI

JULI

1. 2. Baxter Donaupark Run	01 / 20 100 - 27 77	Wien-Donaupark
1. 10. Marktlauf	0 75 83 / 52 55 - 28	Kremsmünster
5. „run & roll“ Bucklige Welt Halbmarathon	0 26 42 / 87 07	Zöbern-Kirchschlag
6. Int. WSV Ortslauf	0 72 56 / 82 45	Ternberg
5. 2. Gallneukirchner Citylauf	0 72 35 / 64 683	Gallneukirchen
5. Traunsee-Berg-Marathon	0 76 12 / 47 771	Gmunden
5. 18. Vöckla-Uferlauf	0 76 72 / 92 729	Timelkam
5. 1. Int. FILA Stadtlauf	0 31 26 / 23 74	Frohnleiten
6. Zwei-Länder-Lauf	0664 / 18 35 844	Oberkappel
6. Self-Transcendence-Halbmarathon	0699 / 100 930 92	Linz-Urfahr
6. 2. Gapföhler Berglauf	0664 / 26 15 546	Laterns
6. 1. Burgenland-Sprintberglauf	0 33 57 / 46 937	Rettenbach
6. 2. St. Stefaner Ortsteilelauf	0664 / 31 45 883	St. Stefan/Leoben
6. Schießling-Berglauf (mit STL-MS)	0 38 63 / 27 78	Seebach-Au
7. 19. Göstlinger Eisenstraßenlauf	0664 / 54 19 887	Göstling/Ybbs
12. 8. Buchenberglauf	0664 / 24 27 753	Waidhofen/Ybbs

12. Mödlinger Babenbergerlauf	0676 / 73 13 801	Mödling
12. 12. Int. Raiffeisen-Ortslauf	0 75 82 / 81 386	Schlierbach
12. 4. Attergauer 5000er	0 76 67 / 82 72	St. Georgen
13. 6. Hofer Dorflauf	0 62 29 / 22 49	Hof bei Salzburg
13. Raikalauft & Ötztaler Halbmarathon	0 52 53 / 63 70	Längenfeld/Ötztal
13. 9. Wallfahrtslauf Lassing-Oppenberg	0 36 12 / 23 442	Lassing
13. 1. Mürzer Berglauf & MTB Uphill	0 52 53 / 63 70	Mürzzuschlag
18. Straßenlauf und Nacht-Halbmarathon	0 36 82 / 22 383	Wörschach
19. 18. Raiffeisen-Ortslauf	0664 / 190 52 68	Aspang Markt
19. 10. Spitaler Straßenlauf	0664 / 45 11 894	Spital/Pyhrn
19. TILO-Naturboden-Hausruckkammlauf	0 77 52 / 70 422	Haag-Lochnsburg
19. 24-Stunden-Benefizlauf	0 36 82 / 22 383	Wörschach
20. 14. Int. Aistal-Halbmarathon	0 72 36 / 65 49	Pregarten
20. 1. Kapfenberger Rittermeile	0664 / 43 52 743	Kapfenberg
25. 3. Villacher City-Lauf	0664 / 150 10 57	Villach
26. Intersport EYBL-Haunsberglauf	0 62 76 / 565	Nußdorf a. Hbg.
26. 16. Straßenlauf um die Gesäuse-Trophäe	0 36 34 / 235	Hieflau
27. 4. Berglauf vom Schloß Ochsenburg	0 27 42 / 88 56 66	St. Georgen/Steinfeld
27. 5. Zehn-Mühlenlauf	0 72 14 / 70 07 - 13	Reichenthal
27. 5. Int. Gernkogel-Berglauf	0 64 12 / 84 13	St. Johann im Pongau
27. 8. Int. Obergalltaler Mauthner-Alm-Berglauf	0 47 15 / 30 519	Kötschach-Mauthen

AUGUST

1. 3. Wachauer Brücken-Lauf	0 27 32 / 82 853	Mautern
2. Pöstlingberglauf	0650 / 500 55 00	Linz
2. „Rund um den Zellersee“	0664 / 20 19 302	Zell am See
2. Holzstraßenlauf	0 35 36 / 84 79	St. Peter/Kbg.
3. Donauparklauf	01 / 877 89 41 - 13	Wien-Donaupark
3. Salzach-Uferlauf	0662 / 45 11 24	Salzburg
3. Leoganger Sonnberglauf	0 65 83 / 86 86	Leogang
3. 6. Int. Thörl Volkslauf	0 38 61 / 23 07	Thörl
9. Wienerwald-Marathon & Panorama-Halbmarathon	0 22 36 / 26 727	Mödling
9. 2. Wallseer Donau-Altarmlauf	0 74 33 / 28 58	Wallsee
9. 15. Sparkassenlauf „Rund um Gaming“	0664 / 25 29 255	Gaming
9. 3. Windischgarstener Ortslauf	0664 / 28 26 567	Windischgarsten
9. Meilen- und Klafferlauf	0 77 53 / 23 23	Eberschwang
9. 3. Kremser Burglauf	0 31 42 / 230 52	Voitsberg-Krems
10. 8. Int. Feuerkogel-Berglauf	0664 / 310 40 00	Ebensee
10. 18. Int. Drei-Gipfel-Lauf & Halbmarathon	0664 / 31 14 970	Wald/Schoberspaß
10. 22. Zwei-Seen-Lauf	0 42 47 / 21 22	Afritz/See
15. 17. Sternstein-Berglauf	0 72 13 / 66 96	Bad Leonfelden
15. 2. Sickingner Rundlauf	0 76 62 / 47 89	Schöffling
15. 2. Int. Burgruinen-Sprint	0664 / 35 55 453	Thörl
15. Int. Volkslauf „Rund um den Klopeinersee“	0 42 36 / 26 45	St. Kanzian
16. 8. Marktfestlauf	0664 / 61 76 125	Markersdorf/Pielach
16. 10. Mühlbacher Ortsrundenlauf	0 72 52 / 42 525	Mühlbach-Garsten
16. Ochtentallauf	0676 / 49 55 135	Michaelbeuern
17. 3. Wiedhack-Gipfellauf	0 76 76 / 66 86	Bruckmühl
17. Int. Fuschlseelauf	0 62 26 / 87 49	Fuschl am See
17. 6. Int. Kraftspende-Stuhlecklauf	0664 / 43 13 918	Retteneck
17. 13. Int. Weißensee-Volkslauf	0 47 61 / 691	Stockenboi
17. St. Urban-Berglauf (bergauf/bergab)	0664 / 33 73 748	St. Urban
23. Hohenauer Sommerlauf	0664 / 35 850 98	Hohenau
23. 1. Raiffeisen 1/3-Marathon	0 26 35 / 64 551	Natschbach-Loipersb.
23. 10. Ybbsitzer Marktlauf	0 74 43 / 86 431	Ybbsitz
23. 3. Int. Pferdebahn-Genuß-Marathon	0699 / 12 30 22 61	Unterweikersdorf
23. Rieder Stadtlauf (mit ÖM Masters)	0 77 52 / 87 701	Ried/Innkreis
23. Ischler Hütte-Berglauf	0 77 53 / 23 23	Bad Ischl
23. Güssinger Stadtlauf	0 33 22 / 43 196	Güssing
23. 17. Int. PSV-FUZO-Altstadtlauf	0676 / 47 17 548	Leoben
25. Int. Kitzbüheler Horn-Bergstraßenlauf	0 53 58 / 25 90	Kitzbühel
24. KÄRNTEN LÄUFT-Wörthersee-Halbmarathon	0664 / 33 73 748	Klagenfurt
30. 7. Naturfreunde-Waldlauf	0 26 38 / 220 52	Winzendorf
30. 11. Großkruter Kellerberglauf	0 25 56 / 74 71	Großkrut
30. 2. Annaberg Berglauf	0 27 28 / 82 45 - 11	Annaberg
30. 16. Int. Grünberg-Gipfellauf	0 76 12 / 89 498	Gmunden
30. Höhen-Halbmarathon „Rund ums Karhorn“	0 55 83 / 21 61 - 0	Lech am Arlberg
30. 10-Stunden-Lauf	0 33 63 / 79 143	Rechnitz
30. 9. Halb- u. Viertelmarathon mit Fitnesslauf	0 38 52 / 31 83	Mürzzuschlag
30. 7. Int. AL-KO Zirbitzkogel-Berglauf	0 35 78 / 27 31	St. Anna/Lavantegg
30. Stainer Schilcherlauf	0676 / 43 30 183	Stainz
31. LCC-Halbmarathon	01 / 720 28 00	Wien-Prater
31. 3. Waizenkirchner Halbmarathon	0 72 77 / 29 32	Waizenkirchen
31. Böhmerwald-Halbmarathon	0 72 88 / 70 05	Ulrichsberg-Schönbren
31. 4. Stodertaler Volkslauf	0664 / 28 26 567	Hinterstoder

SEPTEMBER

4. WIEN ENERGIE Business Run	01 / 53 21 497	Wien-Prater
5/6. 29. Int. Marc Aurel-Marsch/Lauf	01 / 52 00 - 50 500	Baden-Mödling
6. Babenbergerlauf	01 / 720 28 00	Bruckneudorf
6. 18. Int. Langenloiser Stadtlauf	0 27 35 / 57 81	Wien-Prater
6. 30. Int. VKB-Gislauf	0676 / 53 57 909	Langenlois
6. 10. Gramastettner Rodtalllauf	0 72 39 / 81 94	Linz-Eidenberg
6. 11. Heilbrunner Almenland-Waldlauf	0676 / 43 27 870	Gramastetten
6. 4. Goabsteigsprint	0 38 56 / 24 80	Heilbrunn
7. 10 Meilen von Andlersdorf „Powercup“	0664 / 62 32 708	Veitsch
7. 4. Schmidatall-Lauf	0664 / 38 31 380	Andlersdorf
7. 11. Akademieparklauf	0676 / 460 67 58	Grossweikersdorf
		Wr. Neustadt

39. Geländelauf „Rund um den Karriegel“	0 27 73 / 440 47	Pressbaum
21. UNIOA-Lauf „Rund um den Lunzer See“	0 74 86 / 82 50	Lunz am See
7. Kirchberger Marktlauf	0 27 22 / 73 09 - 16	Kirchberg a.d. Pielach
7. 14. Sparkassen-Volkslauf	0 72 25 / 88 01	Kronstorf
7. 15. Peter Zak-Gedenklauf „Um den Offensee“	0699 / 113 40 630	Offensee bei Ebensee
7. Raiffeisen Wallersee-Lauf	0 62 12 / 72 71	Seekirchen/Wallersee
7. KIKA Ruppertlauf	0 62 12 / 72 71	Seekirchen/Wallersee
7. 4. Achenseelauf	0 52 43 / 43 07	Pertisau
7. 15. Int. Bergmarathon mit 2er-Staffellauf	0 31 48 / 23 141	Kainach
7. 1. Int. Lauf/Nordic Walk auf den Erzberg	0676 / 47 17 548	Eisenerz
13. 10. Int. Rohrbachlauf	0 74 35 / 57 365	St. Valentin
13. 7. Int. Kalkalpen-Halbmarathon	0 75 84 / 24 48	Molln
13. 2. Sattenseer Rundlauf	0 55 24 / 27 33	Satteins
13. Grazer Berglauf „Auf den Plabutsch“	0664 / 25 23 527	Graz-Eggenberg
13. McDonald's Kinderlauf	0 35 77 / 80 940 - 223	Judenburg-Fisching
13. 3. „Stadtwerke AG“-Volks- und Firmenlauf	0 35 77 / 80 940 - 223	Judenburg-Fisching
14. Kaisermühlental „Powercup“	0664 / 62 32 708	Wien
14. Wachauamarathon	0 27 32 / 82 853	Emmersdorf-Krems
14. 8. Lauf um die Langbathseen	0 61 33 / 53 01 oder 87 39	Ebensee
14. 1. Südburgenland ÖKO Energie Marathon	0664 / 308 34 89	Güssing
14. 7. Int. Gigasport-Volkslauf	0664 / 35 67 880	Wildon
14. Volkslauf „Rund um den Plabutsch“	0664 / 25 23 527	Graz-Eggenberg
14. 3. Vulkanlandlauf	0664 / 11 10 973	Leitersdorf/Raabtal
14. 1. St. Veiter Blumenlauf	0 42 12 / 55 55 - 81	St. Veit/Glan
20. 12. Feistritzer Panoramalauf	0 26 35 / 62 440	Feistritz
20. 7. Gampener Straßenlauf	0 76 82 / 81 78	Gampern
20. 9. Walser Dorflauf	0662 / 85 58 26	Grünau/Wals
20. Gleisdorfer Solarlauf-Halbmarathon	0 31 12 / 23 89 - 101	Gleisdorf
21. Terry Fox Gedenklauf	01 / 531 38 - 33 04	Wien-Prater
21. 3. Heavy-Runners Herbstfarbenlauf	0676 / 92 49 116	Leobersdorf

40. Ybbs Waldlauf	0 74 12 / 54 602	Ybbs-Karlsbach
21. 4. Thalheimer Straßenlauf	0 72 42 / 470 74 - 0	Thalheim
21. 16. Int. Anton-Bruckner-Lauf	0676 / 491 10 55	Haid-Ansfelden
21. 2. Bad Ischler Raiffeisen Halbmarathon	0 61 32 / 27 757 - 16	Bad Ischl
21. 2. Hypo-Halbmarathon	0 72 34 / 82 302	Walding
21. 9. Raiffeisen-Straßenlauf	0512 / 56 73 73	Telfs
21. Osttirol XS-Marathon	0650 / 68 90 000	Lienz
21. 9. Int. Pfänderlauf	0 55 74 / 43 333	Bregenz
21. Burgenlandlauf	0 26 82 / 760 82	Schützens Gebirge
21. 5. Grazer Frauenlauf	0316 / 872 - 46 73	Graz-Augarten
21. 10. Obir-Berglauf	0 42 38 / 245	Bad Eisenkappel
25. Nestlé Austria Schullauf	01 / 698 80 02	Eisenstadt
27. 9. Straßenlauf	01 / 203 62 11	Schönkirchen-Reyersdorf
27. 3. Wilhelm Kress-Lauf	0 75 82	

An die Arbeit ...

Zusammenfassung des ÖLV-Trainerseminars mit Ekkart Arbeit

Vom 21. bis 23. März referierte Dr. Ekkart Arbeit, einer der „Chefstrategen“ der ehemaligen DDR-Leichtathletik, in Salzburg. Arbeit, der als absolute Kapazität auf seinem Gebiet gilt, betreute im letzten Jahrzehnt die griechische Leichtathletik und war zuvor sechs Jahre Cheftrainer der italienischen Leichtathleten. Im folgenden Beitrag wird ein Auszug aus seinen Referaten dargestellt. 25 Trainer folgten der ÖLV-Einladung nach Rif.

ANABOLISMUS und KATABOLISMUS

Arbeit handelte die im Bereiche der *Leistungsphysiologie* gekoppelt mit Infos zum Thema *Energiefluss* und *Energielockaden* ab. Es wurden klar die Unterschiede zwischen *anaboler* (aufbauender) und *kataboler* (abbauender) Stoffwechsellage herausgearbeitet - insbesondere sollte auch die Trainingsmethodik auf individuelle biologische Rhythmen abgestimmt sein. Ganz entscheidend ist aber, den Wechsel von Belastungen und die Regeneration innerhalb eines Mikrozyklus zu beherrschen - nur so kann der Organismus mit entsprechender langfristiger Leistungssteigerung



In den praktischen Einheiten standen die leichtathletischen Würfe im Mittelpunkt: Dr. Arbeit bei der Demonstration.

Bild: Jan Schreiber

Die physiologische Begründung:

1. Etappe	Signalwandlung	(bis zum 7. Tag)
2. Etappe	Energiebereitstellung	(bis zum 21. Tag)
3. Etappe	Energiewandlung	(bis zum 35. Tag)
4. Etappe	Strukturwandlung	(bis zum 42. Tag)

reagieren! Um eine optimale Regeneration zu gewährleisten, brachte er klar die Notwendigkeit von ausreichenden Aminosäuren zum Ausdruck.

Die Dynamik der Anpassung - Grundmodelle der Periodisierung

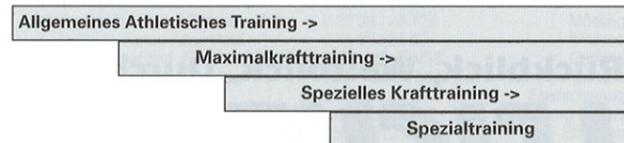
Eine Systematik im Training ist die Grundlage für einen langfristigen Trainingsprozess!

Die Adaptionsdynamik wird nach Dr. Arbeit Wissenstand in einem 6 Wochen Modell umgesetzt. Somit sollte der klassische Mesozyklus 6 Wochen dauern.

(Anm. der Verfasser: Dieses Modell gilt nach NEUMANN / SCHÜLER für ausdauerorientierte Trainingsbelastungen. Dr. Arbeit sieht die Übertragbarkeit für Kraft- & Schnelligkeitsbereiche als logische Konsequenz von biologischen Gesetzmäßigkeiten.)

KERNAUSSAGEN

Im Nachwuchstraining - Das Training muss der biologischen Situation angepasst werden
Im Hochleistungstraining - Das Training muss den biologischen Rhythmen angepasst werden



- TRAININGSDOKUMENTATION als Basis der neuen Trainingsplanung
- Alternierend immer eine Doppel- mit Einfachperiodisierung umsetzen
- Olympische Spiele/Olympiajahr - IMMER mit Einfachperiodisierung planen
- Ganz entscheidend dabei ist es, den Trainingsrhythmus über die 6 Wochen (MEZ) nie zu verändern - jede Woche stellt einen eigenständigen Komplex von Belastung und Erholung dar!
- Die Trainingseinheiten in den Wochen bleiben gleich. Entlastungen erfolgen durch Reduzierung der Umfänge und Intensitäten, jedoch nicht durch den Entfall von TE!
- Nach WK wird 2 Tage danach eine Pause eingeplant. Am 1. Tag nach dem WK folgt ein

kompensatorisches Training zur verbesserten Wiederherstellung.

- Man sollte drei Schwerpunkte in der Woche setzen - (z.B. Montag-Mittwoch-Freitag)
- Das Training der koordinativen Fähigkeiten im Nachwuchs ist entscheidend
- Zuerst die Anpassung - dann der Formaufbau
- 12 Wochen sind die Minimaldauer für einen Formaufbau

PERIDOSIERUNG ist die Zeitstruktur zum Aufbau einer sportlichen Form!

Systematik im Aufbau eines Jahrestrainings(planes)

Dr. Arbeit unterlegte seiner Ausführungen mit vielen Beispielen aus seiner praktischen Arbeit mit griechischen und italienischen Leichtathleten und neuerdings auch aus dem Training mit 7-Kampf Olympiasiegerin Denise Lewis. Vor allem überzeugte Dr. Arbeit in der Praxis mit seinen technischen Ausführungen im Bereiche Wurf.

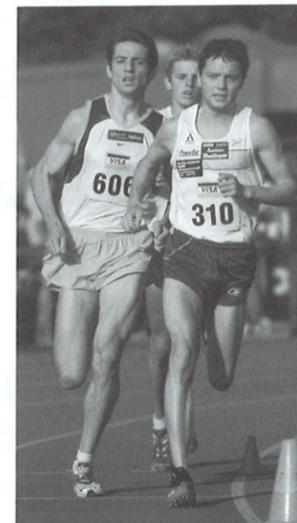
Dieser Beitrag wird mit den Themen Krafttraining als „Mittel zum Zweck“ und Allgemein Athletisches Training, als dessen Verfechter Dr. Arbeit gilt, in der nächsten Ausgabe der **LEICHTATHLETIK** fortgesetzt.

- harald sihorsch •
- christian röhrling •
- ölv-bundestrainer nachwuchs

Ausgewählte Literatur:

NEUMANN/SCHÜLER: Sportmotorische Funktionsdiagnostik. Sportmedizinische Schriftenreihe 29. Johann Ambrosius Barth Verlag, 2. Auflage 1994.
 STEINBRECHT-BADE: Traditionelle chinesische Medizin. Gesundheit, Glück und langes Leben - Moewig Verlag 1998.
 PLATONOV TRAINERBIBLIOTHEK - Band 34 - Belastung
 EMOTO, Masaru DIE BOTSCHAFT des WASSERS - Band 1 - KOHA-Verlag

kurve heraus den Sprint an - und musste sich von einem beherzten Christian Pflügl kurz vor Schluss nochmals überholen lassen. Der Oberösterreicher, sichtlich zufrieden mit sich und der Welt: „Ich war zu jeder Zeit sicher, dass ich noch zusetzen und auch im Sprint vorne sein kann.“ Dieter Pratscher vom nahen und neuen RC-LA Bad Tatzmannsdorf brachte die Burgenländer zum Jubeln, indem er gegen Gerd Frick Platz fünf erkämpfte.



10.000 Meter Entscheidung um Silber und Bronze: In der Zielkurve war Christian Pflügl vorne, auf der Zielgeraden Steindorfer, im Ziel wieder Pflügl. Gold ging an Weidlinger.

Bild: Herbert Neubauer

Gegen sich selbst hatte Andrea Mayr zu kämpfen. Sie überrundete im Frauenrennen alle ihre Konkurrentinnen - es waren nur zwei. Gründe? Mehr als einer. Mayr gewann solo in 36:05,80 Minuten, Cornelia Heinzle und Helene Eidenberger holten Silber und Bronze.

• andreas maier •

17. Mai 2003, Pinkafeld: Österreichische Meisterschaften 10.000 Meter und Staffeln

MÄNNER

10.000 m: 1. Günther Weidlinger (IGLA long life) 31:22,76, 2. Christian Pflügl (LCAV doubrava) 31:38,11, 3. Harald Steindorfer (KLC) 31:38,36, 4. Markus Hohenwarter (LC Heraklith Villach) 31:39,86, 5. Dieter Pratscher (RC-LA Bad Tatzmannsdorf) 31:53,77, 6. Gerd Frick (LCC Wien) 31:53,79, (10 im Ziel)

4x400 m: 1. LCC Wien (Sergey Osovic, Thomas Scheidl, Wolfgang Reiterer, Martin Lachkovics) 3:14,40, 2. U. Salzburg (F. Sams, W. Thaler, S. Thaler, M. Klampfer) 3:20,48, 3. Post SV Graz (T. Tschirff, N. Hödl, J. Offenbacher, W. Göschl) 3:21,63.

3x1.000 m: 1. LCC Wien (Georg Kolik, Bernhard Mayr, Martin Steinbauer) 7:36,40, 2. U. Salzburg (T. Pölsler, W. Thaler, S. Thaler) 7:38,38 min, 3. LCAV doubrava (W. Aschenberger, W. Bergthaler, S. Matschiner) 7:39,89.

JUGEND: 3x800 m: 1. ULC Mödling (Nina Santner, Caroline Schnabel, Lisa Millonig) 7:15,33, 2. LCAV doubrava 7:19,03, 3. PSV Prefa-Wels 7:19,28.

(Paul Kräuter, Julian Kellerer, Andreas Rapatz) 8:09,91, 2. IGLA long life 8:11,20, 3. LAC Steyr 8:11,32

FRAUEN

10.000 m: 1. Andrea Mayr (LCC Wien) 36:05,80, 2. Cornelia Heinzle (ULC Dornbirn) 37:32,23, 3. Helene Eidenberger (LCA Umdasch Amstetten) 37:52,07.

4x400 m: 1. U. Salzburg (Julia Baier, Silvia Aschenberger, Sarah Baier, Sandra Rehr) 3:50,93, 2. ATSV Linz (L. Neunteufel, M. Anzinger, C. Gebhart, S. Gasseleder) 3:57,70, 3. ULC Linz-Obb. (S. Wöckinger, L. Steinmüller, M. Obermayr, A. Pospishek) 3:59,63.

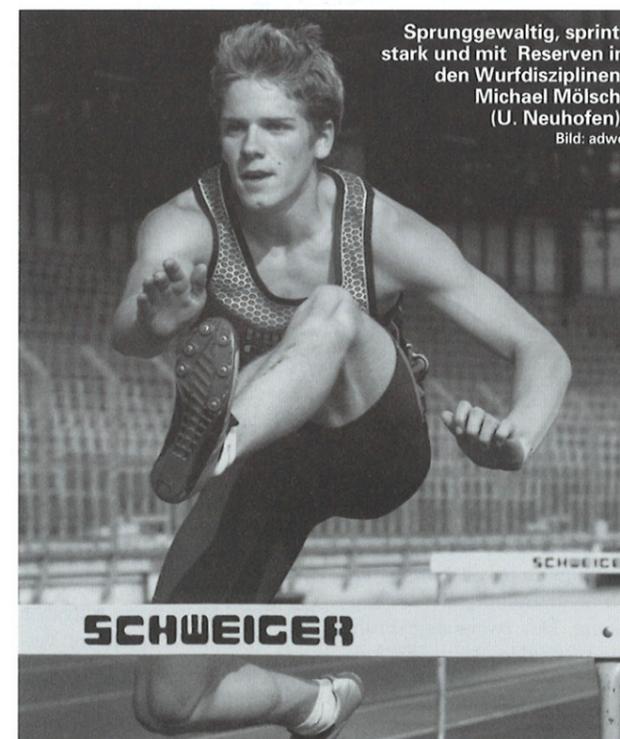
3x800 m: 1. U. Salzburg (Julia Baier, Martina Winter, Silvia Aschenberger) 6:56,41, 2. ATSV Linz (S. Wögerbauer, M. Anzinger, S. Gasseleder) 7:02,91, 3. LCC Wien (C. Rigler, S. Pichler, S. Pumper) 7:04,17.

JUGEND: 3x800 m: 1. ULC Mödling (Nina Santner, Caroline Schnabel, Lisa Millonig) 7:15,33, 2. LCAV doubrava 7:19,03, 3. PSV Prefa-Wels 7:19,28.

www.leichtathletik.co.at

ULC-Mehrkampfmeeting:

Mit 10 Bestleistungen zur Jugend-WM



Sprunggewaltig, sprintstark und mit Reserven in den Wurfdisziplinen: Michael Mölschl (U. Neuhofen). Bild: adwo

LINZ. BORG-Schüler Michael Mölschl (U. Neuhofen) schaffte beim ULC-Mehrkampfmeeting ungläubliches. In jeder Disziplin stellte der 15jährige eine neue persönliche Bestleistung auf um sich mit der Gesamtleistung von 6.785 Punkten für die Leichtathletik Jugend-Weltmeisterschaften von 9. - 13. Juli in Sherbrooke, Kanada zu qualifizieren (ÖLV-Qualifikationsnorm 6.600 Punkte). Für Landestrainer Wolfgang Adler, der Mölschl seit zwei Jahren betreut, kam die Leistungssteigerung nicht ganz unerwartet, die Dimension mit der Qualifikation als Krönung war nicht geplant. Sehr gut seine Entwicklung in den Schnelligkeits- und Sprungdisziplinen. So sprang der 1,70 m große Bursche 13 Zentimeter über seine Körpergröße auf 1,83 Meter und lief die 100 Meter trotz Gegenwind in sehr guten 11,27 Sekunden. Enorm sein Wille, nach der neunten Bestleistung im

ZEHNKAMPF: MÄNNER: Christopher Schiefermayer (ALC Wels) 4.571 (100 m: 11,94 - Weit: 6,03 - Kugel: 11,78 - Hoch: 1,71 - 400 m: 55,79 - 110 m Hü.: 18,18 - Diskus: 33,49 - Stab: x - Speer: 48,22 - 1.500 m: x). JUGEND: Michael Mölschl (U. Neuhofen) 6.785 (100 m: 11,27 - Weit: 6,63 - Kugel: 12,66 - Hoch: 1,83 - 300 m: 36,53 - 110 m Hü.: 14,85 - Diskus: 29,60 - Stab: 3,90 - Speer: 43,44 - 1.000 m: 2:50,35). SIEBENKAMPF: JUGEND: 1. Eva-Maria Kratzer (ULC Linz-Obb.) 4.523 (100 m Hü.: 14,90 - Hoch: 1,40 - Kugel: 10,19 - 200 m: 26,17 - Weit: 5,17 - Speer: 36,51 - 800 m: 2:35,49) 2. Viktoria Steinmüller (ULC Linz-Obb.) 4.426 (14,94 - 1,61 - 8,13 - 25,98 - 5,34 - 19,63 - 2:30,51).

Mehrkämpferin mit Zupf

VERONIKA WATZEK. Die Wienerin hat den Dreh heraus. Am 23. Mai schleuderte sie bei den Wiener Juniorenmeisterschaften die 1 kg-Scheibe auf die neue österreichische Juniorenrekordweite von 51,60 Meter. „Dabei bin ich eigentlich Mehrkämpferin und nebenbei Diskuswerferin“, verweist sie auf ihre Mehrkampfbestleistung von 4.334 Punkten und wehrt sie sich gegen das Image einer Diskuspezialistin.

Sport wurde Veronika praktisch in die Wiege gelegt. Vater Hans war Mitglied des ÖLV-Mehrkampfkaders und auch Mutter Christine (Mädchenname Köck) war im Mehrkampf, im Hochsprung und über die Hürden stets im Vordergrund bei Österreichischen Meisterschaften zu finden. „Ich bin eigentlich auf dem Sportplatz aufgewachsen, mit neun Monaten wurde ich auf den Sportplatz mitgenommen, mit vier Jahren habe bei einem Bergturnfest des ATUS Bruck den ersten Wettkampf absolviert“, erinnert sich Veronika und kramte alte Fotos, Urkunden und Ergebnisberichte zur Dokumentation hervor.

Vielseitigkeit als Basis

„Ich habe immer alles gemacht, und alles hat mir Spaß gemacht“, genoss Veronika eine vielseitige Ausbildung, die neben der Leichtathletik auch in Leistungsturnen mündete. Wiener Meisterschaften und ÖTB-Bundesmeisterschaften standen viele Jahre am Wettkampfkalender.

Selbst als mit zwölf Jahren ein Größenschub von acht Zentimetern in einem Jahr für Koordinationsprobleme sorgte, war's mit der Turnkarriere noch nicht vorbei. Ein erstes Mal ist die kombinierte Turn- und Mehrkampfkarriere ins Stocken geraten, als sie sich vor zwei Jahren einen Bänderriss zugezogen hat. Erst als sie sich vergangenes Jahr beim Turnen einen Knöchelbruch zuzog – „die Bänder haben gehalten, der Knochen hat nachgegeben“ – hat ihr Vater Hans, Obmann des ÖTB Wien, das Turnen verboten. Seitdem geht sie selten und nur als Ausgleich an die Turngeräte. Verletzungspause gab es auch damals keine. Mit dem Liegegips fuhr sie ins Ostertrainingslager nach Caorle und hat Kraft und Wurf trainiert. Auch das Kreuzband im linken Knie machte schon einmal Probleme und Kreuzschmerzen gehörten zum Alltag. „Ich habe ein schiefes Kreuz, aber mit Ausgleichsgymnastik haben wir das jetzt im Griff“, ist sie derzeit voll einsatzfähig.

Veronika Watzek

Geboren: 13. August 1985
Wohnort: Wien
Verein: Cricket Wien (vorher: ÖTB Wien)
Schule: Leistungssportborg
Wien-Unterberggasse
Hobbies: Tanzen, Musik, Internet
Homepage: www.nickywatzek.at

Bestleistungen:

Kugel (3 kg): 14,78 m
Kugel (4 kg): 13,55 m
Diskus (0,75 kg): 53,78 m (Ö. Jugendrekord)
Diskus (1 kg): 51,60 m (Ö. Juniorenrekord)
Mehrkampf-Jugend: 4.334 Punkte

Erfolge:

5. Platz Kugel Gymnasiade 2002
8. Platz Diskus Gymnasiade 2002
5 x Österr. Meisterin (Nachwuchs)



Fliiiiiieg: Veronika Watzek hat das Zeug zum großen Wurf!
Bild: Katzenbeisser

Einmaliger Zupf

Im Mai 2001 löste die ehemalige Diskusstaatsmeisterin Maria Schramseis, eine Freundin ihrer Mutter, Vater Hans als Trainer ab. „Mary ist die Haupttrainerin und macht die Trainingspläne, Petra Beydi schaut mir in den Disziplinen Hoch, Weit und Hürden auf die Beine“, fühlt sich Veronika optimal betreut. Mit Maria Schramseis begann der Weg zur Spezialisierung auf Diskus, der auch heute noch nicht abgeschlossen ist. „Größe, Bewegungstalent und Einsatzwille, sie hat alles was eine Diskuswerferin braucht“, beschreibt Schramseis die Stärken ihrer Athletin. „Sie hat einen „einmaligen Zupf“, den hast, oder hast nicht, da kannst als Trainer gar nichts machen.“ Als Schülerin eines Leistungsmodells hat sie natürlich mehr Trainingszeit zur Verfügung. Das zweimalige Frühtraining wird im Winter für Ausdauer und Stabilisationstraining verwendet, in der Wettkampfphase kann es schon einmal vor-

kommen, dass es zu einem regenerativen Ausschlafen genutzt wird. Nachmittag oder abends steht Training auf dem Cricketplatz auf dem Programm.

Ausblick

Das Limit für die EM in Finnland in der Tasche kann Veronika, die heuer ihr erstes Juniorenjahr hat, die Saison ruhig angehen. Ziel ist das Erreichen des Finales, das heimliche ist noch ein wenig höher gesteckt. Das weitere Ziel ist mit dem Rekordwurf im Prinzip schon erreicht, Europacup und Staatsmeisterschaften die weiteren Aufgaben. International steht nächstes Jahr die Junioren-Weltmeisterschaft fest im Terminkalender, und was sonst noch kommt bleibt abzuwarten. Zunächst gilt die Konzentration der Junioren-Europameisterschaften. Die weiteren Aufgaben sollten, sofern Veronika von Verletzungen verschont bleibt, nicht groß genug sein.

• wolfgang adler •

Bundesländercup der Jugend Klasseleistungen massenweise

WELS. Zwei Tage voll Sonnenschein in Wels, wetter- und leistungsmäßig. Sind wir bescheiden geworden? In manchen Disziplinen backt unser Nachwuchs tatsächlich kleinere Brötchen, auch die Dichte lässt in manchen Bewerben zu wünschen übrig. Aber einige, nicht wenige, zeigten auf und sind für Österreichs Leichtathletik mehr als der Strohalm, an den man sich klammert.

1.000 Meter der männlichen Jugend. 200 Meter vor dem Ziel geht Mathias Kalkgruber an Andreas Rapatz vorbei und zieht seinen bekannt kämpferischen Endspurt an. Rapatz, der sich nach Kräften wehrt, hält Kontakt und treibt Kalkgruber auf der Zielgeraden förmlich vor sich

her. Die Zeit auf der Anzeigetafel bleibt bei ungläubigen 2:29,95 stehen, Rapatz läuft 2:30,84. Kein Limit, kein Rekord, knappe sieben Zehntel bleibt der Schützling des ehemaligen Klasseläufers Peter Lindner über der OÖ. Bestmarke, verbessert aber seine eigene Bestzeit



Phillip Stanek übernimmt das Staffelholz von Benjamin Grill. Am Ende fehlten der Juniorenstaffel mit Gotthart Schöpf und Clemens Zeller neun Hundertstel zur EM-Norm.
Bild: adwo

um vier Sekunden. Ähnlich verläuft das Rennen der Mädchen. Hier heißen die Protagonisten Simone Käferböck und Lydia Windbichler. 2.57,59 lautet die Siegerzeit für Käferböck, Windbichler, die viel fürs Tempo getan hatte, kommt auf 3:00,71. Das besonders erfreuliche, beiden hatte man diese Leistung nicht unbedingt zugetraut. Für Kalkgruber lief es im Winter – „fürs Cross bin ich zu schwer“ – nicht optimal, Käferböck holte Vater Hans nach einer Schilddrüsenerkrankung im vergangenen Jahr mit viel Fingerspitzengefühl an die Spitze zurück.

Keine Sorgen

Drei Athleten haben keine Sorgen um die Jugend-WM Norm mehr und bilden das derzeitige Team für Kanada. Julia Siart warf den Hammer auf starke 53,44 Meter und dominierte auch Kugel und Diskus. Phillip Stanek war mehr mit der Juniorenstaffel als für das Salzburger Team im Einsatz, sprintete die 100 Meter in 10,98 Sekunden. Trotz der neuen Bestzeit orton Trainer Harald Sihorsch und Athlet noch Reserven, vor allem am Start. „Ich bin ein 200 Meter-Läufer, da komme ich erst so richtig ins Laufen“ weiß Stanek, der die WM-Norm über diese Distanz erfüllt hatte, selbstbewusst wohin sein Weg gehen wird. Die Juniorenstaffel verfehlte das Limit (41,00 Sekunden) im ersten Versuch nur um neun Hundertstel. Mehrkämpfer Michael Mölschl, der dritte mit der Norm in der Tasche, musste sich regelkonform auf drei Bewerbe beschränken. „Mehr wäre wohl auch nicht sinnvoll gewesen, denn nachdem ich mich von den Strapazen des Zehnkampfes erholt habe, hat eine Allergie ein ordentliches Training verhindert“, zeigte sich Mölschl aber schon wieder fit genug um über



Augen zu und durchs Ziel: Martina Adlassnig trennten nur vier Hundertstelsekunden vom WM-Limit.
Bild: adwo

110 Meter Hürden in 14,73 Sekunden neue Bestleistung aufzustellen. Beginnender Regen und ein vorsichtiger Trainer hielten ihn von der Fortsetzung des Stabhochsprungs nach übersprungenen 3,70 Meter ab. „Beim Weitsprung war schon die Luft draußen, aber bis zur WM bin ich wieder topfit“, freut sich der Aufsteiger schon auf das Großereignis.

Knapp dran

Martina Adlassnig sprintete über 100 Meter in 12,16 und freute sich trotz der um vier Hundertstel verpassten WM-Norm. „Die Form stimmt. Auf einer noch schnelleren Bahn werde ich in einem der nächsten Rennen das sicher noch packen“, gibt sich die Kärntnerin selbstbewusst. Fehlten Adlassnig vier Hundertstel, so fehlten Peter Ableidinger vier Zentimeter. Wie entfesselt übersprang der Niederösterreicher 1,96 Meter und auch die 2 Meter schienen nicht unmöglich. Dabei trainiert der noch der Schülerklasse angehörige Athlet

nur zweimal pro Woche, vorwiegend Sprünge, die seine Leidenschaft sind. So trug er sich auch in die Siegerliste im Dreisprung ein und belegte im Weitsprung Rang zwei. Martin Kalss bemühte sich über die 110 Meter Hürden vergeblich, 14,57 Sekunden. „Mit dem bei der WM gelaufenen Männerabstand wäre er schneller, aber das Limit (Anm.: 14,10) ist einfach zu hoch“, äußert Vater Heimo Kritik und gibt seinem Sohn besse-

re Chancen auf die Hochsprungnorm. Stabhochspringerin Daniela Höllwarth startete mit 3,20 Meter Bestleistung in

31. Mai / 1. Juni 2003, Wels: Österreichischer Bundesländercup der Jugend

MÄNNLICHE JUGEND: 100 m (+0,2): 1. Philipp Stanek (Sbg) 11,01, 2. Ramadan Alitaj (Ktn) 11,19, 3. Andreas Rapatz (Ktn) 11,51.

300 m: 1. Markus Fischer (OÖ) 35,80, 2. Andreas Monitzer (T) 36,71, 3. Michael Floner (NÖ) 37,54.

1000 m: 1. Matthias Kalkgruber (OÖ) 2:29,95, 2. Andreas Rapatz (Ktn) 2:30,84, 3. Paul Kreuter (Ktn) 2:40,95.

3000 m: 1. Markus Sostaric (Ktn) 9:00,19, 2. Fabian Lampert (Vbg) 9:08,70, 3. Andreas Schorn (NÖ) 9:16,69.

110 m Hü.: 1. Martin Kalss (Sbg) 14,57, 2. Michael Mölschl (OÖ) 14,73, 3. Martin Fladenhofer (Stmk) 15,60.

300 m Hü.: 1. Martin Fladenhofer (Stmk) 39,02, 2. Georg Ender (Vbg) 41,80, 3. Martin Schreiber (Vbg) 42,81.

2000 m Hi.: 1. Fabian Lampert (Vbg) 6:15,85, 2. Andreas Schorn (NÖ) 6:33,14, 3. Manuel Eitzinger (OÖ) 6:41,25.

4 x 100 m: 1. Niederösterreich (Börner, Floner, Wilflinger, Schrott) 45,93, 2. Oberösterreich (Feix, Dreer, Hemmelmaier, Kalkgruber) 46,62, 3. Vorarlberg (König, Maier, Wirth, Tonko) 47,98.

Hoch: 1. Cornelia Werdenich (Sbg) 1,64, 2. Viktoria Steinmüller (OÖ) 1,61, 3. Nadine Felder (Vbg) 1,58.

Stab: 1. Daniela Höllwarth (OÖ) 3,45, 2. Veronika Schöllauf (NÖ) 3,10, 3. Sabine Rosenberger (NÖ) 3,00.

Weit: 1. Cornelia Werdenich (Sbg) 5,54 (-1,1), 2. Sarah Ehlers (OÖ) 5,32, 3. Magdalena Leistentratt (Stmk) 5,22 (-0,33).

Drei: 1. Claudia Schuda (Wien) 11,18 (+0,9), 2. Martina Adlassnig (Ktn) 10,43 (+0,7), 3. Sabrina Schneider (NÖ) 10,32 (+0,1).

Kugel (3 kg): 1. Julia Siart (Wien) 13,44, 2. Andrea Lindenthaler (Sbg) 12,45, 3. Stephanie Waldkircher (Ktn) 12,08.

Diskus (0,75 kg): 1. Julia Siart (Wien) 40,37, 2. Sabrina Sacher (OÖ) 39,51, 3. Verena Kerschbaummayr (OÖ) 36,00.

Hammer (3 kg): 1. Julia Siart (Wien) 53,44, 2. Martina Pehböck (NÖ) 42,73, 3. Christina Hengster (T) 39,90.

Speer (600 g): 1. Verena Kerschbaummayr (OÖ) 40,61, 2. Stephanie Schiller (NÖ) 39,59, 3. Gundula Povysil (OÖ) 38,49.

Bundesländerwertung: 1. Niederösterreich 266 Punkte, 2. Oberösterreich 255, 3. Wien 121.

Freiluftsaision und bewegt sich nun schon 25 Zentimeter darüber. Mit neuem Stab bewältigte sie im dritten Versuch 3,45

sterreich 338 Punkte, 2. Oberösterreich 245, 3. Vorarlberg 120.

WEIBLICHE JUGEND: 100 m (+0,5): 1. Martina Adlassnig (Ktn) 12,19, 2. Nina Tomitz (Wien) 12,58, 3. Sarah Ehlers (OÖ) 12,60.

300 m: 1. Martina Adlassnig (Ktn) 40,83, 2. Yvonne Stelzer (Vbg) 41,03, 3. Verena Hauer (NÖ) 41,62.

1000 m: 1. Simone Käferböck (OÖ) 2:57,59, 2. Lydia Windbichler (Ktn) 3:00,71, 3. Susanne Sichmann (OÖ) 3:09,50.

3000 m: 1. Sylvia Deschka (OÖ) 11:10,13, 2. Kristina Paller (Bgd) 11:29,82, 3. Christina Wurzer (T) 11:35,85.

100 m Hü. (+0,1): 1. Viktoria Steinmüller (OÖ) 14,59, 2. Stephanie Waldkircher (Ktn) 14,97, 3. Cornelia Werdenich (Sbg) 15,32.

300 m Hü.: 1. Laura Sandri (Vbg) 48,78, 2. Lisa Kondert (OÖ) 50,49, 3. Tina Schosser (Sbg) 51,35.

4 x 100 m: 1. Niederösterreich (Milling, Mrazek, Rohrböck, Hauer) 49,93, 2. Wien (Mic, Gallhart, Förster, Tomitz) 50,38, 3. Vorarlberg (Miko, Luger, Strang, Chlumetzky) 50,82.

Hoch: 1. Cornelia Werdenich (Sbg) 1,64, 2. Viktoria Steinmüller (OÖ) 1,61, 3. Nadine Felder (Vbg) 1,58.

Stab: 1. Daniela Höllwarth (OÖ) 3,45, 2. Veronika Schöllauf (NÖ) 3,10, 3. Sabine Rosenberger (NÖ) 3,00.

Weit: 1. Cornelia Werdenich (Sbg) 5,54 (-1,1), 2. Sarah Ehlers (OÖ) 5,32, 3. Magdalena Leistentratt (Stmk) 5,22 (-0,33).

Drei: 1. Claudia Schuda (Wien) 11,18 (+0,9), 2. Martina Adlassnig (Ktn) 10,43 (+0,7), 3. Sabrina Schneider (NÖ) 10,32 (+0,1).

Kugel (3 kg): 1. Julia Siart (Wien) 13,44, 2. Andrea Lindenthaler (Sbg) 12,45, 3. Stephanie Waldkircher (Ktn) 12,08.

Diskus (0,75 kg): 1. Julia Siart (Wien) 40,37, 2. Sabrina Sacher (OÖ) 39,51, 3. Verena Kerschbaummayr (OÖ) 36,00.

Hammer (3 kg): 1. Julia Siart (Wien) 53,44, 2. Martina Pehböck (NÖ) 42,73, 3. Christina Hengster (T) 39,90.

Speer (600 g): 1. Verena Kerschbaummayr (OÖ) 40,61, 2. Stephanie Schiller (NÖ) 39,59, 3. Gundula Povysil (OÖ) 38,49.

Bundesländerwertung: 1. Niederösterreich 266 Punkte, 2. Oberösterreich 255, 3. Wien 121.

Meter und darf, nachdem auch 3,55 nicht aussichtslos waren, auf die nächsten Wettkämpfe hoffen.

Modelfarbe gelb-blau

Niederösterreich bot das größte Team und sicherte sich erneut den Cup, diesmal sowohl bei den Mädchen als auch bei den Bur-schen jeweils vor Oberösterreich. Vorarlberg bei den Bur-schen und Wien bei den Mädchen belegten die Plätze.

• wolfgang adler •



Wir sind Ihre Fünffarb- und Lack-Druckerei

für kleine und mittlere Auflagen. Mit modernster Endfertigung.

Flexibel und außerordentlich schnell.

Text- und Bildverarbeiter. Alles aus einer Hand:

Spitzensatz mit Spitzenthos. Digitaldruck.

Partner für neue Medien. Wir sind Ihr Berater,

Planer und Umsetzer für Internet und Multimedia!

SALZKAMMERGUT MEDIA Ges.m.b.H. A-4810 Gmunden, Druckereistraße 4

Tel. 0 76 12/64 2 35-0 Fax 0 76 12/64 2 35-91

Isdn 0 76 12/64 2 35-282 www.salzkammergut-media.at

druckerei@salzkammergut-media.at internet@salzkammergut-media.at

TELEGRAMM

National

5. April, Linz:

1. ULC-Aufbaumeeting

MÄNNER: 150 m / 300 m: Siegfried Fürtauer (U. Wels) 38,85 / 16,83. 600 m: Sascha Warts (ASV Salzburg) 1:30,23. 3.000 m: Joachim Kalkgruber (LAC Steyr) 9:22,71. Kugel: Jürgen Strutzenberger (ULC Linz-Obb.) 13,83. Speer: Csaba Szekely (ULC Linz-Obb.) 52,22. JUNIOREN: Kugel: Christoph Albert (ULC Linz-Obb.) 10,41. 150 m / 300 m: Mathias Kalkgruber (LAC Steyr) 18,03 / 38,59. Kugel: Michael Dreer (ULC Linz-Obb.) 11,62. SCHÜLER: 100 m: Lukas Puchinger (ULC Linz-Obb.) 12,22. 4 x 100 m: ULC Linz-Obb. (M. Obermüller - T. Obermüller - B. Kadner - L. Puchinger) 56,45. 100 m Hü. 600 m / Weit / Kugel: Markus Schönleitner (LAC Steyr) 16,05 / 1:43,15 / 5,33 / 11,82.

FRAUEN: 150 m: Claudia Anzinger (ATSV Linz) 21,12. 300 m: Elisabeth Niedereder (PSV Prefa Wels) 41,97. 600 m: Sabine Gasselseder (ATSV Linz) 1:34,71. 2.000 m: Carina Liesinger (PSV Prefa Wels) 7:18,77. Kugel: Eva-Maria Kratzer (ULC Linz-Obb.) 10,23. Speer: Gundula Povysil (ULC Linz-Obb.) 34,13. JUGEND: 600 m: Martjan Niedermayr (LAC Steyr) 1:47,71. 100 m Hü.: Eva-Maria Kratzer (ULC Linz-Obb.) 15,14. Kugel: Gundula Povysil (ULC Linz-Obb.) 10,21. Diskus / Speer: Verena Kerschbaummayr (LCAV doubrava) 35,40 / 34,19. SCHÜLER: 100 m / Hoch / Weit / Kugel: Flora Egger 13,91 / 1,49 / 4,68 / 10,55. 80 m Hü.: Denise Windischhofer (alle ULC Linz-Obb.) 14,22. 4 x 100 m: ULC Linz-Obb. (D. Windischhofer - S. Ehlers - F. Egger - K. Kemalova) 55,94. 600 m: Julia Neuhauser (LAC Steyr) 1:56,69.

11. April, Dornbirn: VLV-Langstreckenmeisterschaft

MÄNNER: 10.000 m: Florian Heinze (ULC Dornbirn) 31:47,50. JUNIOREN: 5.000 m: Christian Eisele (TS Lustenau) 18:14,52. JUGEND: 3.000 m: Fabian Lampert (LG Montfort) 9:39,91. WEIBLICHE JUGEND: 3.000 m: Yvonne Stelzer (LG Montfort) 11:56,17.

22. April, Schwechat: 1. Wurfmeeting

Gleich 4 Rekorde gab es zum Auftakt der Wurfserie in Schwechat, alle betrafen die Hammerwerfer. Julia Siart verbesserte mit Jugend (3 kg) und Junioren (4 kg) gleich zwei Österr. Rekorde. Sabine Auer warf OÖ. Juniorenrekord und Phillip Ondra verbesserte den NÖ. Juniorenrekord auf 60,52 Meter.

MÄNNER: Kugel: Rahim Abdelrahim-sai (UKJ) 10,60. Diskus: Michael Prenner (SVS) 41,16. Hammer: Markus Wührer (SVS) 51,66. JUNIOREN: Hammer: Philipp Ondra (SVS) 60,52 (NÖLV-Juniorenrekord). JUGEND: Hammer: Patrik Sasma (SVS) 36,33. SCHÜLER: Kugel/Diskus: Ivan Ivanov (SVS) 10,32/28,08. Hammer: Mark Surek (SVS) 32,91.

FRAUEN: W 60: Helgard Gratzl (Cricket) 26,61. JUGEND: Hammer: Julia Siart (UKJ) 56,40 (ÖLV-Jugendrekord). JUNIOREN: 1. Julia Siart (UKJ)

49,74 (ÖLV-Juniorenrekord), 2. Sabine Auer (ÖTB OÖ) 46,25 (OÖLV-Juniorenrekord).

23./25. April, Salzburg:

1. und 2. Wurfmeeting

Mehrkämpfer Roland Schwarzl startete mit guten 42,55 Metern im Diskus vielversprechend in die Saison. Andrea Lindenthaler näherte sich im Speerwurf mit 40,38 Meter an den ÖLV-Jugendrekord (41,01 m) an.

MÄNNER: Kugel/Diskus/Speer: Roland Schwarzl 13,56/42,55/51,21. Hammer: Stefan Walkner 40,95. JUNIOREN: Kugel/Diskus: Markus Loschat 10,45/28,54. JUGEND: Kugel/Diskus/Hammer: Leo Bergmüller 13,94/42,82/51,43. Speer: Florian Latzelsberger 42,02. Hammer: Rupert Grössinger 25,38.

FRAUEN: Kugel/Diskus/Speer/Hammer: Michaela Sturm 10,34/37,14/38,80/19,30. JUGEND: Kugel/Diskus/Speer: Andrea Lindenthaler 12,76/37,14/40,38. SCHÜLER: Speer: Mira Baumgartlinger 31,63. Hammer: Michaela Forsthuber (alle U. Salzburg) 35,91.

27. April, Linz: ATSV-Eröffnungsmeeting

Der Jugendliche Michael Mölschl war mit vier Titeln der erfolgreichste Athlet der Sportunion Landesmeisterschaften in Oberösterreich und stellte in sechs Bewerbungen sechs persönliche Bestleistungen auf. Olivia Wöckinger sprintete 12,34 Sekunden.

MÄNNER: 100 m: Thomas Purkrabek (U. Salzburg) 10,82. 1.000 m: Daniel Spitzl (BSV Brixlegg) 2:31,55. Weit: Christian Doblinger (ÖTB OÖ) 6,55. Kugel: Denis Smajlagic (ÖTB OÖ) 12,09. Diskus: Gerhard Mayer (SVS) 53,52. Speer: 1. Alexander Wunderlich (GER) 59,53, 2. Gerhard Opelka (ATUS Gmünd) 46,86.

JUGEND: 100 m / 300 m / Kugel: Michael Mölschl (U. Neuhofen) 11,42 / 36,57 / 11,44. 1.000 m: Martin Huf (ÖTB Salzburg) 2:41,34. Hoch: Martin Kalss (ÖTB Salzburg) 1,88. Weit: Florian Hemmelmaier (ÖTB OÖ) 5,81. Diskus: Michael Samassa (ALC Wels) 38,80. Speer: Stefan Ballasch (ALC Wels) 54,61.

SCHÜLER: 100 m: Lukas Puchinger (ULC Linz-Obb.) 12,07. 1.000 m: Daniel Provin (BSV Brixlegg) 2:53,37. Hoch / Kugel / Diskus: Markus Schönleitner (LAC Steyr) 1,50 / 12,65 / 28,50. Weit: Bernhard Kadner (ULC Linz-Obb.) 5,48.

FRAUEN: 100 m: Birgit Janda (ALC Wels) 12,37. 800 m: Christa Ebner (U. Neuhofen) 2:53,92. Kugel: Eva-Maria Kratzer (ULC Linz-Obb.) 10,03. Diskus: Magdalena Wimhofer (ALC Wels) 34,91.

JUGEND: 100 m / Hoch: Victoria Steinmüller (ULC Linz-Obb.) 12,69 / 1,68. 300 m: Olivia Raffelsberger (PSV Prefa Wels) 43,21. 800 m: Simone Käferböck (LAC Steyr) 2:27,67. Weit: Sabrina Schneider (ATUS Gmünd) 5,03. Kugel: Eva-Maria Kratzer (ULC Linz-Obb.) 11,12. Diskus: Sabrina Sacher (ÖTB OÖ) 38,49. Speer: Verena Kerschbaummayr (LCAV doubrava) 40,68. SCHÜLER: 100 m: Julia Ecker (ULC Linz-Obb.) 13,44. 800 m: Susanne Sichmann (PSV Prefa Wels) 2:27,07.

Hoch: Nadine Engertberger (U. Neuhofen) 1,35. Weit: Sarah Ehlers (ULC Linz-Obb.) 5,33. Kugel: Maria Seebacher (ULV Schlierbach) 9,08. Diskus:

Sabine Resch (ULV Schlierbach) 23,54.

ÖÖLV-Hindernissemeisterschaften: MÄNNER: 3.000 m Hindernis: Josef Beyer (TSV Ottensheim) 9:58,05. 4 x 400 m: ULC Linz-Obb. (Ch. Thallinger - P. Supan - P. Plöckinger - M. Beham) 3:25,85.

FRAUEN: 3.000 m Hi.: Sandra Baumann (IGLA long life) 11:08,46. außer Wertung: Andrea Mayr (LCC Wien) 10:42,76 (ÖLV-Rekord). 4 x 400 m: ATSV Linz (I. Neunteufel - M. Anzinger - C. Gebhartl - S. Gasselseder) 4:02,95.

1. Mai, Hörbranz: Raiffeisen-Nachwuchsmeeting

MÄNNLICHE SCHÜLER: 100 m: Daniel Frick (TS Bludenz) 13,14. Weit: Marcel Winder (TS Hard) 5,40. Kugel / Speer: Philipp Wirth (TS Dornbirn) 10,30 / 45,34.

WEIBLICHE SCHÜLER: 100 m: Stefanie Miiko (TS Bregenz) 13,06. Weit: Lisa-Maria Wagner (SV Reutte) 4,44. Kugel / Speer: Marlene Reikersdorfer: (SV Lochau) 9,47 / 33,28.

3. Mai, Ebensee: Sportunion OÖ. Landesmeisterschaften

Der Jugendliche Michael Mölschl war mit vier Titeln der erfolgreichste Athlet der Sportunion Landesmeisterschaften in Oberösterreich und stellte in sechs Bewerbungen sechs persönliche Bestleistungen auf. Olivia Wöckinger sprintete 12,34 Sekunden.

MÄNNER: 100 / 200 m: Christoph Thallinger (ULC Linz-Obb.) 11,72 (0,0) / 23,40 (0,0). 1.500 m: Rene Illibauer (ULG Waldhausen) 4:11,84. 5.000 m: Herrmann Schatzeder (U. Naturf. Ahorn) 16:27,68. Hoch: Alexander Kocis (ULC Linz-Obb.) 1,75. Weit: Paul Plöckinger (ULC Linz-Obb.) 5,73. Kugel / Diskus: Jürgen Strutzenberger (ULC Linz-Obb.) 14,05 / 41,61. Speer: Ulrich Werthner (ZU) 54,26.

JUGEND: 100 m / Weit / Hoch / Speer: Michael Mölschl (U. Neuhofen) 11,35 (0,0) / 6,47 (-1,8) / 1,80 / 41,34. 1.000 m: Manuel Kronschnägl (IGLA long life) 2:46,80. Kugel: Michael Dreer (ULC Linz-Obb.) 11,74. Diskus: Christian Irrgeher (ULC Linz-Obb.) 27,83.

FRAUEN: 100 m (+0,5): Olivia Wöckinger (ULC Linz-Obb.) 12,34. 1.500 m: Renate Keplinger (IGLA long life) 5:31,92. Hoch: Birgit Brandstetter (U. Neuhofen) 1,40. Weit: Marion Obermayr (ULC Linz-Obb.) 5,43. Kugel / Diskus / Speer: Christiane Wagner (U. Neuhofen) 10,91 / 28,04 / 28,16. 4 x 100 m: ULC Linz-Obb. (Sandra Wöckinger, Marion Obermayr, Daniela Wöckinger, Olivia Wöckinger) 49,16.

JUGEND: 100 m / Weit: Sarah Ehlers (ULC Linz-Obb.) 13,19 (+0,5) / 5,16 (+0,6). 1.000 m: Claudia Egginger (IGLA long life) 3:23,67. Hoch: Sonja Pampering (U. Ebensee) 1,45. Kugel: Maria Seebacher (ULC Schlierbach) 8,66. Diskus / Speer: Melanie Dörner (U. Wels) 29,89 / 29,83.

4. Mai, Gisingen: Zipfer-Bahneröffnung

MÄNNER: 100 m: Phillip Cermak (LG Montfort) 11,05. 110 m Hü.: 1. Dominique Künzler (SUI) 14,58, 2. Markus Wälsler (LG Montfort) 14,89. 3.000 m Hi.: Bruno Stadelmann (SV Buch)

9:20,26. Stab: 1. Daniel Weder (SUI) 4,70, 2. Markus Wälsler (LG Montfort) 4,40. Diskus: Markus Wälsler (LG Montfort) 39,80. JUNIOREN: 110 m Hü. / Diskus: Alexander Razen (LG Montfort) 15,92 / 33,46. JUGEND: 100 m: Francis Klisch (TS Bregenz) 11,80. 110 m Hü.: Georg Ender (TS Lauterach) 16,68. Diskus: Michael Nigsch (TS Lauterach) 32,98. SCHÜLER: Diskus: Philipp Wirth (TS Dornbirn) 31,08. FRAUEN: 100 m: Bianca Dürr (TS Bregenz) 11,82. Diskus: Veronika Längle (FL) 39,74.

JUGEND: 100 m: Alexandra Lerchenmüller (TS Bregenz) 14,16. SCHÜLER: 100 m: Martina Scheichl (TS Götztis) 14,00.

9./10. Mai, Salzburg: SLV-Jugendmeisterschaften und Bahneröffnung

MÄNNER: 100 m: 1. Mathias Reitschuh (GER) 11,66, 2. Fred Ritzinger (ÖTB Salzburg) 11,98. 1.000 m: Stefan Thaler (U. Salzburg) 2:30,90. 200 m: Philipp Stanek (U. Salzburg) 22,31. 300 m / 300 m Hü.: Florian Sams (U. Salzburg) 36,58 / 39,02. 3.000 m: Fritz Neuhuber (ASV Salzburg) 9:11,92. Diskus: Mathias Kaserer (U. Salzburg) 34,02. Hoch: Michael Sternad (U. Salzburg) 1,96. Stab: Thomas Ager (U. Salzburg) 4,80. Weit: Andreas suhrer (GER) 5,95. Kugel: Harald Binna (SV Bad Aussee) 11,77. Speer: Dominique Roshart (U. Salzburg) 39,18.

Frauen: 100 m: 1. Jutta Gräbeldinger (GER) 12,71, 2. Daniela Kriechbaum (ÖTB Salzburg) 12,86. 200 m: 1. Jutta Gräbeldinger (GER) 26,18, 2. Daniela Kriechbaum (ÖTB Salzburg) 26,58. 100 m Hü.: Elisabeth Maurer (ÖTB Salzburg) 13,79. 1.000 m: Silvia Aschenberger (U. Salzburg) 3:00,00. 300 m: Sarah Baier (U. Salzburg) 40,10. 300 m Hü.: Julia Baier (U. Salzburg) 44,58. Hoch: Daniela Kriechbaum (ÖTB Salzburg) 1,60. Weit: Sabrina Söner (ÖTB Salzburg) 3,95. Diskus / Speer: Michaela Sturm (U. Salzburg) 31,72 / 36,64.

10. Mai, Fußach: Nachwuchsmeeting

MÄNNLICHE SCHÜLER: Mehrkampf: Marcel Winder (TS Hard) (100 m: 13,10 - Weit: 4,68 - Kugel: 7,48 - Speer: 25,15) 1,746.

WEIBLICHE SCHÜLER: Mehrkampf: Fabienne Peschl (TS Lustenau) (100 m: 14,18 - Weit: 4,25 - Kugel: 7,26 - Speer: 24,54) 1,731.

10. Mai, Linz: 2. ULC-Aufbaumeeting

MÄNNER: 100 m / 400 m: Siegfried Fürtauer (U. Wels) 11,29 / 49,88. 800 m: Peter Supan (ULC Linz-Obb.) 1:55,63. 110 m Hü.: Georg Frank (LAC Klagenfurt) 15,73. 300 m Hü.: Mathias Beham (ULC Linz-Obb.) 37,51. Hoch: Alexander Kocis (ULC Linz-Obb.) 1,83. Stab: Johann Povysil (ULC Linz-Obb.) 2,62. Kugel: Jürgen Strutzenberger (ULC Linz-Obb.) 13,92. Diskus: Thomas Stenitzer (ÖTB OÖ) 46,92. Speer: Walter Povysil (ULC Linz-Obb.) 22,75. JUGEND: 100 m 110 m Hü.: Samuel Ajayi (ÖTB OÖ) 12,00 / 16,41. 300 m / 800 m: Markus Fischer (ÖTB OÖ) 38,33 / 2:04,02. 300 m Hü.: Robert Sams (ULC Linz-Obb.) 43,87. Hoch / Kugel: Michael Dreer (ULC Linz-Obb.) 1,74 / 12,64. Weit: Florian Hemmelmaier (ÖTB OÖ) 5,86.

LEICHTATHLETIK

Die Zeitschrift für Läufer und Leichtathleten

www.leichtathletik.co.at

MEDIENINHABER, HERAUSGEBER, VERTRIEB UND WERBUNG:

Verlag Komm.-Rat Dr. Christoph Michel, Rosenthalgasse 3, 1140 Wien, Telefon / Fax: 01/9119876, Mobil: 0650/9119876

E-mail: laoffice@netway.at

CHEFREDAKTEUR:

Mag. Wolfgang Adler, Hamburgstraße 13/11, 4100 Ottensheim Telefon/Fax: 07234/84851, E-mail: redaktion@leichtathletik.co.at

RESSORTLEITER LAUFSPORT:

Mag. Andreas Maier, Brigittagasse 2/13, 1200 Wien, Telefon: 01/3501488, Mobil: 0650/3501488, E-mail: andreas.maier@leichtathletik.co.at

FOTO-CHEFREPORTER:

Helmut Ploberger, Brucknerstraße 17, 4490 St. Florian, Telefon: 07224/8395, Fax: 07224/20024, Mobil: 0676/7004444, E-mail: plohe@aon.at

MITARBEITER:

SCHÜLER: 100 m / Hoch / Weit: Lukas Puchinger 12,42 / 1,48 / 4,90, 800 m: Valentin Pisecky 2:20,94. 100 m Hü.: Dominik Hubmer 18,68. Kugel: Mario Beham (alle ULC Linz-Obb.) 12,07.
FRAUEN: 100 m: Astrid Höller (ULC Linz-Obb.) 12,84. 200 m: Olivia Wöckinger (ULC Linz-Obb.) 25,38. 400 m: Eva Gruber (BSV-BBRZ) 65,64. 800 m: Elisabeth Niedereder (PSV Pefa Wels) 2:14,41. 100 m Hü. / 300 m Hü.: Sabine Gasselseder (ATSV Linz) 14,74 / 42,95. Hoch: Gunda Grubmüller (ALC Wels) 1,70. Kugel: Elisabeth Klotzmann (ULC Linz-Obb.) 9,57. Diskus: Judith Povysil (ULC Linz-Obb.) 30,00. Speer: Judith Povysil (ULC Linz-Obb.) 37,46.
JUGEND: 800 m: Sylvia Descha (ULC Linz-Obb.) 2:23,89. Hoch: Sonja Pampering (U. Ebensee) 1,40. Stab: Daniela Höllwarth (LAC Steyr) 3,00. Diskus: Sabrina Sacher (ÖTB OO) 40,18.
SCHÜLER: 100 m / 800 m / Weit: Julia Ecker (ULC Linz-Obb.) 13,51 / 2:41,89 / 4,69. 80 m Hü.: Sarah Ehlers (ULC Linz-Obb.) 13,25. Hoch / Kugel: Flora Egger (ULC Linz-Obb.) 1,52 / 11,21.

11. Mai, Wels: ALC-Frühjahrsmeeting

MÄNNER: 100 m: Florian Kreuzhuber (LAG Genb. Haus Ried) 11,50. 200 m: Georg Ecker (LAG Genb. Haus Ried) 23,26. 5.000 m: Andreas Nickenig (U. Neuhofen) 16:23,49. Weit: Horst Binna (ATSV Bad Aussee) 5,98. Kugel / Diskus: Christoph Seiser (ÖTB OO) 12,97 / 38,35. Hammer: Josef Hofmann (ULC Linz-Obb.) 44,95.
JUNIOREN: 200 m: Florian Kreuzhuber (LAG Genb. Haus Ried) 23,38. Kugel: Leo Altmanninger (LCAV doubrava) 12,78. Diskus: Daniel Kratky (ALC Wels) 46,75.
JUGEND: 100 m / Kugel / Diskus: Stefan Ballasch (ALC Wels) 12,08 / 12,58 / 41,70. 1.000 m: 1. Wolfgang Brandl (GER) 2:44,50, 2. Markus Pichler (U. Neuhofen) 2:44,90. Weit: Markus Pichler (U. Neuhofen) 5,56. Hammer: Sebastian Kranzlmüller (ÖTB OO) 27,43.
SCHÜLER: 100 m: Marcello Enter (ATSV Linz) 12,90. 1.000 m: Roman Schmied (U. Ebensee) 3:00,43. Stab / Weit / Kugel / Diskus: Simon Bogner (ALC Wels) 2,60 / 5,53 / 8,85 / 25,32.
FRAUEN: Jennifer Schneeberger (ÖTB OO) 12,01. 800 m: Sarah Grandmottet (GER) 2:28,21. Stab: Birgit Janda (ALC Wels) 3,60. Kugel / Diskus / Hammer: Edith Hermuth (LAC Steyr) 12,05 / 39,19 / 30,17.
JUNIOREN: 800 m: Nicole Wagner (LAC Steyr) 2:29,74. Diskus / Hammer: Magdalena Wimhofer (ALC Wels) 35,82 / 36,75.
JUGEND: 100 m / Weit: Carola Rothauer (LCAV doubrava) 13,77 / 4,55. 800 m: Simone Käferböck (LAC Steyr) 2:21,21. Kugel / Hammer: Viktoria Aigmüller (ÖTB OO) 9,96 / 37,43. Diskus: Verena Kerschbaummaier (LCAV doubrava) 36,50.
SCHÜLER: 100 m: Lydia Sperrer (ALC Wels) 13,59. 200 m / Weit: Cathrin Kettl (LAG Genb. Haus Ried) 29,68 / 4,71. 800 m: Carina Oberndorfer (PSV Pefa Wels) 2:32,03. Stab / Diskus: Lisa Zeintl (U. Neuhofen) 2,30 / 21,60. Kugel: Sandra Pichler (U. Neuhofen) 10,05.

14. Mai, Hainfeld: Hammerwurf - Qualifikationsmeeting

MÄNNER: Jan Siart (UKJ) 60,04. **JUNIOREN:** Benjamin Siart (UKJ) 60,63, 2. Philipp Ondra (SVS) 60,42. **JUGEND:** Christian Irrgeher (ULC Linz-Obb.) 28,24. **SCHÜLER:** Kugel/Diskus: Ivan Ivanov (SVS) 10,32/28,08. Hammer: Mark Surek (SVS) 32,91. **FRAUEN:** Marion Riegler (ULC Hirtenberg) 36,52. W 55: Helgard Gratzl (Cricket) 27,18. **JUNIOREN:** 1. Julia Siart (UKJ) 47,70. **JUGEND:** Julia Siart (UKJ) 50,51. **SCHÜLER:** Martina Pehböck (U. St. Pölten) 38,60.

22.-24. Mai, Wien: WLV-Schüler- und Juniorenmeisterschaften

MÄNNLICHE JUNIOREN: 100 m / 200 m: Benjamin Grill (DSG/UKJ Wien) 10,85 / 22,18. 400 m: Dominik Götz (ÖTB Wien) 52,09. 800 m: Günther Gratzl (ÖTB Wien) 2:00,36. 1.500 m: Maurice Herzog (SV Marswiese) 4:16,46. 5.000 m: Bernhard Klemen (SUSC Theresianum) 17:08,08. 110 m Hü.: Christian Pavlovic (AC Wien) 16,16. 4 x 100 m: DSG/UKJ Wien (R. Siegl - B. Grill - C. Wimmer - M. Wegrosteck) 44,46. Hoch: Andreas Weinhapl (SKV Feuerwehr) 1,80. Stab: Stefan Tatzl (WAT) 3,80. Weit/Drei: Manuel Wegrosteck (DSG/UKJ Wien) 6,27 / 13,10. Kugel / Diskus / Speer: Dominik Götz (ÖTB Wien) 12,51 / 37,09 / 41,05. Hammer: Dominik Stegmayer (DSG/UKJ Wien) 29,71. **SCHÜLER:** 100 m: Christoph Vogt (AC Wien) 11,48. 800 m / 2.000 m: Kirill Petrov (LCC Wien) 2:18,63 / 6:41,46. 4 x 100 m: DSG/UKJ Wien (P. Föbleitner - N. Neubauer - C. Sander - L. Bartonek) 51,42. Hoch / Speer: Markus Wondrusch (UWW) 1,50 / 33,72. Weit: Christoph Vogt (AC Wien) 5,11. Stab: Nikolaus Matejka (SKV Feuerwehr) 2,20. Kugel / Diskus / Hammer: Artur Fryc (SKV Feuerwehr) 11,19 / 29,75 / 31,28. **WEIBLICHE JUNIOREN:** 100 m / 200 m / 400 m: Nina Tomitz (ÖTB Wien) 12,86 / 26,58 / 62,06. 800 m: Dunia Maldonado (LCC Wien) 2:30,89. 1.500 m: Anne-Marie Wilhelm (DSG/UKJ Wien) 5:27,97. 3.000 m: Stefanie Huber (ÖTB Wien) 12:05,43. 400 m Hü. / Hoch / Weit / Drei: Claudia Schuda (ÖTB Wien) 69,44 / 1,65 / 5,26 / 10,66. 4 x 100 m: ÖTB Wien (L. Mic - T. Gallhart - C. Rentenberg - N. Tomitz) 49,77. Stab: Ines Karger (DSG/UKJ Wien) 2,00. Kugel: Veronika Watzek (Cricket) 13,35. Diskus: Veronika Watzek (Cricket) 51,60 (ÖLV-Juniorenrekord). Speer: Stefanie Duchet (DSG/UKJ Wien) 30,24. **SCHÜLER:** 100 m / 80 m Hü. / Kugel: Theresa Gallhart (ÖTB Wien) 13,10 / 12,80 / 9,20. 800 m: Lisa-Maria Leutner (LCC Wien) 2:20,85. 2.000 m: Bettina Sax (LCC Wien) 7:22,13. 4 x 100 m: SV Donaustadt (S. Hanold - B. Barton - S. Enna - T. Membier) 54,36. Hoch: Sabrina Enna (SV Donaustadt) 1,43. Weit: Christina Bartl (DSG Wien) 4,53. Diskus: Lisa Kuglisch (Cricket) 25,22. Speer: Sandra Hanold (SV Donaustadt) 27,34.

24. / 25. Mai 2003, Ried: OÖLV-Junioren- und Schülermeisterschaften

Drei Rekorde und ein Limit Florian Kreuzhuber lief die Hürden in guten 14,59 Sekunden, OÖLV-Juniorenrekord und Junioren-EM Limit. Am meisten freute den von Weitspringer Alexander Moshhammer trainierten Athleten, dass der Landesrekord in der LAG Ried bleibt, Michael Schnallinger war seit 1998 im Besitz des Hürdenrekordes. Wie eine Schneekönigin freute sich auch Daniela Höllwarth. Die Schülerin des BORG für Leistungssport Linz verbesserte ihre eigene Bestmarke im Stabhochsprung um 20 Zentimeter auf 3,40 Meter (OÖLV-Jugendrekord). Namen, die man sich merken muss: Clemens Donner (Jg. 1988) sprang 1,93 m hoch, Markus Schönleitner eroberte fünf Schülertitel, Andreas Gabor war auf den längeren Laufdistancen unbezwingbar, Junior Christian Doblinger sprang erstmals über 7 Meter (7,03 m), Stefan Balasch schleuderte den 800 Gramm Speer auf 50,84 Meter und hofft auf das Jugend-WM Limit mit dem 700 Gramm Gerät. In den weiblichen Klassen befindet sich Eva-Maria Kratzer im Aufwind (4. Titel), die Schülerin Sarah Ehlers war mit ebenfalls vier Titel am erfolgreichsten, Flora Egger folgte mit drei. Als Gast bei den Juniorinnen lief Sabine Gasselseder gute 58,72 Sekunden über 400

Meter Hürden und Julia Baier SLV-Juniorenrekord.

MÄNNLICH: JUNIOREN: 100 m (-2,0) / 200 m (+1,7) / 400 m: Siegfried Fürtauer (U. Wels) 11,29 / 22,59 / 50,07. 800 m / 1.500 m: Rene Illibauer (ULG Waldhausen) 1:56,94 / 4:24,46. 5.000 m / 3.000 m Hi.: Joachim Kalkgruber (LAC Steyr) 17:41,88 / 10:50,74. 110 m Hü. (+1,6): Florian Kreuzhuber (LAG Genb. Haus Ried) 14,59 (OÖLV-Juniorenrekord). 400 m Hü.: Robert Sambs (ULC Linz-Obb.) 64,22. 4 x 100 m: U. Wels (B. Sauer, F. Walter, P. Hauser, S. Fürtauer) 46,34. 3 x 1.000 m: LAC Steyr (B. Plursch, J. Kalkgruber, M. Kalkgruber) 8:23,57. Hoch: Christoph Albert (ULC Linz-Obb.) 1,86. Stab: Michael Mölschl (U. Neuhofen) 3,50. Weit: Christian Doblinger (ÖTB OO) 7,03 (+2,4). Kugel: Leopold Altmanninger (LCAV doubrava) 12,97. Diskus / Speer: Stefan Balasch (ALC Wels) 40,21 / 50,84. Hammer: Christian Irrgeher (ULC Linz-Obb.) 31,83. **SCHÜLER:** 100 m (+2,1) / 100 m Hü. (-2,3) / Kugel / Diskus / Speer: Markus Schönleitner (LAC Steyr) 11,99 / 15,77 / 12,54 / 31,24 / 34,39. 800 m / 2.000 m: Andreas Gabor (IGLA long life) 2:09,43 / 6:21,82. 4 x 100 m: ULC Linz-Obb. (M. Sitter, L. Puchinger, B. Kadner, C. Donner) 48,53. Hoch / Weit: Clemens Donner (ULC Linz-Obb.) 1,93 / 5,99. Stab: Bernhard Kadner (ULC Linz-Obb.) 2,80. **WEIBLICH: JUNIOREN:** 100 m (-1,2) / 100 m Hü. (+0,6) / Weit: Eva-Maria Krat-



Florian Kreuzhubers Onkel lebt in Finnland und der hat ihn noch nie Hürdenlaufen gesehen. Das gab zusätzliche Motivation.
 Bild: Wolfgang Moshhammer

zer (ULC Linz-Obb.) 12,75 / 14,95 / 5,52 (+1,8). 200 m (+1,2) / 400 m Hü.: Lisa Steinmüller (ULC Linz-Obb.) 26,07 / 64,18. 400 m / 800 m: Elisabeth Niedereder (PSV Pefa Wels) 57,69 / 2:15,69. 1.500 m: Simone Käferböck (LAC Steyr) 5:00,02. 4 x 100 m: ULC Linz-Obb. (P. Schoissengeier, L. Steinmüller, V. Steinmüller, S. Weissböck) 50,24. 3 x 800 m: LCAV doubrava (L. Kondert, S. Huber, K. Seiringer) 7:37,31. Hoch: Viktoria Steinmüller (ULC Linz-Obb.) 1,64. Stab: Daniela Höllwarth (LAC Steyr) 3,40 (OÖLV-Jugendrekord). Drei: Petra Schoissengeier (ULC Linz-Obb.) 11,13 (+1,3). Kugel: Christiane Wagner (U. Neuhofen) 11,05. Diskus / Hammer: Sabine Auer (ÖTB OO) 40,23 / 45,55. Speer: Patricia Kaiser (LAG Genb. Haus Ried) 39,77. **SCHÜLER:** 100 m (+1,5) / 80 m Hü. (-1,6) / Weit: Sarah Ehlers (ULC Linz-Obb.) 12,65 / 12,73 / 5,49 (+1,5). 800 m: Susanne Sichmann (PSV Pefa Wels) 2:27,51 / 7:12,99. 4 x 100 m: ULC Linz-Obb. (D. Windischhofer, S. Ehlers, K. Deubl, J. Ecker) 50,59. Hoch / Kugel: Flora Ecker (ULC Linz-Obb.) 1,55 / 10,80. Stab: Lydia Sperrer (ALC Wels) 2,50. Diskus: Kathrin Riesenhuber (ÖTB OO) 27,60. Speer: Maria Seebacher (ULV Schlierbach) 32,10. Außer Wertung: 400 m Hü.: Sabine Gasselseder (ATSV Linz) 58,72, Julia Baier (U. Salzburg) 61,87 (SLV-Juniorenrekord), Sarah Baier (U. Salzburg) 61,96. Stab: Birgit Janda (ALC Wels) 3,70. Weit: Christoph Wimmer (LAG Genb. Haus Ried) 7,14. Drei: Alexander Leprich (U. Salzburg) 14,25. Olivia Wöckinger (ULC Linz-Obb.) 12,45, Gudrun Fischbacher (U. Salzburg) 12,42.



Karin Mayr-Krifka mit den schnellsten Schülerinnenstaffeln Niederösterreichs.

Hürdenzwillinge

Seit zwei Jahren befinden sich Julia und Sarah im Training bei SLV-Landestrainer Harald Sihorsch, vorher besuchten sie einmal pro Woche das Kindertraining der U. Salzburg. Vergangenes Jahr zeigte Julia über 400 Meter Hürden mit 61,92 Sekunden und der Bronzemedaille bei den Staatsmeisterschaften auf, in Ried lief sie um 5 Hundertstel schneller. Sarah kam in ihrem

ersten 400 Meter-Hürdenlauf 9 Hundertstel hinter ihrer Schwester ins Ziel. „Praktisch ist's, dass in der nicht so häufig gelaufenen Disziplin immer eine Trainings- und Wettkampfpartnerin zur Hand ist“, freuen sich beide auf die nächsten Duelle, bei denen es noch schneller gehen sollte. Wer vorne ist, ist eigentlich egal, wenn es nicht zuviel ist.



Bild: Andrea Mühlbach
www.leichtathletik.co.at

24. / 25. Mai 2003, Schwechat/Ranersdorf: NÖLV-Junioren- und Schülermeisterschaften

Die Anwesenheit der Weltklasseathletin Karin Mayr-Krifka spornte die Nachwuchsatleten zu noch besseren Leistungen an. Sie stand mit nützlichen Tipps sowie in den Pausen für Fragen und Autogramme zur Verfügung. **MÄNNLICH: JUNIOREN:** 100 m (-2,7) / 200 m (-2,1) / 400 m: Clemens Zeller (ULV Krems) 11,23 / 22,47 / 50,20. 800 m: Lukas Bauernberger (U. St. Pölten) 2:02,09. 1.500 m: Johann Pfeiffer (U. Pottenstein) 4:28,29. 5.000 m: Andreas Schorn (U. Waidhofen/Ybbs) 17:12,91. 110 m Hü. (-3,7) / Hoch: Stefan Koberger (ULC Mödling) 15,59 / 1,80. 400 m Hü.: Thomas Wannasek (SVS) 56,89. 4 x 100 m: U. St. Pölten (T. Gonaus, M. Floner, L. Bauernberger, M. Ebner) 45,14. Stab: Kenan Engerini (ULC Weinland) 3,80. Weit: Thomas Gonaus (U. St. Pölten) 6,09. Drei: Michael Ebner (U. St. Pölten) 13,67. Kugel: Florian Stadelmayer (OMV Auersthal) 13,25. Diskus: Christian Polt (ATUS Gmünd) 35,92. Hammer: Philipp Ondra (SVS) 59,23. Speer: Bernd Steiner (ULC Mödling) 46,78. **SCHÜLER:** 100 m (-1,7): Martin Deibl (ULC Weinland) 12,24. 200 m (-2,2) / Hoch / Weit: Peter Ableidinger (ATUS Gmünd) 24,40 / 1,80 / 5,95. 800 m: Lukas Schnitzer (BORG/MilAK) 2:09,99. 2.000 m: Christian Grün (SVS) 6:34,13. 100 m Hü. (-3,7): Bernhard Pfeiffer (SVS) 14,77. 4 x 100 m: ULC Weinland (C. Cerny, M. Deibl, P.

Jabek, C. Pewal) 48,08. Stab: Philipp Oppolzer (ULC Weinland) 2,20. Kugel / Diskus: Markus Hummelbrunner (ÖTB Baden) 12,36 / 35,65. Hammer: Mark Surek (SVS) 34,06. Speer: Christoph Pevak (ULC Weinland) 37,10. **WEIBLICH: JUNIOREN:** 100 m (-5,3) / 200 m (-4,0): Karoline Eidenberger (SVS) 12,88 / 25,92. 400 m: Stefanie Prantner (SVS) 60,15. 800 m / 3.000 m: Karoline Streibinger (SVS) 2:26,56 / 11:45,23. 1.500 m: Astrid Resch (LCU Euratsfeld) 5:08,93. 100 m Hü. (-0,3): Sabine Sulzer (ULC Mödling) 16,01. 400 m Hü. / Kugel: Anne Kunert (ULC Weinland) 66,97 / 10,40. 4 x 100 m: SVS (K. Wagner, N. Schmidt, S. Prantner, K. Eidenberger) 49,36. Hoch: Andrea Bichler (SVS) 1,68. Stab: Sabine Rosenberger (ATSV Ternitz) 3,00. Weit: Stefanie Prantner (SVS) 5,52. Drei: Corina Aichinger (LCA Umdasch Amstetten) 10,78. Diskus: Martina Hessel (OMV Auersthal) 28,25. Hammer: Stephanie Schiller (OMV Auersthal) 39,71. **SCHÜLER:** 100 m (-4,2): Verena Hauer (ULV Krems) 13,32. 200 m: Nicole Rohrböck (ULV Krems) 28,00. 800 m: Nina Santner (ULC Mödling) 2:30,15. 2.000 m: Barbara Bilderl (USKO Melk) 7:40,10. 80 m Hü. / Hoch: Katrin Mayerhofer (U. St. Pölten) 13,22 / 1,50. 4 x 100 m: ULV Krems (E. Böhm, V. Hauer, K. Rauscher, N. Rohrböck) 52,63. Stab: Lisa Gruber (ULC Weinland) 1,80. Weit: Beate Schrott (U. St. Pölten) 5,00. Kugel: Olivia Hauer (ULC Weinland) 11,08. Diskus / Hammer: Martina Pehböck (U. St. Pölten) 28,51 / 38,39. Speer: Ulrike Schaupt (ULC Hirtenberg) 38,31.

Österr. Schüler-B Mehrkampfmeisterschaften: Herz, Freude und Begeisterung

EISENSTADT. 33 Burschen und 29 Mädchen haben diesen Mehrkampf absolviert, der in seiner Disziplinenwahl bewusst vielseitig angelegt ist (60 m Hürden, Hochsprung, Vortex-Heulerwurf, 75 m, 1.200 m Cross). Die Leistungen waren erwartungsgemäß sehr unterschiedlich. Frühentwickelte Kinder, oder besser Jugendliche, sind aufgrund ihrer körperlichen Reife natürlich im Vorteil. Dies muss bei der Durchsicht des Ergebnisberichtes beachtet werden. Das soll jedoch kein Hindernis sein, derartige Meisterschaften zu veranstalten. Vielmehr ist das positive Erlebnis mit und durch Leichtathletik zu beachten. Aus diesem Grund brauchen wir derartige Events. Wir Trainer, Betreuer und Eltern müssen einfach die Wertigkeit aus mehreren Richtungen beachten. Der Faktor Geduld kommt hier ins Spiel. Aus leistungssportlicher Sicht ist das Leistungsvermögen im Bereich von 17-19 Jahren entscheidend. Dann eben, wenn sich die körperlichen Entwicklungen angleichen. Weiters bedeutsam ist die jährliche technische Weiterentwicklung in mehreren Disziplinen. Und hier waren positive wie negative „Bewegungsabläufe“ zu beobachten. Gefallen hat oftmals die solide Hochsprungtechnik, und zwar unabhängig von der Sprunghöhe. Ernüchtern war oftmals die einseitige Hürdentechnik. Wer im Alter von 11-13 Jahren nicht beidseitig Hürdenlaufen kann, hat Aufholbedarf.

Einen Faktor dürfen wir dabei allerdings nicht aus den Augen verlieren. Wir wissen nicht, wie viel technisches Spezialtraining bereits erfolgt ist. An dieser Stelle sei Dr. Arbeit, ehemaliger Chef-Trainer der DDR, erwähnt. In jungen Jahren muss eine breite

Basis, konditionell und koordinativ vielseitig, erarbeitet werden. Der junge Körper schafft sich so für spätere Jahre (Junioren/U23 Bereich) eine Adaptationsreserve, die seine Leistungen weiterentwickeln lassen. Aber zurück nach Eisenstadt. Es war schön, dass „unsr“ Präsident HR Mag. Hans Gloggnitzer da war. Es war schön, dass Teams aus sieben Bundesländern in Eisenstadt waren. Es war schön, das kindgerechte Coaching praktiziert werden konnte. Es war schön, dass viele Betreuer und Eltern mit viel Engagement betreut haben. Es war schön, dass das Laufteam Burgenland/Eisenstadt dieses Event durchgeführt hat! Aus diesen Gründen hat diese Meisterschaft ihren fixen Platz in der Österreichischen Leichtathletik gefunden. Ohne auf die absoluten Leistungen zu sehen.

**• harald sihorsch •
ölv-bundestrainer
nachwuchs**

**29. Mai 2003, Eisenstadt:
Österr. Schüler-B Mehrkampfmeisterschaften**
MÄNNLICHE SCHÜLER: 1. Florian Mayrhofer (ITS Innsbruck) 3.680 Punkte (60 m Hü.: 9,24 - Hoch: 1,50 - Vortex: 50,00 - 75 m: 9,77 - 1.200 m Cross: 4:11,01). 2. Markus Kornfeld (LT Bgld.) 3.406 (9,64 - 1,40 - 46,00 - 9,93 - 4:13,09). 3. Thomas Reitsperger (Zehnkampf-Union) 3.375 (9,75 - 1,35 - 54,60 - 10,17 - 4:19,01).
MÄNNLICHE JUNIOREN: 1. Laufteam Burgenland Eisenstadt (Markus Kornfeld, Moritz Bidner, David Resch) 9.535 Punkte. 2. Zehnkampf Union 8.838. 3. U. Salzburg 8.724.

WEIBLICHE SCHÜLER: 1. Birgit Scheifinger (MLG Sparkasse) 3.550 (60 m Hü.: 10,24 - Hoch: 1,35 - Vortex: 39,50 - 75 m: 10,86 - 1.200 m Cross: 4:07,21). 2. Astrid Rupp (U. Leibnitz) 3.344 (10,10 - 1,35 - 41,50 - 10,67 - 4:53,69). 3. Melina Haskic (LT Bgld.) 3.338 (10,30 - 1,25 - 51,50 - 11,18 - 4:42,69).
MÄNNLICHE JUNIOREN: 1. Laufteam Burgenland Eisenstadt (Melina Haskic, Lisa Weinreich, Viktoria Szakonyi) 9.413 Punkte. 2. MLG Sparkasse 8.583. 3. SV Schwwechat 8.195.

Immer schneller über die Hindernisse

Nach einer guten Crosssaison kommt sie nun auch auf der Bahn immer besser in Form. Beim Hippolytpokalmeeting am 29. Mai in St. Pölten (Ergebnisse in der nächsten LEICHTATHLETIK) verbesserte sie ihren eigenen österr. Rekord über 3.000 Meter Hindernis erneut, nun-

mehr auf 10:27,68 Minuten. Warme Temperaturen und böiger Wind verhinderten eine noch besser Zeit. Mayr wird sich bei den Staatsmeisterschaften nun wieder dem Berglauf zuwenden, ohne jedoch die 3.000 m Hindernis auf der Bahn aus den Augen zu verlieren.

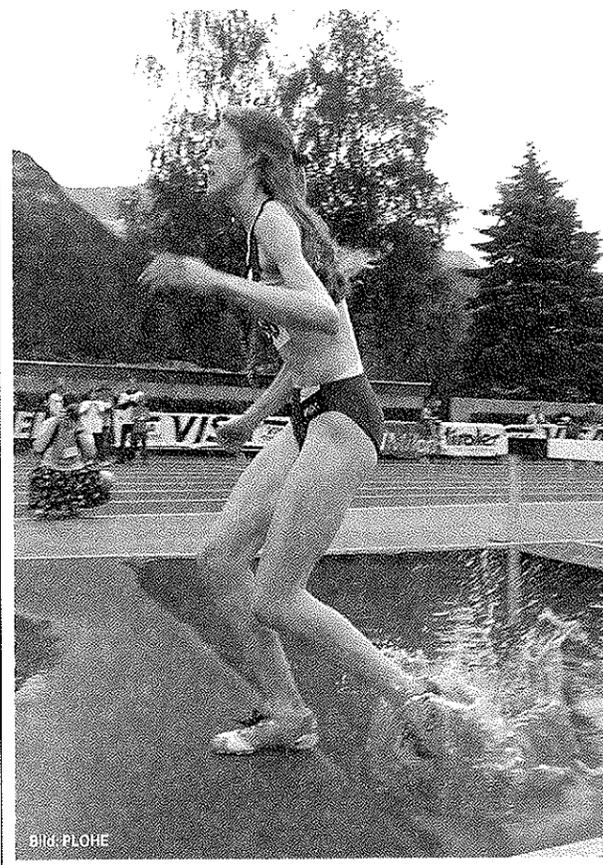


Bild: FLOHE

FitLike®
fit und vorn
<http://www.fitlike.at/fitlike>

International

**3. Mai 2003, Neußheim (GER):
Int. Wurfmeeting**
FRAUEN: Hammer: Claudia Stern 54,08.

**9. Mai 2003, Koblenz (GER):
Int. Meeting**
MÄNNER: 5.000 m: 5. Harald Steindorfer 14:03,58.

**10./11. Mai 2003, Desenzano (ITA):
Int. Mehrkampfmeeting**
Persönliche Bestleistungen für Johannes Kuenz über 400 m, 1.500 m und im Hochsprung. Auf dem Weg zum Junioren-EM Limit ließ er im Speerwurf viele Punkte liegen und verpasste die Norm von 6.850 Punkten knapp.

MÄNNER: Zehnkampf: 17. Johannes Kuenz 6.668 (11,61 (+0,2) - 6,57 (+0,1) - 11,36 - 1,82 - 49,63 / 15,94 (0,0) - 36,31 - 4,12 - 38,13 - 4:23,92).

**17. Mai 2003, Wiesbaden (GER):
WLV-Diskus-Cup**
MÄNNLICHE JUGEND: Diskus (1,75 kg): 8. Christoph Eigner 51,03 (Kärntner Juniorenrekord).

**24./25. Mai 2003, Halle (GER):
Hallesche Werfertage**
Persönliche Bestleistung für Gerhard Mayer mit dem Diskus, Österr. Juniorenrekord mit dem Hammer für Julia Siart und Junioren-EM-Limit für Benjamin Siart.
MÄNNER: Diskus: Gerhard Mayer 61,81.
MÄNNLICHE JUNIOREN: Hammer (6 kg): 7. Benjamin Siart 64,66.
WEIBLICHE JUGEND: Hammer (4 kg): 5. Julia Siart 49,82.

**25. Mai 2003, Rhede (GER):
Int. Meeting**
MÄNNER: 400m Hürden: 2. Karl Lang 53,05. Weit: Daniel Hagspiel 7,49 (+0,7), 9. Christian Mayer 7,21 (+0,6).
FRAUEN: 100m (-0,3): Lea Gribitz 12,71.

**29. Mai 2003, Kreuzlingen (SUI):
Auffahrtmeeting**
MÄNNER: 100 m (-1,2): Thomas Griesser 11,07, Philipp Cermak 11,08 200m (-0,3): Thomas Griesser 21,80.
JUNIOREN: 110 m Hü. (+0,3): Florian Vogel 15,63.
FRAUEN: 600 m: Elisabeth Jetzinger 1:38,07. Weit (+0,3): Bianca Dürr 5,91. Hoch: Chantal Felder 1,65. Kugel: Simone Igl 11,70. Speer: Simone Igl 42,69. Chantal Felder 32,71.

**29. Mai 2003, Schweinsfurt (GER):
BLV-Jugendgala**
800 m: 3. Werner Thaler 1:56,03.
800 m: Elisabeth Niedereder 2:11,34. Silvia Aschenberger 2:14,42.

**29. Mai 2003, Luzern (SUI):
Hammerwurfmeeting**
FRAUEN: Hammer: 2. Claudia Stern 53,77.

**30. Mai 2003, Dessau (GER):
„Anhalt 2003“**
Mit persönlicher Bestleistung von 7:58,95 blieb Martin Steinbauer erstmals unter 8 Minuten und verbesserte seine Freiluftbestleistung von 8:15,80 aus dem Vorjahr um fast 17 Sekunden (Hallen-PB: 8:06,33 im Jahr 2002). Der 23-jährige Feistritzer/NÖ war über seinen Saisonauftakt, bei dem er in dem flotten Rennen den 9. Platz belegte, hoch erfreut: „Das war optimal.“
Hauptdisziplin sollen die 3.000 Meter Hindernis werden. Um den 3.000 Meter-Sieg lieferte sich der Tübinger Wolfram Müller mit dem Kenianer Moses Kigen einen packenden Kampf auf der Zielgerade, den er in 7:45,05 Minuten um 54 Hunderstel für sich entschied. Leo Hudec belegt in guten 13,91 sec über 110 m Hürden den 4. Platz und war mit seinem Saisonstart sehr zufrieden.

MÄNNER: 3.000 m: 1. Wolfram Müller (GER) 7:45,05. 9. Martin Steinbauer 7:58,95.
110 m Hü.: Leo Hudec 13,91.

**31. Mai 2003, Teufen (SUI):
SVM Vorrunde Nati B**
MÄNNER: 100 m (-3,0)/200 m (-0,9): Thomas Griesser 11,20 / 21,78 (Österr. M 35-Rekord). 110 m Hü.: Johannes Sturn 15,02 (+0,1). Florian Vogel 15,64 (-2,7). 400 m Hü.: Florian Vogel 56,29. Diskus / Speer: Matthias Macho 39,06 / 63,43

**31. Mai / 1. Juni 2003, Maribor (SLO):
Int. Mehrkampfmeeting:**
MÄNNLICHE JUNIOREN: Zehnkampf (Kugel: 6kg, Diskus: 1,75kg): 1. Johannes Kuenz 6.876 (11,37 (+1,7) - 6,45 - 11,56 - 1,78 - 49,59 / 15,94 (-0,7) - 42,16 - 4,10 - 44,29 - 4:23,68).
MÄNNLICHE JUGEND: Achtkampf: 4. Andreas Fink 4.877 (11,77 (+0,5) - 6,05 - 13,41 - 54,63 / 16,59 (+1,2) - 1,58 - 47,49 - 3:05,88).
FRAUEN: Siebenkampf: 3. Elisabeth Plazotta 5.394 (14,28 (+1,8) - 1,67 - 11,00 - 25,59(+1,1) / 5,82 (+0,6) - 34,62 - 2:18,03. 4. Victoria Schreiber 5.277 (13,76 (+1,8) - 1,67 - 9,18 - 24,60 (+1,1) / 5,81 (+0,5) - 30,81 - 2:24,62. 7. Michaela Egger 4.956 (14,79 (+1,7) - 1,64 - 10,96 - 26,53 (+2,4) / 5,42 (+0,1) - 31,50 - 2:23,43.
9. Eva-Maria Kratzer 4.777 (14,78 (+1,7) - 1,43 - 10,78 - 25,54 (+2,4) / 5,06 (+0,2) - 36,86 - 2:24,74.

**Rahmenbewerbe: 60 m/100 m:
Emanuel Kroboth 7,16 / 11,08**
300 m: Thomas Schmit 36,20
100 m / 300 m: 1. Betina Germann 12,02 / 38,84

**1. Juni 2003, Planegg (GER):
11. Planegger Hammerwurfserie**

Claudia Stern (IAC Nachhilfe Köll) erzielte bei der internationalen Hammerwurfserie in Planegg/München einen neuen österreichischen Hammerwurfrekord der Frauen.

FRAUEN: 1. Claudia Stern 55,19.

Bestzeit und WM-Limit für Pröll

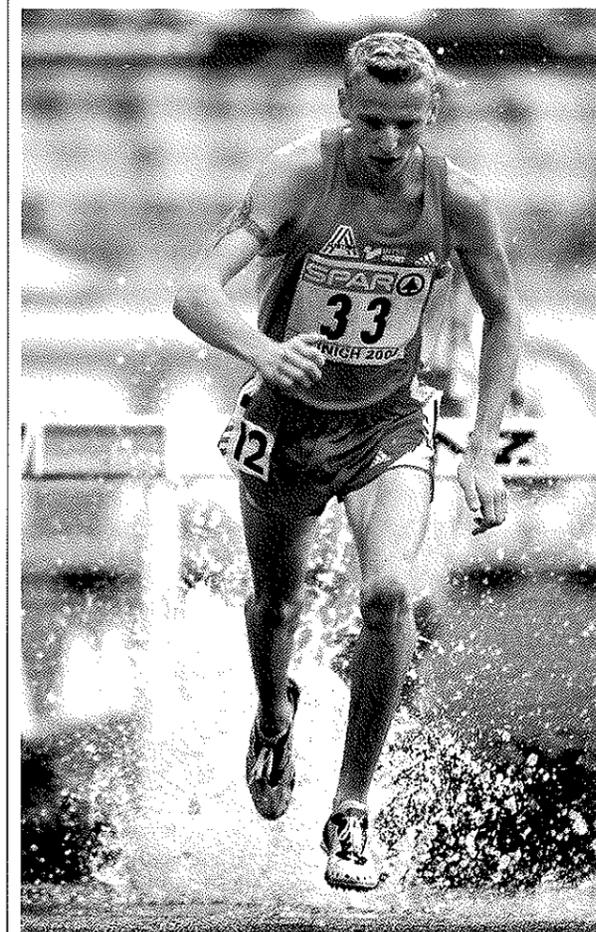
Gleich im ersten Anlauf schaffte Martin Pröll die WM-Qualifikation über 3.000 Meter Hindernis für Paris. Bei großer Hitze unterbot der 22-jährige Freistädter am 1. Juni in Hengelo (NED) mit persönlicher Bestzeit von 8:21,86 Minuten das Limit von 8:27.

Gebrselassie geschlagen

Die internationale Sensation der beginnenden Bahnsaison kam vom Äthiopier Kenenisa Bekele. Der 20-jährige Crosslaufweltmeister besiegte in seinem ersten 10.000 Meter Rennen keinen Geringeren als

Haile Gebrselassie. Der zweifache Olympiasieger wollte seinen eigenen Weltrekord (26:22,75) angreifen. Mit 26:54,58 zeigte sich Gebre in der Hitze von Hengelo in Hochform. Bekele war auf den letzten 110 Metern aber entscheidend schneller und fügte Gebrselassie seine erst zweite 10.000 Meter-Niederlage seit Juni 1993 zu!

**1. Juni 2003, Hengelo (NED):
GP-Meeting**
MÄNNER: 10.000 m: 1. Kenenisa Bekele (ETH) 26:53,70. 2. Haile Gebrselassie (ETH) 26:54,58. 3. Sihine Sileshi (ETH) 26:58,76.
3.000 m Hü.: 1. Paul Koech (KEN) 8:06,68. 6. Martin Pröll 8:21,86.



Martin Pröll: Auf Anhieb zu Bestzeit und WM-Limit.
Bild: Herbert Neubauer

Straßenlauf und Geher-EM in Tschechien Drei Medaillen für Österreich

UPICE. Erstmals in der langen Geschichte musste das Österreichische Team die siebenstündige Heimreise ohne Goldene antreten. Dennoch durften wir über die drei Medaillen zufrieden sein.

Die strapaziöse Anreise und das schwül-heiße Wetter an beiden Tagen sind nicht ohne Auswirkung geblieben. Aber auch die heimtückische Halbmarathonstrecke, der man die Schwierigkeiten nicht ansah, verhinderte eine mögliche Goldmedaille. Alle, die am ersten Tag die 10 Kilometer in Angriff genommen hatten, wussten darüber wohl Bescheid und dosierten im Halbmarathon ihr Tempo richtig. Heinz Steiner (M 55) sah lange Zeit wie der sichere Sieger aus, freute sich schlussendlich aber riesig über seine erspürte Bronzemedaille, die er nur eine Sekunde vor dem Vierten rettete, sechs Sekunden hinter dem Zweiten und nur 18 Sekunden hinter dem Sieger! Auch Alois Puchner unterschätzte die

Strecke ein wenig, er belegte mit einer Minute Rückstand ebenfalls den dritten Rang. Natürlich wissen wir alle, dass Alois schneller laufen kann. Für die Silberne sorgte unser verlässlicher Geher Stephan Wögerbauer, der im 30 km-Bewerb nur einem Tschechen den Vortritt lassen musste. Die Veranstalter hatten sich große Mühe gegeben, eine freundliche und stimmungsvolle Veranstaltung mit zahlreichen Nebenbewerben zu organisieren, Andrea Zirknitzer, unsere Chef-in vor Ort, äußerte sich darüber mit vielen lobenden Worten. Bei den nächsten Meisterschaften wird es übrigens wieder die beliebten Mannschaftswertungen geben. Alle Ankündigungen für die

24./25. Mai 2003, Upice (CZE):
8. Straßenlauf und Geher-EM der Masters
MÄNNER (10 km): M 50: 1. Klaus Goldammer (GER) 34:43, 25. Willi Tiefenbacher 39:39, 48. Bernhard Dvorak 47:05. M 65: 1. Jiri Libra (CZE) 38:52, 8. Rudolf Friedbacher 44:56.
Halbmarathon: M 45: Manuel Gonzales (ESP) 1:12:30, 10. Hans Quehenberger 1:20:42. M 50: Zigmund Lyznicki (POL) 1:18:04, 3. Alois Puchner 1:19:19. M 55: 1. Omer van Noten (BEL) 1:19:39, 3. Heinz Steiner 1:19:58, 24. Günther Nolz 1:43:57. M 65: 1. Jiri Libra (CZE) 1:27:15, 7. Rudolf Friedbacher 1:44:04.
30 km Gehen: M 40: 1. Frantisek Krmenta (CZE) 2:37:40, 2. Stephan Wögerbauer 2:40:49. M 50: 1. Fabio Ruzzier (SLO) 2:39:54, 4. Johann Siegele 3:01:15.
FRAUEN (10 km): W 35: 1. C. Martin (ESP) 37:28, 4. Franziska Gruber 39:50. W 40: 1. Chantal Dallenbach (FRA) 35:40, 4. Andrea Zirknitzer 43:01. W 50: 1. Lucia Soranzo (ITA) 38:23, 22. Rositha Burits 59:24.

Zukunft und die gesamte Ergebnisliste gibt's auf www.oelv.at/masters zu lesen!

• heinz eidenberger •



Holte EM-Bronze im Halbmarathon: Alois Puchner.
Bild: Heinz Eidenberger

Eine von uns:

Elisabeth Kühnert

Cricket Wien, Jg. 36, W 65

Marathonlady

Sind wir bei internationalen Meisterschaften, so hat es unsere Elisabeth wirklich nicht leicht, ist doch ihr Hauptbewerb der Marathon. Und eben dieser Marathon findet immer am elften und damit letzten Tag der Meisterschaften statt. Daher heißt es warten, warten und nochmals warten, was sich in einem ständigen Steigern der Nervosität äußert. Und ist Elisabeth einmal von dieser „unheilbaren Krankheit“ erfasst, so legt sie diese auch im Wett-

kampf nur schwer ab. Doch der Reihe nach: Ihr Einstieg in den Laufsport erfolgt mit 45 Jahren im Jahre 1981, der Grund der Tod ihrer Eltern. Baldur Preiml motiviert sie bei einem Vortrag mit dem Laufen zu beginnen. Mit „50“ gibt es keinen wie sonst üblichen Geschenkskorb, sondern einen Marathonstart in Berlin. „Gratuliere zu 3:59 min!“ Kein Gerin-gerer als Hubert Millonig zeigt Elisabeth, wie es wirklich geht, denn mit zarten 58 Jahren läuft sie

den Marathon in wirklich stolzen 3:24 Stunden.

Zwei Bronzemedailen bei EM und WM im Marathon sind die tolle Ausbeute von Elisabeth. Um nicht immer so lange auf ihren geliebten Marathon warten zu müssen, beginnt Elisabeth die 1.500 Meter-Strecke als „Aufwärmen“ in Angriff zu nehmen. Dies mit viel Erfolg, denn auf dieser Distanz und den 3.000 Meter in der Halle gewinnt sie 5 Silbermedaillen bei internationalen Meisterschaften. Obendrein ist sie Österreichische Mastersrekordhalterin über 1.500 Meter in den Klassen W 55 und W 60. Dabei hat es Elisabeth in Österreich nicht leicht, sie ist meist alleine, ich schreibe ihr ein böses Limit vor, erreicht sie es, bekommt sie die verdiente Goldene (Anm.: außer bei extremer Hitze immer!).



Heuer wurde sie bereits Siegerin bei den Österreichischen Mastersmeisterschaften im Halbmarathon in der W 65.

• heinz eidenberger •
ölv-mastersreferent

Österr. Mastersmeisterschaften: Strahlende Masters

LIENZ. Nur ein kurzes Gewitter am Samstag Abend unterbrach eine in jeder Hinsicht strahlende Meisterschaft in der traumhaften Kulisse des Dolomitenstadions. Pauschal kann ich für alle Sieger sagen die Veranstaltung und Organisation um das Team Bernd Bürgel war top.

Die erste Überraschung erhielten die Teilnehmer T-Shirts verpackt in netten Lienztaschen. Als nächstes Positivum sind die würdigen, rasch durchgeführten Siegerehrungen direkt vor den Sitzplätzen zu nennen. Jeder Sieger erhielt („nur einmal!“ jeder, der vor Ort war, wusste darum) zur Goldenen einen tollen Serpentinstein aus der Region. Dieser Stein wurde so begehrt, dass sich bald „Nicht-sieger“ einen solchen kaufen wollten. Die Kampfrichter waren stets Herr der Lage, der Starter nach zwei Tagen ohne Stimme, mussten die Kommandos bei den älteren Semestern doch gehörig lauter sein. Ein wenig ärgert uns allen die Schar der Daheimgebliebenen. Die Gründe sind vielfältig, einige nennen finanzielle, als würden andere Hobbys nichts kosten. Manche meinen, sie seien noch keine Senioren. Es hätte ihnen „gut“ getan auf einen Willi Wagner, Wolfgang Cramaro oder Gerald Habison zu stoßen.

Selbes könnte man für Werfer und Springer auch finden. Als Verlierer dürfen sich aber auch all jene bezeichnen, die der Meinung sind, ein Limit nicht zu schaffen. Wären sie vor Ort gewesen, es hätte keiner Limits bedurft, es wären genug in jeder Altersklasse gestartet. Vor Ort freuten sich an die 250 Masters an der Veranstaltung, allen voran die Vorarlberger Crew, zu 45. mit dem Bus angereist.

Bekannte Gesichter

Aus heimischer Sicht sah man nach längerer Zeit zwei gut bekannte Gesichter. So lief die ehemalige Spitzenläuferin Elisabeth Singer die 5.000 m, sich ein wenig entschuldigend, dass sie früher dieses Tempo einen Marathon lang gelaufen war. Dabei sein sollte das oberste Gebot der Masters heißen, nicht gewinnen! Der 61-jährige ehemalige Europameister über 800 m bei den Fünfzigjährigen gab ein mehr als

würdiges Comeback. Überlegen gewann er die 200 m und 1.500m, dies obwohl er zweimal mit Glocke in die Schlussrunde musste.

Sechs neue Österr. Mastersrekorde konnten erzielt werden. Je zwei erzielten Marianne Maier, W 60, Vbg (100 m und Diskus), Karl Nothdurfter, M 65, Vbg (1500 m, 5000 m) und Franz Hohl, M 55, Stmk (200 m und 400 m). Die 400 m-Zeit von Franz in 55,88 s hat einen umso größeren Wert, als er doch nur am Start Gegner hatte und dann ganz alleine auf sich gestellt war. Seine Zeit wäre deutlich besser ausgefallen, hätten wir Franz bei den Jüngeren mitlaufen lassen.

Überlegene Siege, spannende Duelle

Einige interessante Details: Spannend waren die Kämpfe von Werner Tomasini mit Gottfried Kröll in der M 35 auf den Mittelstrecken, Gerald Habison gegen Wolfgang Cramaro in der M 40 beim 5.000er und das Speerwurfduell der 50 Meter-Werfer in der M 40. Überlegene Sieger sahen wir in der M 35 beim Hochsprung mit Günther Gasper, Rainer Schrammel, der nach zweijähriger Pause überlegen die 100 m in der M 40 gewann und mit unserem Paradegeher Stephan Wögerbauer. Alois Egger, heuer einmal eine Zwischensaison, ließ keinen Zweifel in der M 45 aufkommen, dass er auf den 400 m und 800 m der „Chef“ ist. Dasselbe konnte man von Willi Wagner auf der 5.000 Meter-Strecke bejahen. Georg Werthner, Sieger mit dem Speer und sehr guten 6 Meter bei strömendem Regen im

Weitsprung, musste im Hochsprung bei gleicher Höhe mit 1,75 m Walter Kasmanhuber den Vortritt lassen.

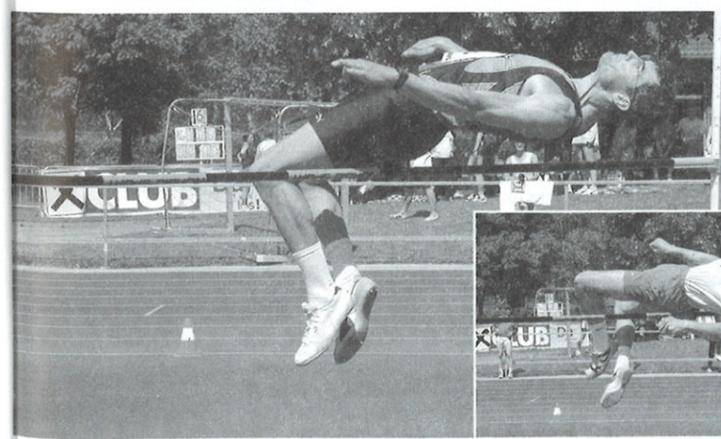


Alte Technik: Nur bei Seniorenwettkämpfen kann sie noch bewundern: Hermann Andrecs demonstriert den Staddle-Hochsprung.
Bild: Heinz Eidenberger

Nicht vergessen darf man Willi Bernecker (M 50), Max Micheuz (M 50), Heinz Steiner, Josef Kernberger, Heinz Harre, Hans Siegele, alle Klasse 55. Steuerer, Ratzler, Hans Knaub, Otto Gerster, Franz Kreiner, sie alle trugen sich in die Siegerlisten ein und überzeugten dabei mit soliden Leistungen. Eine besondere Erwähnung verdient unser Vizepräsident Hermann Andrecs, M 70, bei seinen Siegen über 100 m, Hoch, Weit, Speer und Stab. Beim Stabhochsprung, übrigens in der Klasse 65, zog er sich beim Anlauf einen Muskeleinriss zu. Bei den Damen überzeugte Franziska Gruber mit 18:42 Minuten auf den 5.000 Meter (W 35). Zsuzanna Pető (W 40) trug sich gleich sechsmal in die Siegerliste ein, nur der Versuch auch mit dem Hammer zu werfen, schlug fehl, kein Limit.

Neben den Österr. Rekorden in der W 60 konnte Marianne Maier noch die Siege über 200 m, Weit und Kugel verbuchen. Wo immer Marianne antritt, müssen ihre Mitsreiterinnen mit ihrem Sieg rechnen. Hätte ich noch Platz, es gäbe noch viel zu berichten. Kurz darf ich noch Jacqueline Wladika, Elisabeth Klotzmann, Elisabeth Wendl, Elisabeth Kühnert, Berta Tischlinger, Erika Lun, alles teilweise Mehrfachsiegerinnen nennen. Wir freuen uns schon auf Pinkafeld 2004. Alle Ergebnisse findet man unter www.oelv.at/Masters und in der nächsten Ausgabe der LEICHTATHLETIK.

• heinz eidenberger •



Neue Technik: Jedermann-Organisator Georg Werthner siegte mit dem Speer und im Weitsprung. Im Hochsprung musste er sich mit gleicher Höhe (1,75 m) Walter Kasmanhuber (kleines Bild) geschlagen geben.
Bild: Heinz Eidenberger

BUCHTIPPS

Schrittweise ins Ich

Seit fünf Jahren schreibt sie in der **LEICHTATHLETIK** regelmäßig die „Schrittweise ins Ich“, jetzt hat Christine Illetschko ihre Erlebnisse und Gedanken beim Laufen abseits der gewohnten Wege auch in Buchform herausgebracht. Die passionierte (Ultra-)Läuferin schildert, was Körper und Geist z. B. bei einem 24-Stunden-Lauf erleben, und resümiert dabei über das Leben, Gott, den Glauben. Und immer wieder über das Laufen.

Illetschko über ihr Buch: „Bei den Hallen-Europameisterschaften 2002 in Wien fragte mich der damalige Chefredakteur der Zeitschrift **LEICHTATHLETIK**, Kurt Brunbauer: „Warum schreibst du

nicht ein Buch?“ Heute, etwas mehr als ein Jahr später, würde ich gerne „unser Kind“ gemeinsam mit ihm vorstellen, hätte gerne gewusst, wie es ihm, der mich oft ermutigt hat meinen Schreibstil beizubehalten, gefällt. „Erfolg beginnt in dem Augenblick, in dem du ihn dir vorgenommen hast“, war seine Überzeugung. Einmal mehr vermisse ich meinen verstorbenen Kollegen, aber ich weiß, er wäre zufrieden.

In diesem Buch sind keine Trainingsanleitungen zu finden, keine Ernährungstipps oder Ratschläge. Vielmehr sind es, wie meine Artikel, eine „Schrittweise ins Ich“-Erlebnisberichte, nur intimer und ausführlicher.“

Christine Illetschko:
„Schrittweise ins Ich“
novum Verlag
140 Seiten
Preis: EUR 14,90
ISBN 3-902324-25-2
Neuerscheinung im Juni 2003

Lesung: Freitag, 18. Juli 2003, 17 Uhr, im Haus „Berghof“ in Mitterberg (Gröbming).
Präsentation: Samstag, 19. Juli 2003 beim 24-Stunden-Lauf in Wörschach.



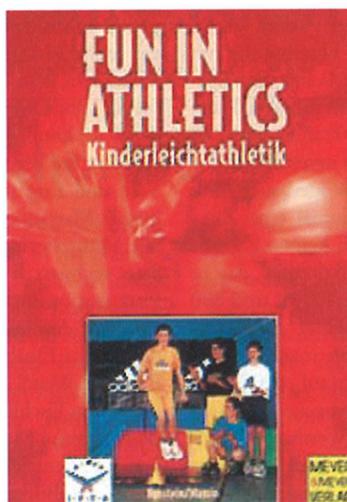
„Fun in Athletics“

„Fun in Athletics“ ist die weiterentwickelte Konzeption der Deutschen Leichtathletikverbände des ursprünglich in Großbritannien als Hallenleichtathletik für Kinder entwickelten Wettbewerbs. „Fun in Athletics“ begeistert mit neuen Geräten, neuen Wettbewerbsabläufen, einem neuen und einfachen Wertungssystem, ist schnell nachvollziehbar und in zeitlich kurzer

Distanz abgeschlossen. Bis zu 120 Kinder können innerhalb von nur zwei Stunden in einer normalen Sporthalle, oder natürlich auch im Freien, sieben leichtathletische Disziplinen in den zentralen Bewegungsformen (Laufen, Springen, Werfen) durchführen. „Fun in Athletics“ ist eine wertvolle Ergänzung des herkömmlichen Wettbewerbses für Kinder in

der Leichtathletik und eine motivierende Bereicherung für jedes Kinder- und Schülertraining. Neben den Darstellungen zu Ursprung, Funktion und Konzeption werden in diesem Handbuch die einzelnen Disziplinen und Wettbewerbe dargestellt und erklärt; es werden detaillierte Informationen zur Durchführung und Organisation als Wettkampf gegeben. Das Buch wendet sich an alle Trainer und Übungsleiter, die ihr Grundlagentraining mit neuen Ideen weiterentwickeln wollen und die nach einem Kinder-Wettkampfangebot suchen, sowie an Lehrer der Unter- und Mittelstufen aller Schulformen, die schon immer nach Gelegenheiten gesucht haben, Leichtathletik endlich einmal motivierend vermitteln zu können.

Winfried Vonstein, Dieter Massin: Fun in Athletics, 120 Seiten, zweifarbig, 57 Abbildungen, ISBN 3-89124-662-5, Meyer & Meyer Verlag, Aachen, 14,90 Euro.



www.leichtathletik.co.at

LEICHTATHLETIK

gibt es in diesen Geschäften:

NIEDERÖSTERREICH:

Laufprofi
Grazer Straße 93
2700 Wiener Neustadt
Tel. 02622/24879

OBERÖSTERREICH:

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

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

Sport Eder
Sägewerkstraße 3
4591 Molln
Tel. 07584/2448

Sport Christian
Am Pfarrgrund 61
4910 Riedl
Tel. 07752/81000

Gabriele Perndl
Tabak-Trafik, Zeitungen, Zeitschriften
Büro- und Geschenkartikel
Wiener Straße 52
4490 St. Florian
Tel. 07224/4610

STEIERMARK:

LOTTO-TOTO Jakomini
Norbert Spitzer
Jakominiplatz 17
8020 Graz
Tel. 0316/826084

WIEN:

Laufsport Blutsch
Liniengasse 24
1060 Wien
Tel. 01/5970640

My Runners World
Pohlengasse 10
1120 Wien
Tel. 01/8177324

RLS Sport
Josef-Palme Platz 3
1140 Wien
Tel. 01/9797106

Sport Konrath
Schlachthausgasse 18
1030 Wien
Tel. 01/7101468

Tony's Laufshop
Praterstraße 21
1020 Wien
Tel. 01/2166288

Vienna City Marathon
Running Shop
Favoritenstraße 76
1100 Wien
Tel. 01/6043324

Ernährung

Erdbeeren – nicht nur köstlich, auch gesund

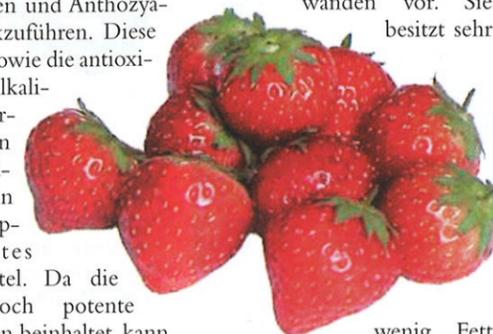
Die Scheinfrucht Erdbeere hat wesentlich mehr positive Eigenschaften als man ihr landläufig zutraut. Man spricht von Scheinfrucht, weil es sich lediglich bei den kleinen Körnchen auf der Oberfläche der Erdbeere um die Früchte der Pflanze handelt. In ihnen befindet sich auch der Samen. Die Beere selbst ist lediglich eine fleischige Blütenachse, die sich nach der Verbindung von weiblichen und männlichen Teilen der Blüte bildet. Die Wirkung der Erdbeere als Antioxidans ist hauptsächlich

auf ihren Gehalt an Vitamin C, Bioflavonoiden und Anthocyaninen zurückzuführen. Diese Inhaltsstoffe sowie die antioxidative und alkalisierende Wirkung machen aus der Erdbeere ein besonders empfehlenswertes Nahrungsmittel. Da die Erdbeere hoch potente Antioxidantien beinhaltet, kann sie freie Radikale in Schach halten und beugt äußerst wirksam der Bildung von Cholesterinab-

lagerungen an den Arterienwänden vor. Sie besitzt sehr wenig Fett und Natrium aber relativ viel Kalzium und hilft durch ihre Zusammensetzung Arteriosk-

lerose zu verhindern und fördert die Durchblutung der Hirnarterien und der unteren Gliedmaßen. Sie erhöht die Ausscheidung von Harnsäure und entlasten die Blutzirkulation der Venen in der Bauchhöhle. Die Erdbeere enthält die Vitamine A, C und E sowie Biotin, Kalium, Magnesium, Eisen, Calcium, Zink, Mangan, Phosphor und Betacarotin. Bedauerlicherweise können Erdbeeren bei empfindlichen Personen Hautausschläge oder Entzündungen der Zunge verursachen.

• christine illetschko •



www.leichtathletik.co.at

Unsere Küchenchefin empfiehlt



Gemüse-Hühnersuppe

30 dag Hühnerbrustfleisch, 4 Essl. Olivenöl, 1 Essl. Majoran, 70 dag gemischtes Gemüse, 200 ml Weißwein, 1 l Gemüsesuppe (Würfel), Salz, Pfeffer.

Fleisch in 1 cm große Würfel schneiden, salzen und pfeffern. Majoran und Gemüse in Olivenöl kurz anbraten, Hühnerfleisch dazugeben und mitbraten. Mit Wein und Suppe aufgießen und alle Zutaten so lange kochen bis sie weich sind. Suppe eventuell mit Parmesan bestreut servieren.

Nudeln mit Shrimps

50 dag Penne, 2 Jungzwiebeln, 8 dag getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt), 4 Zehen Knoblauch, 5 Essl. Olivenöl, 10 dag Shrimps (essfertig), 2 Essl. frisches Basilikum.

Penne (Röhrennudeln) in Salzwasser bissfest kochen. Jungzwiebeln in Röhren schneiden. Knoblauch kleinwürfelig und Tomaten in kleine Stücke schneiden. Nudeln abseihen. In einer Pfanne Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch kurz anschwitzen, Shrimps, Tomaten und Basilikum zugeben und kurz miterhitzen. Penne untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und in vorgewärmten Tellern anrichten.

Erdbeerschnitten

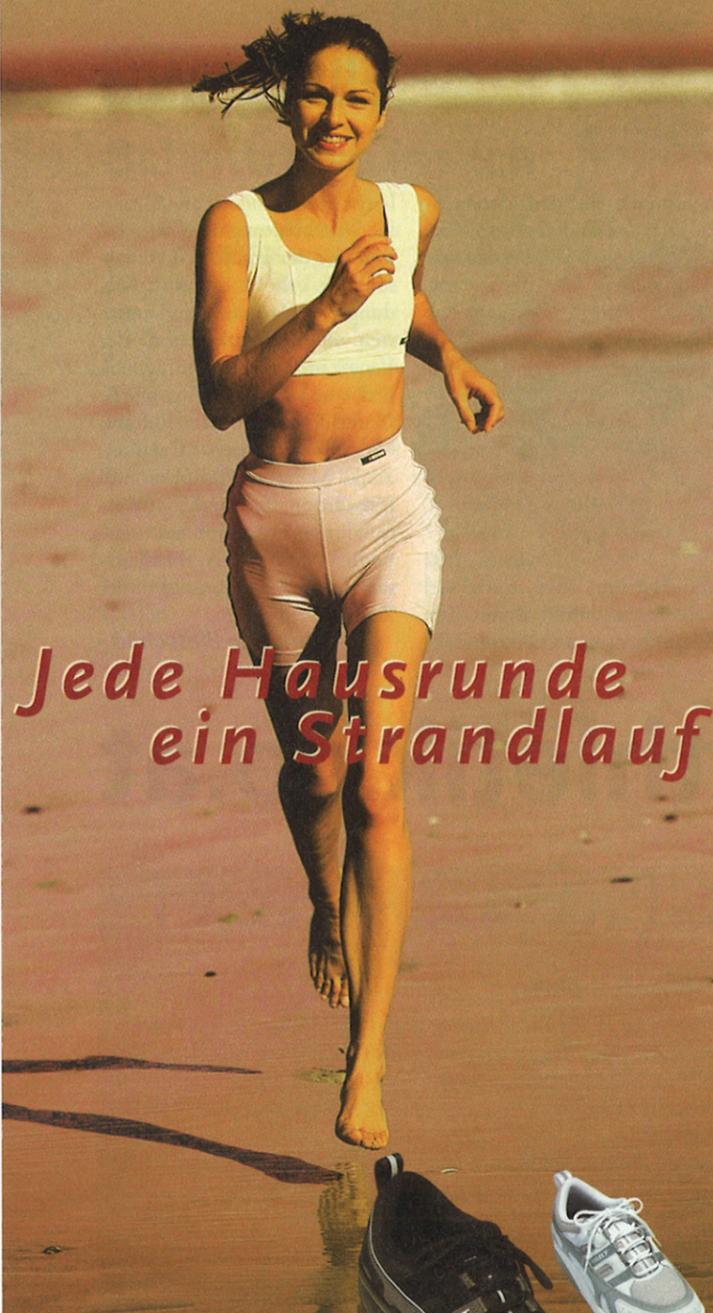
Teig: 4 Eier, 10 dag Butter, 15 dag Zucker oder Honig, 20 dag Dinkelmehl, Zitronenschale, 1 Essl. Rum, 1 Pk. Vanillezucker, 1/2 Pk. Backpulver, frische Erdbeeren (ca. 1 kg), Belag: 3/4 l Joghurt, 15 dag Honig, 1/4 l Schlagobers, 8 Blatt Gelatine, 1 Essl. Rum.

Eier in Dotter und Klar trennen. Eiklar zu steifem Schnee schlagen. Dotter mit küchenwarmer Butter und Zucker schaumig rühren, Zitronenschale, Vanillezucker und Rum dazugeben. Dinkelmehl unterrühren und zuletzt den Schnee unterheben. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und bei ca. 180 Grad 30 min backen. Auskühlen lassen. Den Teig mit Erdbeeren dicht belegen. Schlagobers schlagen. Gelatine einweichen und dann in Rum auflösen. Joghurt und Honig verrühren und mit Gelatine und Schlagobers mischen. Diese Masse auf dem belegten Kuchenboden verteilen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Viel Spaß beim Kochen und Genießen, vor allem der Nachspeise wünscht Euch



• sandra baumann •



Jede Hausrunde ein Strandlauf



Der MBT lässt unsere flachen Alltagsböden natürlich uneben wirken. Sie gehen, als wären Sie barfuß im Sand, weil der MBT weder stützt, führt, noch dämpft, sondern Dehnung, Kräftigung und Koordinationsverbesserung des Muskelapparates bewirkt. Dadurch werden Belastungen auf Rücken und Gelenke gedämpft und Verspannungen gelöst. Der MBT ist ein Trainingsgerät, das sowohl im Alltag als auch im Sport eingesetzt werden kann.

MBT by swiss masai

LOWA Sportschuhe GmbH » Breitenbach 50 » 4973 St. Martin/Innkreis
Tel.: 07751/8917-0 » www.swissmasai.com » masai@lowa.at

SDM TAILWIND



Zeitmessung ist eine kritische Angelegenheit. Strecke und Tempo ebenso. Die SDM TAILWIND bietet alles in einem: Der Tempo- und Streckenmonitor registriert die Zeit und die Kilometer, berechnet die Durchschnittsgeschwindigkeit, zählt die verbrannten Kalorien. Egal, ob es sich um kurze Strecken oder Marathons handelt, Sie sich im Training oder im Wettkampf befinden, die SDM misst die Tempo- und Streckeninformationen durch die patentierte Speed-Sensor-Technologie annähernd abweichungsfrei.

- Die patentierte Sensortechnologie von Nike misst das wirkliche Tempo - keine Schrittzählung - bergauf- und bergab, auf Wegen und querfeldein.
- Tempo- und Streckeninformationen mit 97%iger Genauigkeit.
- Chronografischer Speicher für Trainingszeit, absolvierte Strecken und Durchschnittsgeschwindigkeit von jedem Lauf.
- Kalorienzähler mit Gesamtzahl an verbrannten Kalorien der zuletzt vorgenommenen Läufe oder Wanderungen.
- Streckenfunktion berechnet Gesamtstrecke für jeden vom Benutzer eingestellten Zeitraum.
- Nike-System mit zwei Tasten: benutzerfreundlich und einfach einstellbar.
- Batteriefach am Fußhalter für problemloses Auswechseln der Batterien.
- Spritzwasserbeständige Konstruktion für Dauerhaftigkeit.

SDM Tailwind

- Leichte, kompakte Einheit, die an den Schnürsenkeln befestigt werden kann.

Triax C8



ECG-genau - für genaue Herzfrequenzangaben
Herzfrequenzzielbereich - programmierbarer Herzfrequenz-Trainingsbereich mit hörbarem Alarm bei Bereichsüberschreitung.
50-Lap-Speicher für die Wiedergabe der Runden- und Zwischenzeit sowie des durchschnittlichen Herzfrequenz bei jeder Rundenzählung.
Datumsanzeige - Zeit- und Runden Speicher, Gesamtzeit im Zielbereich und durchschnittliche Herzfrequenz für jede gespeicherte Runde/Strecke.
View Button - komfortabler Zugang zum Puls- und Chronographenmodus.

Zeit-/Datumsdisplay mit Alarmfunktion
S-förmiges Design - schmiegelt sich ans Handgelenk an für mehr Komfort und besseres Ablesen der Daten.
Ergonomischer Brustsender für erhöhten Komfort
Kratzfestes Mineralkristallglas
Nike Elektrolytbeleuchtung durch Drücken des entsprechenden Knopfes.
Batteriefach in der Uhr und im Brustgurt für problemloses Auswechseln der Batterien.
Wasserbeständig bis zu 50 Metern.

Olympiasieger der Zukunft

Unter dem Motto: „Wir suchen die Olympiasieger der Zukunft!“ ging am 6. und 7. Mai am Olympiastützpunkt Ober-tauern zum zweiten Mal das Finale der Coca-Cola Talent-Aktion in Szene. Letztlich waren es insgesamt 50 junge Sport-Talente, die ein umfangreiches Test- und Erlebnisprogramm erwartete. Die Kombination aus den sportmedizinischen und sportwissenschaftlichen Betreuungsmöglichkeiten am Coca-Cola Olympiastützpunkt und dem Fachwissen einiger externer Experten wie Dr. Roland Werther vom Institut für Sportwissenschaften der Universität Wien ermöglichte optimale Bedingungen für alle Teilnehmer. Zur Entspannung wurde auch eine Qi-Gong Einheit mit dem Mönch Xi Shin Gui geboten! Am Ende wurden unter der Leitung des sportlichen Leiters der Coca-Cola Sport-Initiative Johannes Langer, der auch für die Konzeption der Talent-Aktion verantwortlich ist, vier Jugendliche ausgewählt. Ihnen wird ein Angebot für eine zusätzliche professionelle und gezielte Förderung gemacht. Stefanie Waldkircher, die talentierte Leichtathletin des LAC Klagenfurt ist eine der vier ausgewählten Sportlern: „Ich freue mich ungemein, dass ich ausgezeichnet wurde. Es war ein Erlebnis. Die zwei Tage in Ober-tauern, das Treffen mit anderen jugendlichen Leistungssportlern und mit Hermann Maier waren wirklich interessant“!



Hermann Maier hat die Patenschaft über die Coca-Cola Talent-Aktion 2003 übernommen und war selbstverständlich persönlich mit dabei.
Bild: CocaCola

SOOS-Laufvermessung



Rainer Soos mit seinem Arbeitsgerät.
Bild: privat

Halbmarathon- und Marathonläufe, deren Laufzeiten in die Bestenliste des ÖLV aufgenommen werden wollen, vereint eines: Alle haben das IAAF/AIMS-Zertifikat. Dies bedeutet nichts anderes, als dass die gelaufene Strecke tatsächlich der Marathon- bzw. Halbmarathondistanz entspricht. Bis vor wenigen Monaten war dieses Service der Laufvermessung in Österreich nicht zu bekommen und man musste Experten aus dem Ausland beauftragen.

Seit Oktober vergangenen Jahres besitzt nun der Kärntner Rainer Soos das Diplom eines IAAF/AIMS Measurer. Der Biologie- und Chemielehrer, früher selbst aktiver Läufer und nun staatl. geprüfter Leichtathletik-Trainer, hatte sich bereits 1997 den Oerth/Jones Counter besorgt. Ein kleines Messgerät, das auf dem Fahrrad montiert wird und mit dem alle internationalen Laufveranstaltungen vermessen werden. Nach dem Besuch eines Streckenvermesserseminars in Dublin, bei dem er seine Methode der Laufvermessung bestätigt bekommen und

mit diversen Feinheiten ergänzt hat, ist er berechtigt dieses Service anzubieten.

Für den AIMS-Tarif von 75,- pro Tag, excl. Spesen hat er vor allem Läufe in seiner Heimat Kärnten, im Burgenland und die Halbmarathon-Staatsmeisterschaftsstrecke Hainburg offiziell vermessen. „Straßenläufe werden kurvenschneidend auf der Idealinie und gelegentlich auch gegen die Einbahn vermessen, da wäre es bei Verkehr unter Tags zu gefährlich“, so Soos. Gemessen wird daher meist am Wochenende, in der Nacht oder mit Polizeischutz.

www.8ung.at/laufvermessung



FLIGHT TO BERLIN

30. BERLIN MARATHON am 28. September 2003

Lassen Sie sich nicht allzu lange Zeit – hohe Anmeldezahlen beim 30. real-Berlin Marathon sind vorprogrammiert. Weltweiter Beifall für die Verlegung von Start und Ziel zum Brandenburger Tor.



Runners unlimited ist auch heuer wieder im Hotel Berliner Hof*** – in optimaler Lage, direkt beim Europacenter gelegen.

Reise vom 27.-29.09.2003
Pauschale € 495,- inkl. Flug ab/bis Wien, mit Austrian Airlines, Hotel, Frühstück
Fordern Sie unser Detailprogramm an.
P+R Reisen GmbH
Franzosengraben 2-4, 1030 Wien
Tel. 01 79 88 444 Fax 01 79 88 448
email: runners@runnersreisen.com

Jungbrunnen Wasserwelt

für ein gesünderes Badevergnügen mit viel Spaß

Die kleine, feine, familiäre Hotelgruppe in Österreich „RING JUNGBRUNNEN HOTELS Hartberg und Bad Waltersdorf“ bietet den Gästen immer wieder neue und gesunde Überraschungen:

So wurde im Bio-Thermen-Hotel Bad Waltersdorf ein imposanter Zubau errichtet in dem sich nicht nur ein Meerwasserpool befindet, sondern auch verschiedene Wohlfühlrichtungen wie Sole Dampfbad, Thermium, Lärchensauna, Erlebnisduchen uvm. untergebracht sind. Zusammen mit den neuen Einrichtungen haben die Gäste des Bio-Thermen-Hotels und des Thermal Biodorfs unzählige Bade- und Entspannungsmöglichkeiten. Neben dem Meerwasserpool

warten auch mehrere Bäder mit Thermal- und Jungbrunnenwasser im Innen- und Außenbereich sowie Thermal-Whirlpools auf ihre Benutzer. Übrigens: Das mit einer Grand-Technologie belebte Jungbrunnenwasser ist nicht nur ein köstliches Trinkwasser, sondern wird auch für die Schwimmbäder verwendet. Dadurch kann der Chemikalienzusatz auf ein Minimum reduziert werden, was das Badevergnügen noch wesentlich erhöht.

Die RING Jungbrunnen Hotels Hartberg und Bad Waltersdorf können den Gästen nunmehr elf „Jungbrunnen Pools“ mit verschiedenen Wässern und Temperaturen sowie viele Bio-Saunen, Dampfbäder usw. anbieten. Damit gehören diese Hotels nicht nur mit

der einzigartigen Jungbrunnen-Nahrung, sondern auch im Wohlfühlbereich zu den Führenden in Österreich. Die Firmenphilosophie: „Großes Gesundheits-, Schönheits- und Wohlfühl-Angebot zu fairen Preisen“.

Auch über die attraktive Geburtstagsaktion (-50 %) für runde und halbrunde Geburtstage sowie über den Goldenen Scheck sollten in den Hotels Informationen eingeholt werden.

Infos und Buchungen:

• RING BIO HOTEL

A-8230 Hartberg

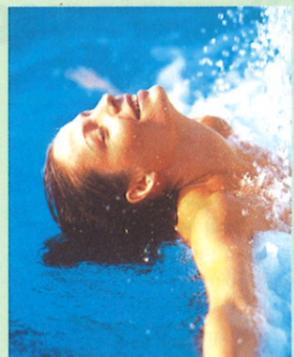
Tel. 03332/608*0

Fax 03332/608*550

E-Mail: ringhotel@aon.at

• BIO-THERMEN-HOTEL

A-8271 Bad Waltersdorf



Noch mehr Badevergnügen in der neuen Jungbrunnen-Wasserwelt.

Tel. 03333/2981*0

Fax 03333/2981*550

E-Mail: bio-thermen-

hotel@htb.at

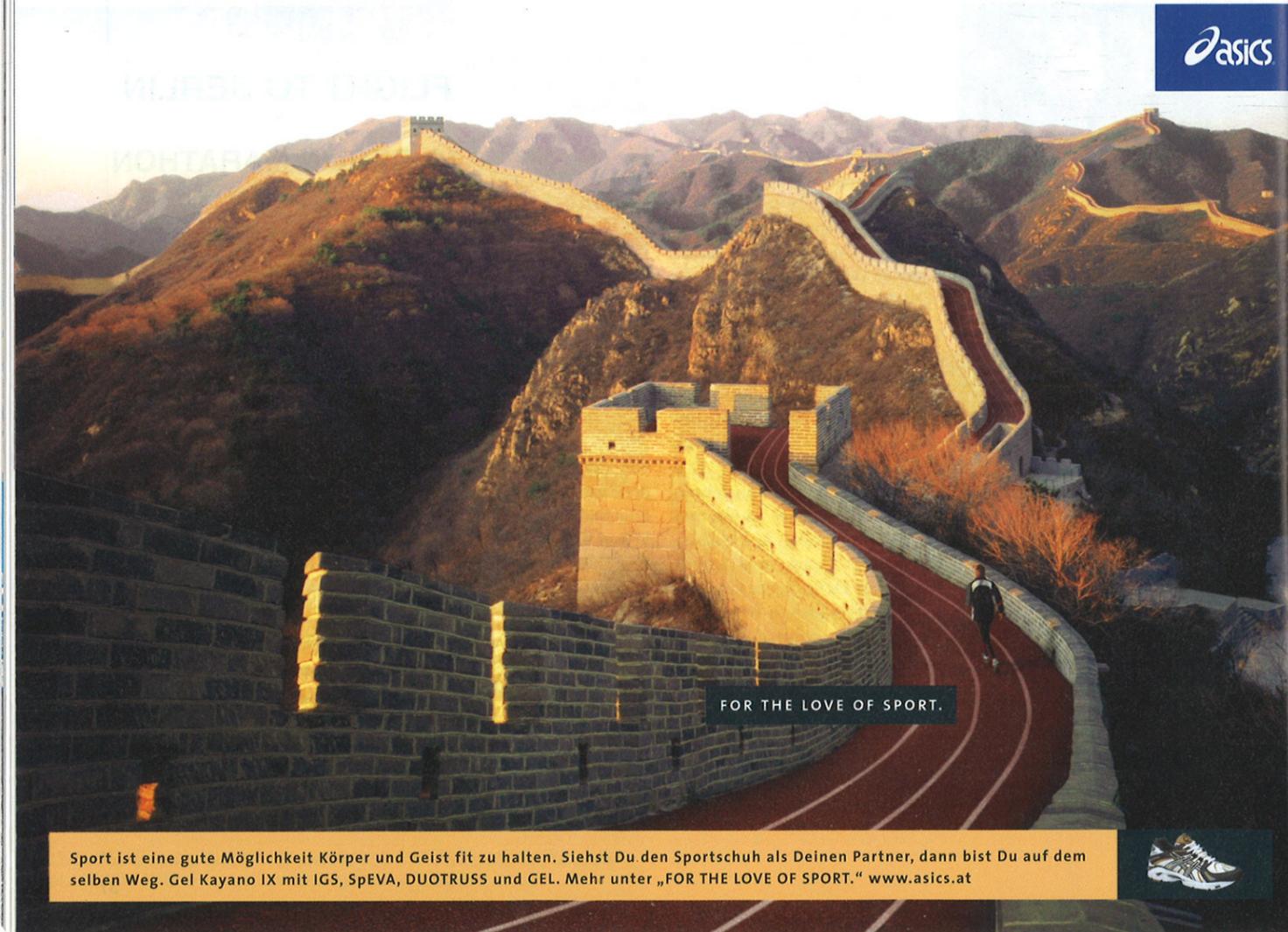
• THERMAL BIODORF

A-8271 Bad Waltersdorf

Tel. 03333/3281*0

Fax 03333/3281*650

E-Mail: bio-dorf@htb.at



FOR THE LOVE OF SPORT.

Sport ist eine gute Möglichkeit Körper und Geist fit zu halten. Siehst Du den Sportschuh als Deinen Partner, dann bist Du auf dem selben Weg. Gel Kayano IX mit IGS, SpEVA, DUOTRUSS und GEL. Mehr unter „FOR THE LOVE OF SPORT.“ www.asics.at



Chemischer Carl?

DOPING. In den USA sollen Dopingfälle in großem Stil vertuscht worden sein. Unter den Beschuldigten ist der neunfache Olympiasieger Carl Lewis.

Mitte April ging ein ehemaliger US-Sportfunktionär mit Dokumenten an die Öffentlichkeit, die einen riesigen Dopingkandal ins Rollen bringen könnten. Wade Exum will belegen, dass zwischen 1988 und 2000 in den USA bei über 100 Athleten aus unterschiedlichen Sportarten, darunter 19 Olympiamedaillengewinner, positive Dopingtests unterdrückt worden seien. Im Zentrum der Enthüllungen steht Sprint- und Weitsprunglegende Carl Lewis. Lewis wurde 1988 bei den US-Olympia Ausscheidungen auf drei verbotene Substanzen positiv getestet - die Stimulanzien Ephedrin, Pseudoephedrin und Phenylpropanolamin, spricht: Doping. Lewis wurde zunächst das Testergebnis und sein Ausschluss von den bevorstehenden Olympischen Spielen in Seoul mitgeteilt. Er protestierte, und die



Carl Lewis. Bild: PLOHE

Suspendierung wurde in eine Verwarnung umgewandelt. Sieben weitere Athleten hatten bei den US-Olympia Ausscheidungen in diesem Jahr Stimulanzien im Körper, darunter die späteren Olympiasieger Joe DeLoach (200 Meter) und Andre Phillips (400

Meter-Hürden). Lewis selbst gewann in Seoul 1988 Gold im Weitsprung, Silber über 200 Meter und - nach der spektakulären Anabolika-Disqualifikation von Ben Johnson - auch Gold über 100 Meter.

Starker Stoff also. „King Carl“, der selbsternannte Saubermann, vom Denkmal gestürzt. Allein: So eindeutig wie die vorhersehbar öffentlichen Verdammungen ist der Fall nicht. Die nachgewiesenen Werte bei Lewis waren so gering, dass seine Rechtfertigung - eine unbeabsichtigte Einnahme über ein Nahrungsergänzungsmittel - als plausibel angesehen wurde. Auch die IAAF wurde damals von den Ergebnissen informiert und sah keine Verletzung der Regeln. Heute liegen die Grenzwerte für ein Dopingvergehen um das 4 bis 5-fache über jenen Konzentrationen, die bei Lewis festgestellt wurden. Was soll man von all dem halten: Dass hier ein prominenter Name vorschnell abgeurteilt wurde? Dass nur ein Bruchteil der Fakten ans Licht gekommen ist? Dass die Regeln willkürlich zurechtgebogen wurden? Unabhängig davon,

was zum Fall Carl Lewis noch bekannt werden sollte, sind zwei Dinge (wieder einmal) zu Tage getreten: Schnell-Urteile sind oft nicht mehr als Vorurteile. Und: Das Niveau des Dopingkontrollsystems in den USA entspricht offensichtlich nicht dem Niveau der sportlichen Leistungen in der weltweit führenden Leichtathletiknation.

• andreas maier •

Cross-Doping

Bei der Cross-WM Ende März in der Schweiz wurden fünf Athleten positiv getestet. Einer davon ist der Alberto Garcia aus Spanien, Zweiter der Hallen-WM über 3.000 m und Europameister über 5.000 m, dem das Ausdauermittel EPO nachgewiesen wurde. Ein zweiter EPO-Fall betrifft die Kenianerin Pamela Chepchumba (Platz 6 bei der Cross-WM, Silber in der Mannschaft). Drei weitere Athleten aus Portugal und Marokko, deren Namen noch nicht bekannt sind, wurden ebenfalls positiv getestet. Die B-Proben standen zu Redaktionschluss noch aus.

Auto-Doping

Im Auto von 5.000 m Olympiasiegerin Gabriela Szabo wurde am 11. Mai bei einer Grenzkontrolle in Frankreich u.a. das Mittel Actovegin gefunden. Actovegin kann den Verdickungseffekt des Blutes nach der Einnahme von EPO gering halten und steht seit Dezember 2000 auf der Dopingliste des IOC. Szabo selbst war währenddessen in Amsterdam, der Wagen wurde von einem Bekannten gesteuert, der unterwegs in Höhentrainingslager Font Romeu in Pyrenäen war. 21 rumänische Leichtathleten bereiteten sich dort auf die Saison vor. Einige Tage später erklärte Mihaela Botezan, EM-Vierte über 10.000 Meter, das Actovegin sei für sie bestimmt gewesen. Das Mittel sei ihr am Sportinstitut in Bukarest wegen eines Mangels an roten Blutkörperchen verschrieben worden.

• andreas maier •

Weltrekord am Cricket-Platz

Genau 25 Jahre ist es her, dass ein 26-jährige Kenianer Leichtathletikgeschichte schrieb. Henry Rono lief zwischen 8. April und 27. Juni 1978 vier Weltrekorde in vier verschiedenen Disziplinen - 13:08,4 Minuten für 5.000 Meter, 8:05,4 für 3.000 m Hindernis, 27:22,4 für 10.000 Meter und schließlich 7:32,1 für 3.000 Meter. Einer dieser Sensationsläufe passierte in Österreich.

„Er hat deftig gegessen und zwei Bier getrunken am Vorabend“, erinnert sich Kurt Schmid, der den Kenianer damals nach Wien gelotst hatte. „Aber jeder wusste, dass der Weltrekord fliegen wird.“ Bereits im März, bei Bargesprächen am Rande der Hallen-EM von Mailand, hatte ORF-

Redakteur Schmid den 10.000 m Start des damals noch wenig bekannten Läufers in die Wege geleitet. Robert Hartmann, ein deutscher Journalist, stellte Kontakt zum Weltklasse-Mittelstreckler Mike Boit her. Mit ihm wurde das Rennen vereinbart. Dann kamen am 8. April und am 13. Mai Ronos erste Weltrekorde in den USA - und plötzlich wollte ihn die ganze Welt haben. Aber die Vereinbarung hielt.

Am 11. Juni 1978 standen dann 700 Zuschauer, mehrere Kampfrichter, Kameralente, Journalisten und vier Läufer am Wiener Cricket Platz. Jos Hermens, heute Manager u.a. von Steffi Graf und Haile Gebrselassie, machte drei Kilometer weit das Tempo. Joel Cheruiyot (27:58,9) und Domingo Tibaduiza (27:53,0)

liefen Klassezeiten. Und vorne zog Henry Rono zu einem neuen Weltrekord. 27:22,4 Minuten lautete seine Marke, eine Verbesserung um 8,1 Sekunden. „Nach 5.000 Metern hatte er eine Zwischenzeit von 13:48“, so Kurt Schmid. „Er hat aber 13:38 verstanden und Tempo rausgenommen, sonst wäre er noch schneller gewesen.“

Sechs Jahre lang sollte der Rekord halten. 100.000 Schilling standen für den gesamten Lauf zur Verfügung. Ronos Zeit ist hierzulande bis heute unerreich geblieben - als ältester aller österreichischen „All-Comers-Rekorde“ (siehe LEICHTATHLETIK Nr. 6/02, Seite 40).

Guglmania 2003

Oberösterreichs Leichtathletikverband und das Gugl-Meeting gehen auf Talentsuche. Kinder aus 66 Schulen Oberösterreichs treten in 11 Stadien im 100 Meter-Sprint, über 1.000 Meter und im Staffellauf gegeneinander. Die Attraktivität des Guglmeetings ist ungebrochen, haben sich doch über 1.000 Schüler für diesen Bewerb gemeldet. „Der Start vor Tausenden Zuschauern beim Gugl-Meeting ist zusätzlicher Anreiz und Höhepunkt dieser Nachwuchsaktion“, so ÖÖLV-Präsident Herwig Schneider und Meeting-Direktor Percy Hirsch. Die Erstplatzierten Mädchen und Burschen und weitere Zeitschnellste der Ausscheidungswettkämpfe werden für das Nachwuchsprogramm im Rah-

men des Gugl-Meetings am 31. Juli 2003 in das Linzer-Stadion eingeladen und alle teilnehmenden Kinder können ihre siegreichen Klassenkameraden vor Ort im Linzer-Stadion anfeuern, sie bekommen nämlich Eintrittskarten. Mit T-Shirts und Verpflegungspackages wird die Teilnahme zusätzlich honoriert.

www.gugl-meeting.at

Der Fahrplan der „Guglmania 2003“
28. Mai 2003, Ottensheim
03. Juni 2003, Neuhofen
04. Juni 2003, Freistadt
05. Juni 2003, Steyr
12. Juni 2003, Ebensee
12. Juni 2003, Ried/Innkreis
17. Juni 2003, Linz
17. Juni 2003, Andorf
17. Juni 2003, Vöcklabruck
18. Juni 2003, Micheldorf
18. Juni 2003, Wels
31. Juli 2003, Finale beim Gugl-Meeting

Kinder-Zehnkampf auf Tour

Der Kinder-Zehnkampf, seit zwei Jahren in Gmunden erfolgreich, erlebt im heurigen Jahr eine österreichweite Ausweitung auf 4 Termine und Veranstaltungsorte. Das preisgekrönte Konzept - BSO-Sportkristall 2002 für das innovativste Sport-Projekt Österreichs - wurde beibehalten.

Die klassische Leichtathletik (der olympische Zehnkampf) als der stabile Kern; die einzelnen Disziplinen kindgerecht angepasst; im Mittelpunkt das mehrdimensionale Bewegungs- und Veranstaltungserlebnis für die Kinder. Hochqualifizierte Gruppenbetreuer übernehmen als durchgehende Begleiter/Animatoure sämtliche Beratungs-, Betreuung- und Kontrollaufgaben. Die gesamte Wettkampfdauer für eine Gruppe beträgt 4 - 5 Stunden.

Eine der wesentlichen Zielsetzungen des Veranstaltungsteams Werthner und Pastl ist, die Leichtathletik auch dort zu präsentieren und zu verankern, wo in den letzten Jahren keine Leichtathletik-Vereine tätig waren bzw. keine oder kaum Leichtathletik-Veranstaltungen stattfanden. Rund 1.000 Kindern (Altersschwerpunkt zwischen 6 und 12 Jahren) wird heuer über die Intersport-Kinder-Zehnkampf-Tour ein kindgerechter Zugang zur Vielfalt und Schönheit der Leichtathletik ermöglicht. Die Hauptzielgruppe bei den jeweils ersten Wettkämpfen sind Leichtathletik-Neulinge. Rund 95% der Teilnehmer, davon 46% Mädchen (!) waren in der Vergangenheit beim erstmaligen Start keine Mitglieder eines Leichtathletik-Vereines.

Wann und wo?

- 1.) 10.5.2003 Gloggnitz
- 2.) 6.6.2003 Südstadt
- 3.) 28.6.2003 Lichtenberg bei Linz
- 4.) 6./7. September 2003 Gmunden (Finale)

Anmeldung, Ergebnisse und Infos unter www.werthner.at



Wie bei der Gugl-Meile soll auch bei der Guglmania so manches Laftalent entdeckt werden.

Bild: PLOHE



Gute Laune bei ÖLV-Präsident Johann Gloggnitzer, Organisator Roland Werthner und den Kindern.

Bild: werthner

Die Quote derjenigen, die bei der Leichtathletik bleiben, ist erfreulich groß. In mehreren neu gebildeten Trainingsgruppen und Zellen wird Kinder- und Schüler-Leichtathletik praktiziert. Allein 17 Absolventen des Gmunden Kinder-Zehnkampfes 2002 beteiligten sich heuer als Meisterschaftsneulinge bei den oberösterreichischen Schülermeisterschaften im Stabhochsprung und errangen 4 Medaillen.

Der erste Gloggnitzer-Kinder-Zehnkampf fand am 10. Mai auf traditionellem Boden - Asche, Kunststoff und Rasen - statt. Dort, wo einst ÖLV-Präsident Johann Gloggnitzer und Ex-Zehnkampf-Staatsmeister Martin Krenn ihr heimatisches Training absolvierten, erlebten 150 Kinder und Jugendliche einen regen- und verletzungsfreien Zehnkampf-Erlebnistag in familiärer Atmosphäre.

Zielpunkt-Jedermann-Zehnkampf: Leichtathletik hautnah



Leichtathletik erleben hautnah, als Aktiver und Zuschauer.

Bild: Wolfgang Simlinger

Leichtathletik erleben - hautnah. Die Vielfalt der olympischen Kernsportart in zwei Tagen. Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer, Reaktion, Stehvermögen und Technik - jeden Muskel des Körpers spüren. Die Könige der Athleten erleben - hautnah beim 100 Minuten Zehnkampf. Jedermannzehnkampf, ein unvergessliches Sporterlebnis - mit Gänsehautgarantie.

Der von Georg Werthner vor zehn Jahren erstmals in Wien durchgeführte Jedermann-Zehnkampf ist längst zum Fixpunkt der heimischen Leichtathletik geworden. Auf sportlicher Basis wird ambitionierten Hobby-Sportlern wieder die Möglichkeit geboten, sich in einem Wettkampf mit Spitzen-Athleten an und jenseits der 8.000-Punkte-Marke zu messen und Weltklasseathleten über die Schulter zu schauen.

Die elfte Auflage des weltweit größten Mehrkampf-Events wird diesmal nicht wie zuletzt im Wiener Ernst-Happel-Stadion über die Bühne gehen. Popkonzerte verdrängen die Jedermann vom 20. bis 22. Juni ins renommierte Stadion Schwechat-Rannersdorf.

Vom Zweitages- zum Dreitagesevent

Der Zehnkampf erstreckt sich heuer nicht wie bisher über zwei, sondern über drei Tage. Das Programm wird in rund 48 Stunden von Freitag bis Sonntag-Nach-

mittag abgewickelt. Für die Teilnehmer ändert sich dadurch nichts, jeder Starter wird die zehn Disziplinen wie üblich mit je fünf Bewerbungen an zwei aufeinanderfolgenden Tagen absolvieren.

Know-How Transfer

Teilnehmer am traditionellen Zielpunkt-Zehnkampf sind schon längst keine bloßen Jedermann mehr, sie entwickeln sich immer mehr zu ambitionierten Hobby-Sportlern mit beachtlichen Leistungen in allen zehn Disziplinen. Die Bezeichnung „Vienna Decathlon“ wird der Veranstaltung daher zumindest genauso gut gerecht wie „Jedermann-Zehnkampf“. Dem Wunsch der Mehrkämpfer nach Optimierung der Leistungen trägt Veranstalter Dr. Georg Werthner mit Trainingsangeboten und Workshops Rechnung. Unmittelbar nach der zehnten



Konzentriert wie die Profis: Jedermann am Start

Bild: Wolfgang Simlinger

GENERALI Jedermann Zehnkampf: Jedermann ist König

Jedermann-Zehnkämpfe sind Österreichs größte Stadion-Veranstaltungen in der Leichtathletik. So wird auch der Generali Jedermann Zehnkampf am 15./16. August im Linzer Stadion wieder zu einem Volksfest für die ganze Familie.

Was beim Weltklassemeeting in Götzis jedes Jahr die Könige der Leichtathleten zeigen, können in Linz Jedermann/Jedefrau und Kinder selbst ausprobieren. Laufen, Werfen, Springen so schnell und weit einen die Beine tragen. Zehn Disziplinen an zwei Tagen - eine kräfteaubende Herausforderung. Wer „Nachhilfestunden“ benötigt, dem stehen ab 18. Juli jeden Freitag Experten im Linzer Stadion mit nützlichen Tipps zur Seite.

Für die begrenzten Startplätze empfiehlt sich die rasche Anmeldung. Ausschreibung und Details können im Internet unter der Adresse members.aon.at/jm-linz heruntergeladen werden.

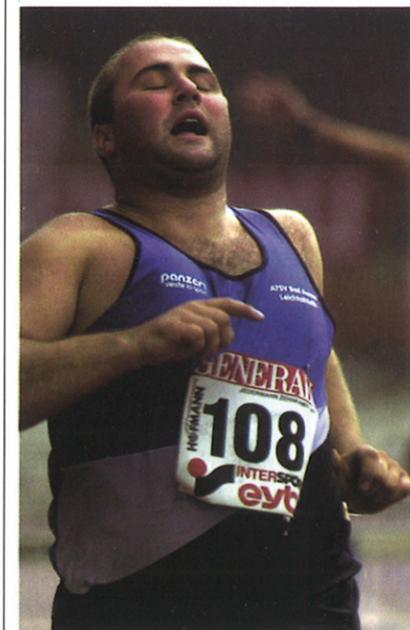


Bild: Iui

Service

Briefe an die Redaktion:

LEICHTATHLETIK

Hambergstraße 13,

4100 Ottensheim

E-Mail:

redaktion@leichtathletik.co.at

✉ emails

der schnellste Weg in die Redaktion

Homepage:

Diskutieren Sie im Forum, sagen Sie (uns) Ihre Meinung zu aktuellen Themen und alles, was Sie rund um die Leichtathletik bewegt! Aktuelle Kurzberichte, Geschichten, Ergebnisse, die wichtigsten Informationen vor der nächsten Ausgabe auf unserer Homepage. Rückblick, Weitblick, Durchblick - auch im Internet:

www.leichtathletik.co.at

SERVICE

Kartenservice

Guglmeeting:

31. Juli in Linz:

Tel.: 0699/11161331

Fax: 0732/661707, oder online

unter www.gugl-meeting.at

Wenn Sie vereisen:

Fahrradflugkoffer zu vermieten! Sehr stabile Ausführung für den perfekten Schutz deines wertvollen Rennrades oder Mountainbikes. Eine Woche EUR 35,-, zwei Wochen EUR 55,-. Nähere Infos bei der LEICHTATHLETIK: 0664 254 50 54.

Die nächste LEICHTATHLETIK erscheint Mitte Juli mit Berichten über den Europacup, die Berglauf-Staatsmeisterschaften, Berglauf-Europameisterschaften, die Jugend-Weltmeisterschaften, den Junioren- und Schülermeisterschaften und dem Jedermannzehnkampf als Höhepunkte. Rückblick, Weitblick, Durchblick über das aktuelle Leichtathletikgeschehen im In- und Ausland.

Redaktionsschluss: 8. Juli

Personelles

Gratulation

Erika Strasser weiter im EAA-Vorstand

Die Linzerin Erika Strasser wurde beim 18. EAA Kongress am 12. April in Athen für weitere vier Jahre in das EAA-Council (Vorstand) gewählt, obwohl sich Strasser selbst wenig Chancen dafür ausgerechnet hatte. Die ehemalige Speerwurfweltklasseathletin war 1976 von der Engländerin Maria Hartmann, damals Chairwoman, in das IAAF Womens Comitee geholt und war bis heuer in diesem Gremium tätig. „Die Welt ist mir zu groß“, verzichtete Strasser heuer auf eine Kandidatur, um sich verstärkt der kontinentalen Leichtathletik zu widmen.

1987 in Bratislava war sie als erste Frau, damals eine Sensation, in den Vorstand des Europäischen Leichtathletikverband (EAA-Council) gewählt worden. Im Competition Comitee setzte sie sich auch immer für die Anliegen der kleineren Länder, insbesondere Österreich ein. So gelang es ihr, die Anerkennung der Berglauf-European Trophy als offizielle Europameisterschaft durchzusetzen. Bei der entscheidenden Abstimmung zitterte sie im Krankenbett. Durch eine Hüftoperation konnte sie am Kongress 2001 in Moskau nicht teilnehmen.

Es sollen die letzten vier Jahre werden, die Strasser nach 16 Jahren noch im EAA-Vorstand tätig sein wird. „Athletik wird in so vielen Ländern mit unterschiedlicher Kultur betrieben, das Kennen lernen der Menschen in den Ländern hat mich an meiner Aufgabe immer fasziniert“, so Strasser, deren Leitspruch ihre Tätigkeit geprägt hat: „Leichtathletik ist immer ein Kampf, aber es ist etwas so Wertvolles, für das es sich auszahlt zu kämpfen!“



Leserbriefe

Leserzuschriften müssen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion widerspiegeln

Stellenwert der Leichtathletik

Auch ich bin der Meinung, dass die Leichtathletik vor allem beim ORF nicht die Aufmerksamkeit bekommt, welche ihr gebühren würde. Vielleicht wäre der Weg über die Ermittlung der Aktiven eine Möglichkeit, eine Interessenverschiebung der Medien in Richtung der Leichtathletik zu erreichen. Ich glaube immer noch, dass die Anzahl der aktiven Volksläufer und alle anderen Leichtathletik-Sparten zusammen sicher größer als die Anzahl der Aktiven im Fußball ist.

Dass in Birmingham nur zwei österreichische Fans anwesend waren hat seine Gründe sicher auch darin, dass von Seiten aller Leichtathletik-Verantwortlichen sträfliches Versagen vorliegt. Ich habe nämlich in den letzten Wochen vor Birmingham vergeblich versucht, irgendwo eine Reisegruppe oder einen Verein oder ein Angebot des ÖLV für eine Reise dorthin zu finden. Wenn man eben der Meinung ist, dass jeder Fan für sich einzeln alles organisieren muss, darf es einen nicht wundern, wenn nur zwei dann dort eintreffen.

Als Leichtathletik-Interessierter finde ich es auch sehr schade, dass die Information über diverse Aus- und Weiterbildungskurse nur Insidern zur Verfügung gestellt wird. Obwohl ich ausgebildeter Fit-Lehrwart bin, erhalte ich überhaupt keine Informationen über irgendwelche weiterführenden Kurse oder gar über Kurse von anderen Sparten. Vielleicht sollte man doch auch über verschiedenste Organisationen oder spartenfremde Dachverbände versuchen Interessierte zu finden. Bezüglich der Leistungsbeurteilung der österreichischen Athleten haben diese eine äußerst schwere Situation. Sie haben leider das Pech, dass sie von Personen beurteilt werden, welche

sicher nicht einmal Volkslauf-Niveau haben und daher die erzielten Leistungen überhaupt nicht einordnen oder gar beurteilen können.

Zum Abschluss möchte ich Ihnen und der Österreichischen Leichtathletik viele Zuschriften, eine rege Diskussion und viele brauchbare Hinweise wünschen. Allerdings erlaube ich mir auch zu sagen, dass eine Verbesserung der Situation nur mit Hartnäckigkeit, konsequenter Arbeit, Ausmerzen von Schwachstellen, ehrlicher Aufarbeitung von Kritik und viel Elan möglich sein wird.

Harald Hoffelner

Selbst aktiv werden

Es hilft nichts über keine Medienpräsenz zu klagen, und einmal im Jahr ein Event zu bewerben, dass ein paar Tage später wieder vergessen ist. Wenn andere uns kein Publikum beschern, müssen wir uns selber darum kümmern. Die Hallen EM haben viele gar nicht mitbekommen, von Götzis, Linz und anderen internationalen Meetings wissen fast nur Insider, von Österreichischen oder Niederösterreichischen Meisterschaften wissen nur die Athleten. Spiegelbild sind die Zuschauerränge. Wie sollen sich diese füllen, wenn viele gar nichts davon wissen? Ich habe auch in außersportlichen Bereichen viel mit Jugendlichen zu tun. Fast alle wissen mit Leichtathletik nichts anzufangen. Das haben sich unsere Athleten und Organisatoren nicht verdient. Ich bin überzeugt, dass Werbung und Vermarktung die Leichtathletik viel mehr ins Bewusstsein der Bevölkerung rücken würde, und damit auch das Interesse steigt. Damit verbunden sicher auch das Interesse aktiv dabei zu sein, was den zunehmend ausdünnenden Starterfeldern gut tun würde. Ich bin auch überzeugt, dass hier nicht nur der ÖLV, sondern auch die Landesverbände gefordert sind Akzente zu setzen.

Jörg Vánel

Vorsprung durch Technik www.audi.at



Fährt mit V8-Motor und quattro®.

Der neue Audi S4 Avant.
Der tägliche Sportwagen.

Permanenter Allradantrieb quattro® für beste Traktion auf allen Straßen. Das 6-Gang-Sportgetriebe für die ideale Übersetzung und ein maximales Drehmoment von 410 Nm für beeindruckende Schubkraft. So nimmt man schon vor dem Tourbeginn gern ein paar Hügel mehr mit.

S4 Mehr bei Ihrem Audi Partner.

Audi S4 Avant (253 kW/344 PS) Kraftstoffverbrauch gesamt: 13,5 l/100 km. CO₂-Emission 324 g/km.