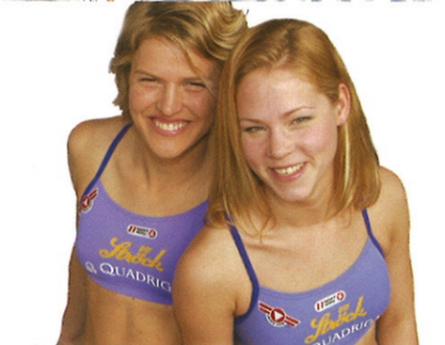




AKTIV mit BROT!



AKTIV-BROTE

ALOE VERA-BROT



OMEGA3-KAROTTEN-BROT



TRAUBEN-VITAL-BROT



Grenzenloser Brotgenuss!

www.stroeck.at

WWW.LEICHTATHLETIK.CO.AT
P.b.b. GZ 022030690M VERLAGSPOSTAMT: 4020 LINZ

LEICHTATHLETIK

DAS MAGAZIN FÜR LEICHTATHLETEN UND LÄUFER

€ 5,-



DIE JUNGEN ÜBERFLIEGER

HEIMISCHER NACHWUCHS AUF DEM SPRUNG NACH VORN

FOTO: Piohe ATHLET: Michael Mölschl

WALZER:
Stimmungsvoller Vienna City Marathon – die Reportage

JODLER:
Auf zur Berglauf-EM am Großglockner – die Vorschau

OUVERTÜRE:
Aufstieg, Limits und Rekorde zu Saisonbeginn – die Übersicht



WIR SIND DIE
ASICS GT-2100.
 WIR SIND DIE MEISTVERKAUFTEN
 HOCHLEISTUNGS-LAUFSCHUHE
 IN EUROPA. JA, WIR LIEBEN
 WERBUNG MIT HARTEN
FAKTEN.



intelligent sport technologies



Kicken mit Rekordspieler Andreas Herzog,
 Baggern mit Europameister Nik Berger,
 Inlineskaten mit Weltmeisterin Lisi Schrenk,
 Laufen mit Marathonmann
 Michael Buchleitner,
 Tennis mit Jürgen Melzer,
 Rad'n mit Gerolsteiner
 Profi Peter „Paco“ Wrolich,
 und noch Vielen mehr.



SPORT MIT DEN STARS URLAUB MIT IHREN IDOLEN

10.9.-17.9.2005 am Ossiacher See
 im Robinson Club Landskron

DAS PAKET

7 Nächte mit Vollpension im EZ
 9 Einheiten mit unseren Stars
 Alle Sportgeräte und Unterlagen
 Exklusives Rahmenprogramm
 Sportinsider T-Shirt + Autogrammkarte
 Kinderbetreuung von 3 bis 12 Jahren

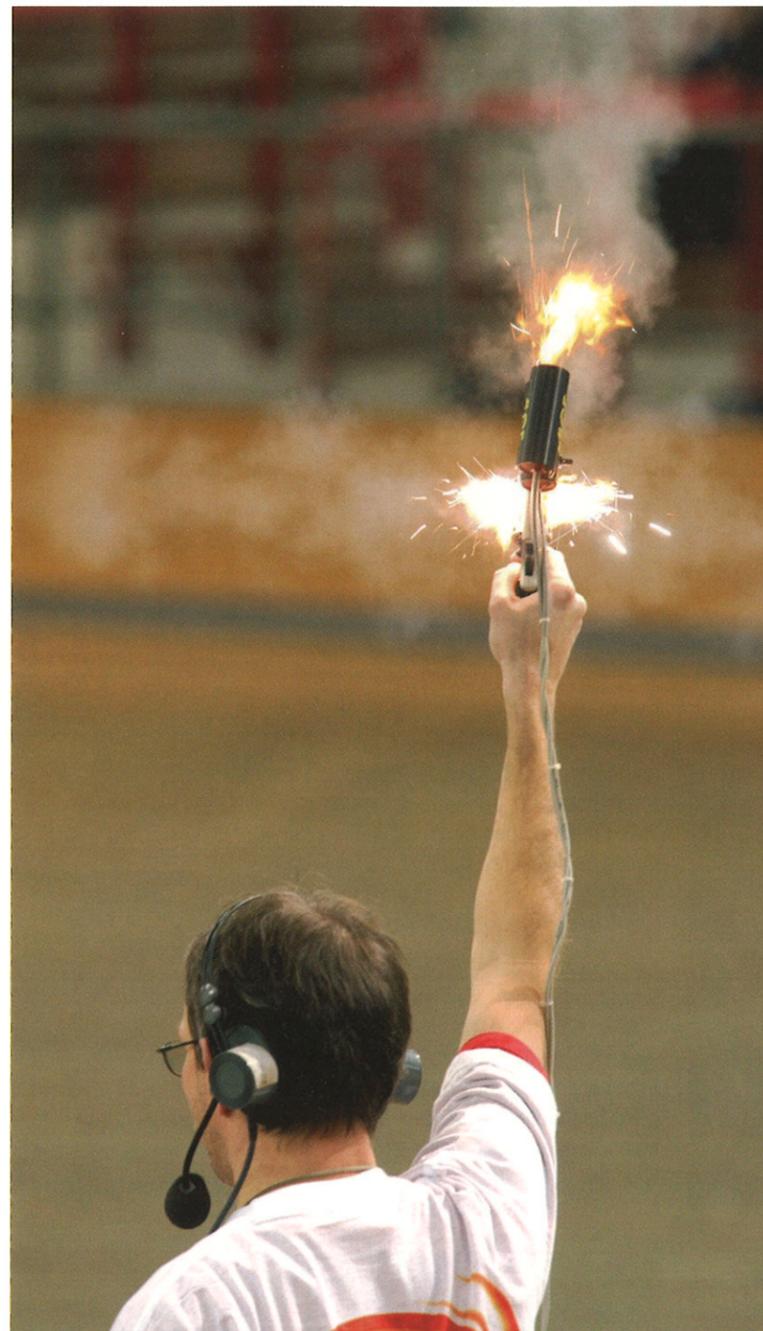
pro Person € 1.199,-

Mehr Infos finden Sie unter www.run4business.at

Ein gelungener Start in die Sommersaison

Die Reaktionen auf unser neues Erscheinungsbild waren sehr positiv – vielen Dank dafür! Wir werden Sie weiterhin mit Bildern, Reportagen und Analysen aus der heimischen Leichtathletik verwöhnen und freuen uns über Ihre Rückmeldungen. Genauso positiv war der sportliche Auftakt für die Sommersaison. Mehr als ein Dutzend junge Sportler haben sich bereits für die internationalen Nachwuchsmeisterschaften qualifizieren können und sind auf dem Sprung nach vorn. Stellvertretend für diese junge Riege findet sich Michael Mölschl auf dem Cover, der bei der U20-Europameisterschaft als Weitspringer gute Figur machen kann. Eine Herausforderung ist sicher, die Talente über das Juniorenalter hinaus für die Leichtathletik zu begeistern und entsprechend zu fördern. Auch dazu finden Sie einige Überlegungen in diesem Heft. Mehrere Nachwuchsathleten haben das ÖLV-Europacupteam in Tallinn verstärkt. Bei den Männern gelang der direkte Wiederaufstieg in die 1. Liga, die Frauen haben dieses Ziel nur knapp verpasst. Viel Spannung und attraktive Bewerbe verspricht die bevorstehende Berglauf-Europameisterschaft in Heiligenblut. Österreichs Bergläufer werden dabei zum möglichst erfolgreichen Gipfelsturm ansetzen. International sind alle Planungen auf die Weltmeisterschaft in Helsinki gerichtet. Was dort abgehen wird und vieles mehr lesen Sie selbstverständlich in der LEICHTATHLETIK.

Andreas Maier, Claus Funovits
 und Ihr LEICHTATHLETIK-Team



IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Christoph Michelic, A-1140 Wien, Rosentalgasse 3,
 Tel.: 0650/911 98 76, E-Mail: christoph.michelic@leichtathletik.co.at
 Eigentümer, Medieninhaber & Verleger:
 sportmedia marketing ges.m.b.h., 1070 Wien, Schottenfeldgasse 24
 Geschäftsführer: Hannes Menitz, Fuat Piro

REDAKTION

Chefredakteure: Claus Funovits, Andreas Maier
 Mitarbeiter 3/2005: Wolfgang Adler, Christina Budschedl, Johann Gloggnitzer,
 Hannes Gruber, Roland Romanik, Hans Steiner, Erika Strasser, Gerold Weilingner,
 Rene van Zee
 Art-Direktorin: Marion Brogyanyi
 Fotoredaktion: Claudia Knöpfler (Lt.), Tini Leitgeb
 Lektorat: Thomas Hazdra

REDAKTIONSADRESSE

LEICHTATHLETIK, 1070 Wien, Schottenfeldgasse 24,
 Tel.: 01/524 70 86-64, Fax: 01/524 70 86-43;
 E-Mail: claus.funovits@echo.at (Claus Funovits)
andreas.maier@leichtathletik.co.at (Andreas Maier)

ABO & ANZEIGEN

Christoph Michelic: christoph.michelic@leichtathletik.co.at
 Tel.: 0650/911 98 76 Fax: 01/911 98 76

REPRO & DRUCK:

mPg medienProduktionsges.m.b.H., 1070 Wien;
 Leykam/Werk Gutenberg, A-2700 Wr. Neustadt

Der Halbmarathon Nr. 1 findet in der Wachau statt !

18. September 2005: Tolle Strecke, perfektes Service, reibungslose Organisation

WACHAU. Die höchsten Teilnehmerzahlen, eine atemberaubende Strecke, perfektes Service und ein Organisations-Team, das sich um jedes Detail bemüht. Das macht den Halbmarathon in der Wachau, der heuer im Rahmen des 8. Int. WACHAUmarathons am 18. September stattfindet, zur Nr. 1 in Österreich. Die exakt kilometrierte und deutlich gekennzeichnete Strecke führt die LäuferInnen durch die Naturarena des Weltkulturerbes Wachau. Entlang der Donau, die gleichzeitig Schrittmacher und Sauerstofflieferant ist, geht es vorbei an malerischen Winzerdörfern und idyllischen Weinterrassen zum Ziel in der mehr als 1000jährigen Stadt Krems.



die TeilnehmerInnen lautstark anfeuern werden. Im Ziel wartet ein Endverpflegung, die keinen

Stadtpark wird ein Riesen-Fest gefeiert: kulinarische Schmankerln, Live-Musik und DJs auf der Bühne, Frühstückslauf, Kinderläufe und vieles mehr sorgen dafür, dass die ganze Familie ihren Spaß hat.

Messe für Wohlbefinden

Gemeinsam mit dem WACHAUmarathon findet Samstag und Sonntag auch die Marathon-Expo statt. Nicht nur neueste Informationen und Produkte aus dem Sportbereich werden angeboten, sondern auch vieles andere, was körperbewusste Menschen für's Wohlbefinden brauchen.

Wunsch offen läßt: Vöslauer, Gatorade, Coca Cola, Red Bull, Bier von der Brau AG, Bifidus-Getränke, Kornland-Müsliriegel und verschiedenste Obstsorten stehen zur Wahl. Zur Entspannung gibt's eine Gratis-Massage.

Marathon-Zielfest in Krems

Zwei Tage steht die historische Stadt Krems ganz im Zeichen des Marathons. Im stimmungsvollen



> Info-Corner <

8. Int. WACHAUmarathon

18. September 2005

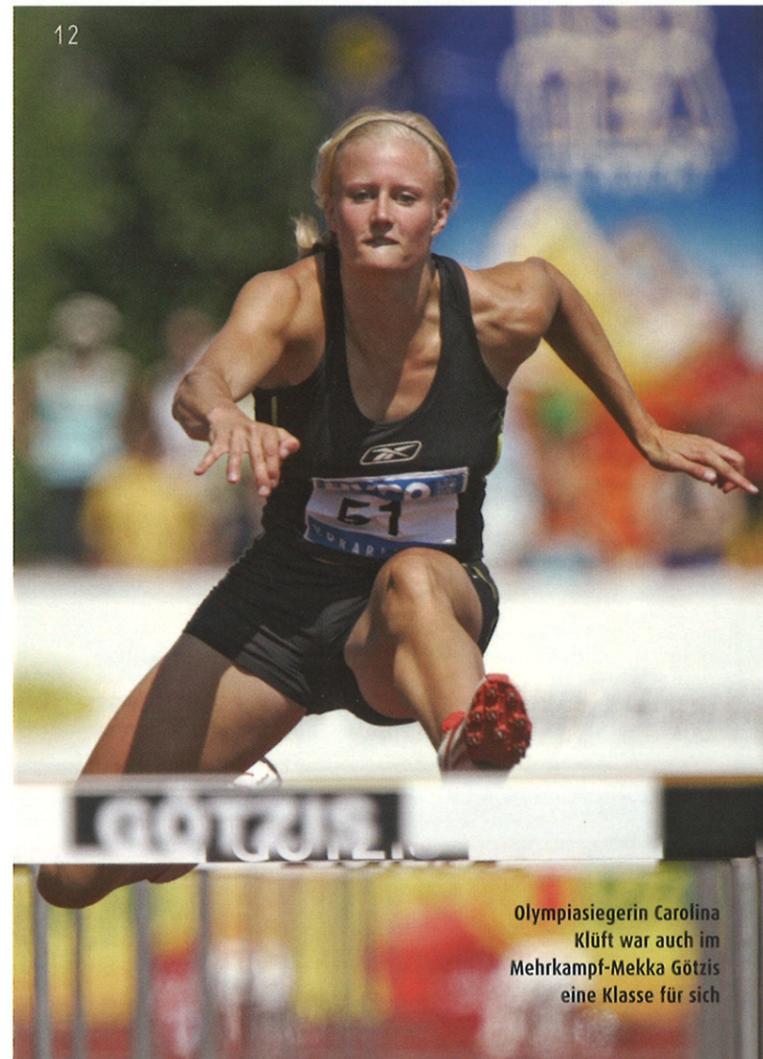
Distanzen:

- 53 km
- 42.195 km (Einzel/Staffel)
- 21,098 km
- 10 km (mit Teamwertung)
- 2,5 km

Zahlreiche Sonderwertungen (u.a. für Power-/Nordic-Walker, Handbiker und Rollstuhlfahrer)

Tel.: (02732) 828 53
e-mail: info@wachaumarathon.at

www.wachaumarathon.at



Olympiasiegerin Carolina Klüft war auch im Mehrkampf-Mekka Götzis eine Klasse für sich

Inhalt

10 EUROPACUP

Teilerfolg in Tallinn

12 GÖTZIS

Mehrkampf-Action

64 STEVE PREFONTAINE

Erinnerung an eine Kultfigur

STADION

18 10.000-METER-MEISTERSCHAFT

Regenrekord von Susanne Pumper

21 HEISSER JULI

Internationale Bühne für den Nachwuchs

22 WELTMEISTERSCHAFT VORAUS

Die ÖLV-Chancen bei der WM in Helsinki

STRASSE



28 VIENNA CITY MARATHON

Walzer, Wind und starke Leistungen

30 FRAUENLAUF

Topläuferinnen im Prater

32 ÖSTM HALBMARATHON

Hohenwarter und Gradwohl siegen

BERG



40 ÖSTM AM FEUERKOGEL

Heinzle und Baumann obenauf

42 DER GROSSGLOCKNER RUFT

Vorschau auf die Berglauf-EM

44 MAUERBLÜMCHEN-DASEIN

Der Berglauf in der Analyse

TRAINING



46 NUR NICHT SAUER WERDEN

Basische Nahrung macht Knochen fest

48 PORTRÄT CHRISTIAN PIRMANN

Junger, starker Mann aus dem Süden

50 TALENTE AUF DEM SPRUNG

Richtige Förderung für den Nachwuchs





Kreativ bei strömendem Regen: der wasserscheue Günther Weidlinger beim Auslaufen nach seinem 10.000-Meter-Sieg bei der Staatsmeisterschaft

Schuss, Start und Sieg

100 METER IN SAGENHAFTEN 9,77 SEKUNDEN: DER JAMAIKANER ASAFA POWELL (22) HOLT DEN BEKANNTESTEN UND FERNSEHTAUGLICHSTEN WELTREKORD, DEN DER SPORT ZU BIETEN HAT.

DIE ZUSCHAUERKULISSE beim Super Grand Prix Meeting von Athen am 14. Juni war nicht gerade super. Die Bilder von diesem Event sind dennoch um die Welt gegangen. An gleicher Stelle, bei den Olympischen Spielen vor knapp einem Jahr, war Asafa Powell als Mitfavorit im 100-Meter-Sprint Fünfter geworden. Mehr war mit seiner Finalzeit von 9,94 Sekunden überraschenderweise nicht drin. Jetzt hat der erst 22-jährige Jamaikaner die Athener Bahn nochmals unter die Beine genommen und dabei die 100-Meter-Strecke so schnell absolviert wie noch kein Mensch vor ihm. 9,77 Sekunden bei nahezu optimalem Rückenwind von 1,6 Meter pro Sekunde – mit dieser Marke ist der Medizinstudent in die Rekordbücher gelaufen.

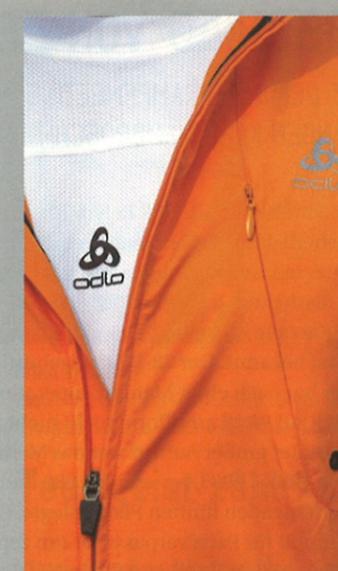
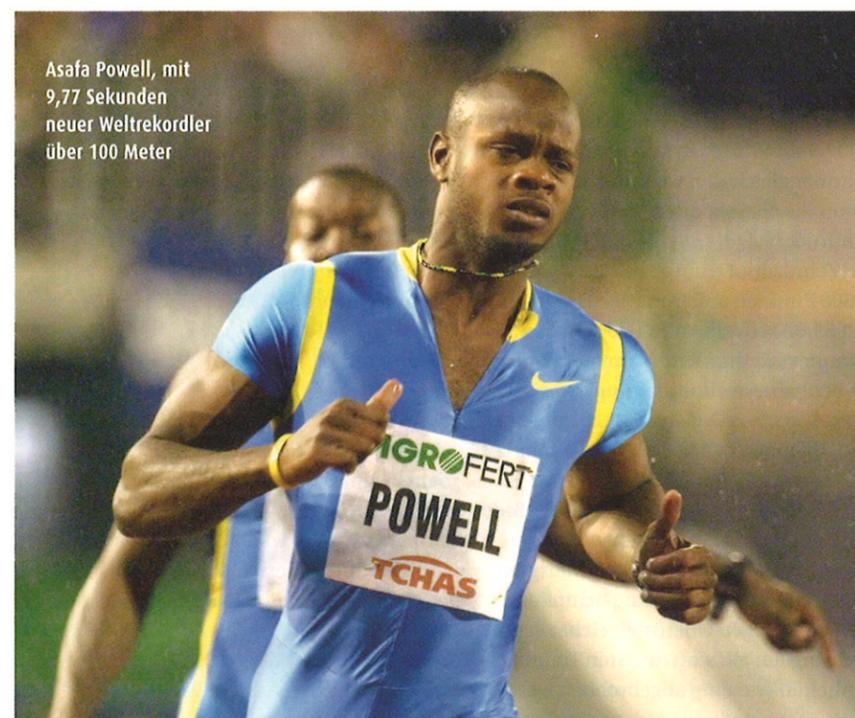
„Abwarten, das war noch nicht alles“, tönte Powell, der im Wettbewerb der großspurigen Worte und Posen den einschlägigen US-Sprintern ansonsten deutlich unterlegen ist, nach seinem Rekordlauf selbstbewusst. Eine Zeit von 9,69 Sekunden hält er für möglich. Tim Montgomery,

der bisherige Weltrekordhalter: „Jetzt ist Powell nicht mehr der Super-Sprinter, jetzt ist er der Mann, der kein Rennen mehr verlieren darf.“

REKORDE IM ZWIELICHT

Die alte Bestmarke – 9,78 Sekunden, gelaufen im September 2002 in Paris – steht momentan ohnehin zur Disposition. Da Montgomery im Zuge des BALCO-Doping-skandals schwer beschuldigt wurde, droht eine Streichung seines Rekords. Dies würde nicht zum ersten Mal passieren. Die 9,83 Sekunden von Ben Johnson im WM-Finale von Rom 1987 wurden zunächst als Weltrekord geführt, nach dessen Dopingfall bei den Olympischen Spielen von Seoul ein Jahr später aber nachträglich aberkannt. In Seoul wurde Johnson mit 9,79 Sekunden gestoppt, eine Marke die jedoch nur bis zu den Dopingenthüllungen einige Tage später Bestand hatte. Es dauerte dann elf Jahre, bis mit Maurice Greene in Athen 1999 wieder ein Läufer unter 9,80 Sekunden bleiben konnte.

Asafa Powell, mit 9,77 Sekunden neuer Weltrekordler über 100 Meter



QUANTUM RUN

Laufen ist deine Leidenschaft:
Da kennst du keine Kompromisse
Du gibst immer dein Bestes und erwartest dies auch von deiner Bekleidung

Top-funktionelle Materialien
kombiniert mit zukunftsweisender
Verarbeitung

Typisch ODLO

www.odlo.com



ABSCHIED VON DER KÖNIGSDISZIPLIN DER LEICHTATHLETIK

SEIT DEM MEHRKAMPFMEETING IN GÖTZIS 2003 GING NICHTS MEHR. DIE ANHALTENDEN KNIESCHMERZEN ZWANGEN KLAUS AMBROSCH NUN ENDGÜLTIG ZUM ABSCHIED VON DER INTERNATIONALEN ZEHNKAMPFBÜHNE.

NACH EINEINHALB JAHREN Rehabilitation muss ich einsehen, dass es nicht mehr geht. Mit den Knieschmerzen ist kein Zehnkampf auf hohem Level durchzuhalten. Ich werde daher meine internationale Karriere beenden.“ Das gab Klaus Ambrosch im Mai bekannt. Der 32-jährige gebürtige Knittelfelder hat nach einer Meniskusoperation den Weg zurück zur Wettkampfform nicht mehr gefunden. Sein letzter großer Auftritt war das Mehrkampfmeeting in Götzis 2003, wo er mit 7.980 Punkten den hervorragenden fünften Platz belegte. Das damalige WM-Limit für Paris verpasste er um zehn Punkte. Zu den größten Erfolgen zählen die Olympiateilnahme in Sydney 2000 (18. Platz) sowie zwölfte Plätze bei der EM in München und der Hallen-EM in Wien 2002. 2001 hatte er in Ried wesentlichen Anteil am Aufstieg des ÖLV-Mehrkampfteams in die Superliga des Europacups. Mit seinem persönlichen Rekord von 8.122 Punkten (Götzis 2001) ist Ambrosch die Nummer vier der österreichischen Bestenliste. Als einer der besten Speerwerfer unter den Zehnkämpfern will er noch ein bis zwei Jahre in dieser Disziplin aktiv sein und bei Not am Mann auch im Europacup aushelfen: „Leichtathletik macht mir immer noch unheimlich Spaß.“



Das Mehrkampfmeeting in Götzis 2003 war der letzte Auftritt von Klaus Ambrosch bei einem großen internationalen Zehnkampf. Jetzt will er nur noch Speer werfen.

SHORTCUTS

WM OHNE JONES UND GREENE

Was bei den US-Meisterschaften passiert, hat stets Auswirkungen auf bevorstehende Titelkämpfe. Favoriten straucheln, Newcomer zeigen auf. Bei den diesjährigen Trials im kalifornischen Carson erwischte es Sprintgrößen wie Maurice Greene und Marion Jones. Greene musste sein Finale wegen einer Muskelzerrung im Oberschenkel nach 70 Metern stoppen, Olympiasieger Justin Gatlin präsentierte sich nach Beinahe-Disqualifikation wegen eines Fehlstarts als ernster Herausforderer des neuen Weltrekordlers Asafa Powell. Marion Jones, zuletzt matt in Form und von Dopingdebatten verunsichert, absolvierte einige Probestarts auf der Laufbahn und packte unmittelbar vor dem Rennen ihre Sachen wieder zusammen. Gar nicht erst angetreten ist ihr Lebensgefährte, Ex-Weltrekordmann Tim Montgomery. Die gewohnte Demonstration der Stärke ist den US-Rennern den-

noch gelungen. Allen Johnson gewann die 110 Meter Hürden in 12,99 Sekunden und war nur hauchdünn vor Dominique Arnold und Terrence Trammel. Über die 400 Meter führte Olympiasieger Jeremy Wariner gleich drei weitere Athleten unter die 45-Sekunden Marke, ähnlich eindrucksvoll die Dichte bei den Frauen. Im Zehnkampf trumpfte Brian Clay mit 8.506 Punkten auf. Den Diskus warf er auf 55,87 Meter, so weit wie kein Mehrkämpfer vor ihm. Insgesamt wurden sieben Jahresweltbestleistungen erzielt.

RESCH BEENDET KARRIERE

Sebastian Resch, Österreichs stärkster 800-Meter-Läufer der letzten Jahre (Bestleistung 1:49,27), zieht sich vom Wettkampfsport zurück. Eine langwierige Achillessehnen-Verletzung behinderte den 26-jährigen Oberösterreicher schon seit langem, allzu oft mussten Trainingseinheiten vorzeitig abgebrochen werden.

24-STUNDEN-WÖRSCHACH

Im Mekka des heimischen Ultralaufs Wörschach findet am 16. und 17. Juli erstmals die World Challenge im 24-Stunden-Lauf statt. Der klassische Benefizlauf im steirischen Ennstal mit mehreren Nebenbewerben für HobbyläuferInnen wird parallel durchgeführt. Rund 30 Nationen werden vertreten sein. Für das heimische Team sind unter anderem Wörschach-Champ Ewald Eder und Spartathlon-Sieger Markus Thalmann nominiert.

ÖLV-EHRENPRÄSIDENT KARL BENEDICT TOT

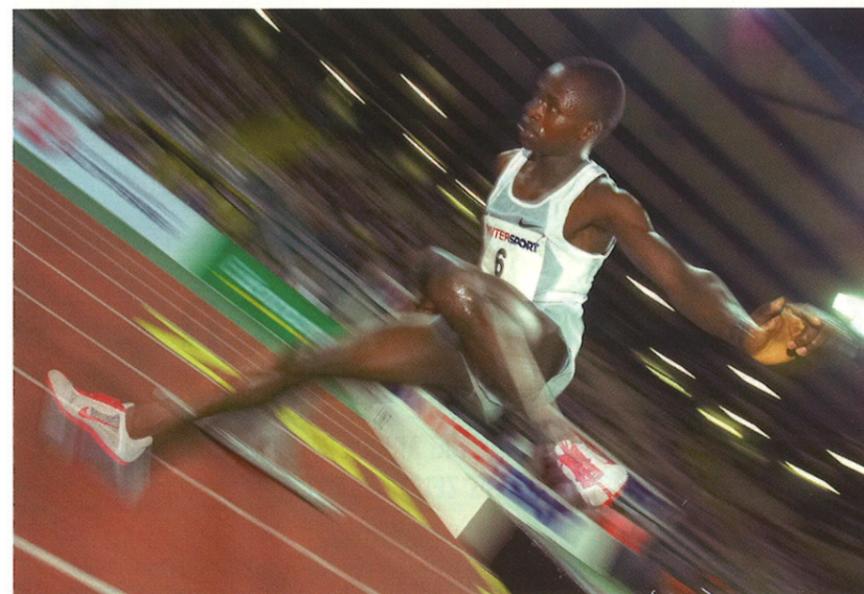
Nach längerem Leiden ist Ing. Karl Benedict am 2. Juni 2005, im 86. Lebensjahr, verstorben. Ing. Benedict war jahrzehntelang Vorstandsmitglied im Österreichischen Leichtathletik-Verband, viele Jahre Vizepräsident und leitete nach dem Rücktritt von ÖLV-Präsident Mag. Peter Wychera in den Jahren 1984 und 1985 als geschäftsführender Vizepräsident den Verband.

GROSSE SPRÜNGE AUF DER GUGL

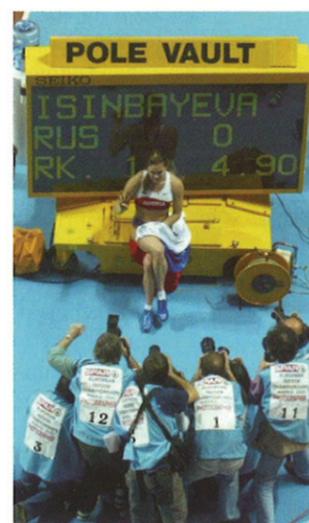
DAS GRAND PRIX MEETING am 23. August in Linz will auch heuer wieder große Sprünge zeigen. Olympiasieger Dwight Phillips, der im Vorjahr auf der Gugl die Weitsprung-Jahresweltbestleistung von 8,60 Meter in den Sand gesetzt hatte, ist einer der Stars, der für Jubel sorgen soll.

Fix in Linz dabei sind die heimischen WM-Starter Günther Weidlinger (2 Meilen), Hindernisläufer Martin Pröll und Hürdensprinter Elmar Lichtenegger. Auch Susi Pumper wird noch einmal die Spikes für die 3.000 Meter schnüren. Eine Premiere wird der Dreikampf bestehend aus 100 Meter,

Weitsprung und 110 m Hürden sein. Zehnkampf-Ass Roland Schwarzl und sieben weitere Athleten werden sich darin messen. Mit dem Termin eine Woche nach der Weltmeisterschaft in Helsinki und zwischen den Golden League Meetings von Zürich und Brüssel hofft Manager Harald Edletzberger einige hochkarätige Athleten nach Linz zu locken. Als WM-Revanche sozusagen. Neben den genannten Bewerben zählen traditionell die Sprints und der Stabhochsprung zu den Highlights – und vorab haben ebenfalls traditionell die besten jungen Sportler beim Guglmania-Finale ihren Auftritt.



Mit perfekter Hindernistechnik stürmte der Kenianer Julius Nyamu im Vorjahr in 8:17,19 zum Sieg über die 3.000 Meter Steeple. Lokalmatador Martin Pröll wurde in neuer persönlicher Bestzeit (8:18,53) Zweiter.



MATTSCHIEBE MADRID

23 EUROPÄISCHE TV-STATIONEN haben die für Österreich so erfolgreich verlaufene Leichtathletik-Hallen-EM in Madrid übertragen, im Durchschnitt jeweils fast sieben Stunden (!) lang. In Griechenland, Italien, Russland, Finnland und auf Zypern wurde mehr als zehn Stunden live vom Geschehen in Madrid berichtet. In Tschechien gab es 9,5 Stunden Hallen-EM live, in Spanien 8,5 Stunden, in Schweden 7,5 Stunden, in Großbritannien und Polen 5 Stunden. Zudem haben neun Sender außerhalb Europas – u. a. in Australien, Japan, Indien und den USA – in einem 55-minütigen Beitrag Highlights der Meisterschaften gezeigt. Im ORF waren hingegen nur Kurzberichte zu sehen.



ERIKA STRASSER

Vorstandsmitglied des Europäischen Leichtathletikverbandes, Mitglied der IAAF-Frauenkommission

Teamgeist zählt

„Frage nicht, was dein Land für dich tun kann. Frage, was du für dein Land tun kannst.“ Was John F. Kennedy in einer berühmten Rede gemeint hat, gilt auch für den Sport.

So stellt sich in den europäischen Leichtathletik-Verbänden Jahr für Jahr das Problem, dass Top-Athletinnen und -Athleten nicht beim Europacup antreten wollen. Viele davon deshalb, weil sie meinen, es passt nicht in ihre Vorbereitung auf ein Großereignis. Die Termine für die Europacups sind immer die gleichen und lange vorher bekannt. Irgendwie scheint es so, als wollten sie deshalb nicht, weil es keine finanzielle Entschädigung gibt. Einmal im Jahr sollten aber die Aktiven für ihren Verband und ihr Land starten ohne Geld. Sie sind ja auch meistens gute Punktesammler für das Team.

In der Super-Liga in Florenz werden heuer Athletinnen und Athleten mit einem „Award“ ausgezeichnet, die überraschend eine außergewöhnliche Leistung erbringen. Diese Trophäe untermauert den Stellenwert dieses Bewerbs. Mein Vorschlag in der nächsten europäischen Vorstandssitzung wird sein, für alle Europacup-Gruppen ähnliche Ehrungen wie in der Super-Liga zu schaffen.

Bei solch einem Team-Wettkampf wie dem Europacup ist jeder Punkt wichtig. Es geht nicht nur um die Einzelleistung, es geht auch um den Aufstieg oder um das Verbleiben in ihrer Gruppe. Da ist Gemeinschaftssinn gefragt.

Es heißt immer, Sport sei nur ein Spiegel der Gesellschaft. Ich meine, Sport muss immer etwas Besonderes bleiben. Sonst verliert er seinen Wert. Wir alle müssen in Europa den wahren Wert der Europacups begreifen. Das sind Wettkämpfe, um die uns die anderen Erdteile beneiden.



Das Aufgebot des ÖLV konnte mit den Leistungen beim Europacup in Tallinn durchaus zufrieden sein

Einer startet, vierzig schreien

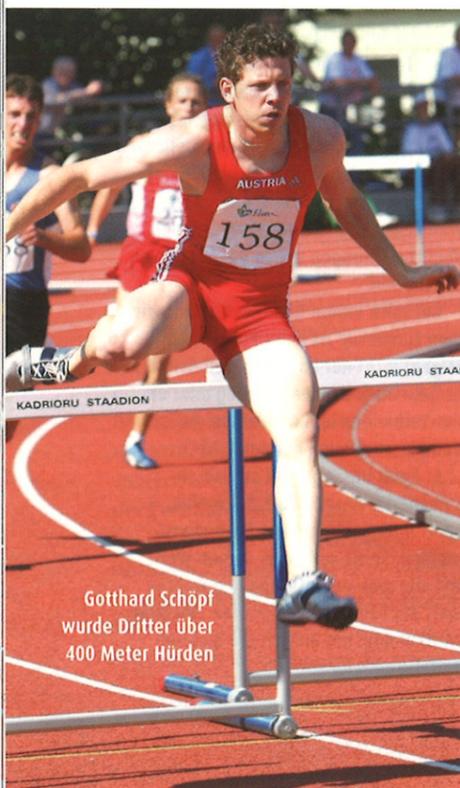
ÖSTERREICHS MÄNNERTEAM SCHAFFTE IN TALLINN DEN WIEDERAUFSTIEG IN DIE 1. LIGA DES EUROPACUPS, DIE FRAUEN VERPASSTEN DIESES ZIEL BLOSS UM FÜNF PUNKTE. SOWOHL DIE ARRIVIERTEN ATHLETEN ALS AUCH DIE „NEULINGE“ IN DEN TEAMS HABEN SICH DABEI ERFOLGREICH INS ZEUG GELEGT.

ERFREULICHES HAT SICH GETAN beim Europacup in Estland: „Das gesamte Team war sehr kompakt“, so ÖLV-Sportdirektor Hannes Gruber. „Der Teamgeist hat alle mitgerissen. Wenn einer gestartet ist, haben die Übrigen 40 geschrien.“ Leider wurde das Wunschergebnis knapp versäumt. Zwar schafften die Männer mit dem zweiten Platz hinter den überlegenen Norwegern den direkten Wiederaufstieg in die 1. Europacup-Liga, das Frauenteam bleibt jedoch nach enger Entscheidung in der 2. Liga. „Vom Niveau her waren Männer und Frauen gleich, oft kommt es auch auf das nötige Glück an“, bilanziert Gruber.

Arrivierte wie jüngere Athleten haben für starke Leistungen und Disziplinsiege gesorgt. Karin Mayr-Krifka (100/200 m) war ebenso zweimal erfolgreich wie Halbmarathonrekordlerin Susanne Pumper, die am Tag nach den 3.000 Metern praktisch aus dem Stegreif heraus auch die 1.500

Meter überzeugend für sich entschied. Günther Weidlinger, Martin Pröll und Elmar Lichtenegger (der gleich dreimal an den Start ging!) wurden ihrer Favoritenstellung voll gerecht und holten die maximale Punktezahl. Gleiches gelang U23-Mann Daniel Spitzl, der die 1.500 Meter mit einem unglaublichen Endspurt gewinnen konnte, und Diskuswerfer Gerhard Mayer, der einmal mehr sein konstant hohes Niveau unter Beweis stellte.

GUTE PLATZIERUNGEN VON JUNG UND „ALT“ Sehr bemerkenswert auch der Auftritt von Lisi Maurer. Trotz Jetlag, erst vier Tage zuvor war sie vom College aus den USA gekommen, und einem Gegenwind von 2,4 m/s konnte sie im Hürdensprint in 13,59 Sekunden den zweiten Platz erreichen. Weitere Top-3-Platzierungen holten Martin Steinbauer nach tollem Kampf über 3.000 Meter, Veronika Watzek, die sich mit dem letzten Wurf auf Rang drei im Diskus schieben



Gotthard Schöpf wurde Dritter über 400 Meter Hürden



Daniel Spitzl bewies mit seinem Sieg über die 1.500 Meter einmal mehr, dass er einer der größten Hoffnungsträger des ÖLV-Teams ist

„Der Teamgeist hat alle mitgerissen. Wenn einer gestartet ist, haben ihn die übrigen 40 angefeuert.“

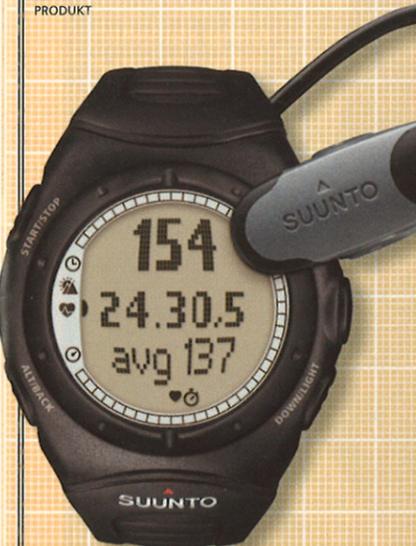
ÖLV-Sportdirektor Hannes Gruber war vom „neuen Spirit“ begeistert.

konnte, Gotthard Schöpf, der über die 400 m Hürden nahe an seine persönliche Bestleistung kam, sowie Andrea Mayr im Hindernislauf. Bei einem Sturz nach dem Wassergraben hat sie sich die Achillessehne überdehnt. Andrea Mayr, die ja selbst Medizinerin ist, ist derzeit in ärztlicher Behandlung, sieht ihre Starts bei der Berglauf-EM am 10. Juli und bei der Weltmeisterschaft in Helsinki aber nicht gefährdet. Ein neuer, alter Mann im Team war Gregor Högler. Nach Studienabschluss und ohne Verletzungen hat der Anfang 2003 zurückgetretene Speerwerfer den Kopf wieder frei. Das Niveau von früher (ÖLV-Rekord 84,03 Meter) wird der 33-Jährige wohl nicht mehr erreichen, die Europameisterschaft 2006 in Göteborg könnte aber ein Thema werden. Aus Betreuerkreisen

wurde allerdings verlautbart, dass Gregor Högler nach dem Europacup wieder mit Schmerzen in der lädierten Schulter zu kämpfen hatte.

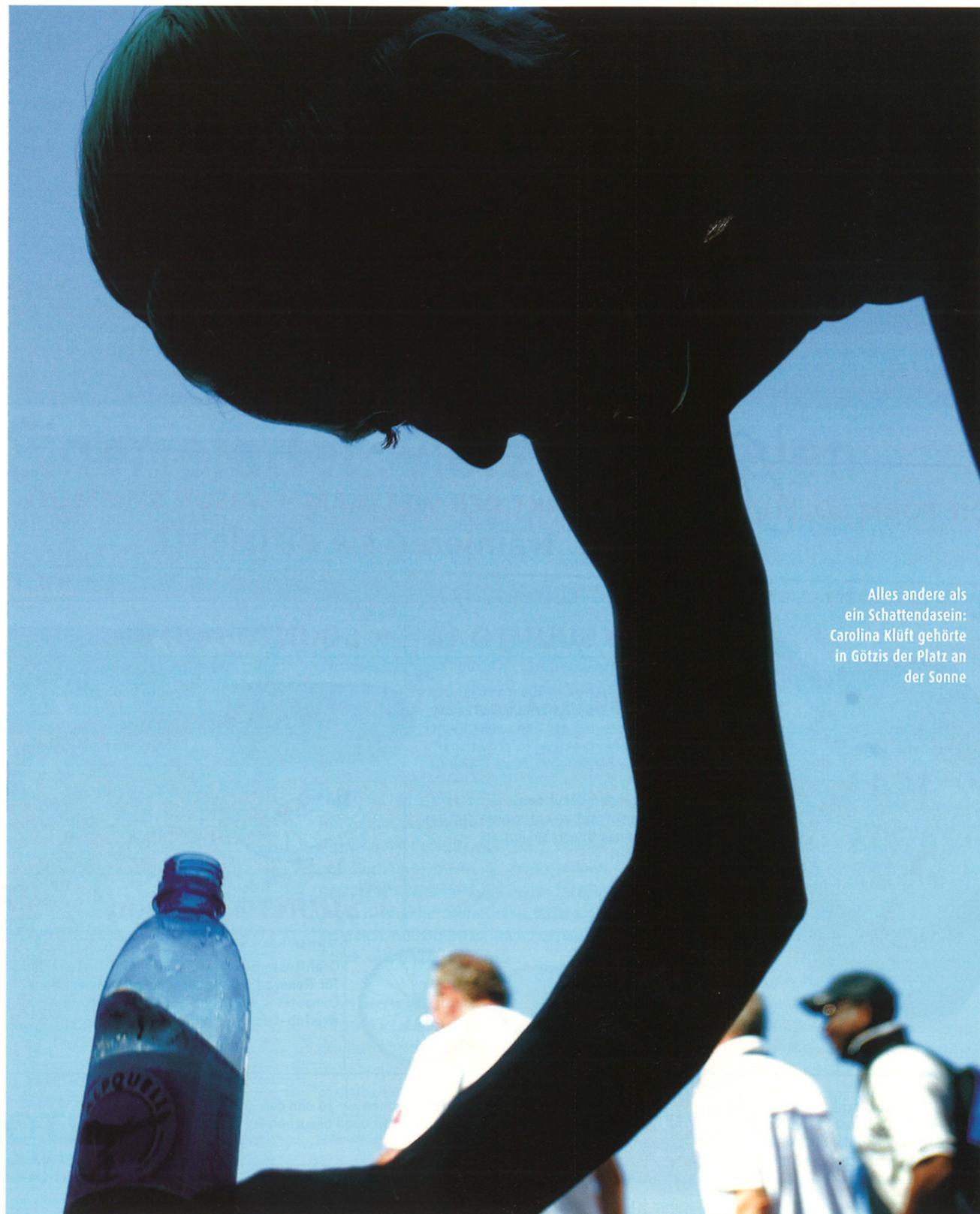
Die Leistungen der Springer wurden von stark wechselndem Wind meist negativ beeinflusst, sehr viele Athleten hatten Probleme mit diesen Bedingungen. Schwächen in einzelnen Disziplinen waren freilich erkennbar, letztlich kommt es im Europacup auf die Ausgeglichenheit an. „Der Aufstieg der Männer freut mich sehr“, resümiert Gruber. „Schade aber, dass wir nächstes Jahr wieder an verschiedenen Orten starten werden, das ganze Team hat von der Gruppendynamik und der gegenseitigen Unterstützung profitiert.“

DIE FORM SOLLTE ZUM HÖHEPUNKT DER WETTKAMPFSAISON STIMMEN!
.....trainieren sie effizient?

<p>PRODUKT</p>  <p>MODELL</p> <p>◀ SUUNTO t6</p> <p>VORTEILE / FUNKTIONEN</p> <p>Der neue Suunto t6 ist der erste Wristop-Computer der ihnen mit der Genauigkeit einer Laborauswertung Informationen über die Effektivität ihres Trainings liefert. Er hilft ihnen damit den Trainingseffekt zu optimieren und das Risiko eines Übertrainings zu vermeiden.</p>	<p>PRODUKT</p>  <p>MODELL</p> <p>▼ SUUNTO FOOT POD</p> <p>VORTEILE / FUNKTIONEN</p> <p>Exakte und verlässliche Geschwindigkeits- und Distanzmessung. Drahtloses Zusatzgerät zum Suunto t6 Wristop-Computer.</p>
<p>PRODUKT</p>  <p>MODELL</p> <p>▼ SUUNTO BIKE POD</p> <p>VORTEILE / FUNKTIONEN</p> <p>Drahtloser Geschwindigkeits- und Distanz-Sensor für Rennrad und Mountainbike. Aktiviert Bike-Computer-Funktionen auf dem Suunto t6 Wristop-Computer.</p>	<p>IHR SUUNTO HÄNDLER</p> <p>Suunto WTC und Zusatzgeräte sind im gut sortierten Fachhandel erhältlich. Den nächstgelegenen Händler können sie unter www.suunto.com checken.</p> <p>EMPFÖHLEN VON</p>  <p>FÜR MEHR INFORMATIONEN</p> <p>Für detailliertere Informationen zur t6 und den Zusatzgeräten mit deren Funktionen besuchen sie www.suunto.com.</p> <p>VON</p> <p>SUUNTO REPLACING LUCK.</p>

Ein (Mehr)Kampf gegen die Hitze

HOCHSOMMERLICHE TEMPERATUREN VERLANGTEN DEN KÖNIGINNEN UND KÖNIGEN DER LEICHTATHLETIK IN GÖTZIS ALLES AB. GEWONNEN HABEN WIEDER EINMAL DIE ÜBLICHEN VERDÄCHTIGEN: CAROLINA KLÜFT UND ROMAN SEBRLE. ROLAND SCHWARZL LÖSTE KNAPP DAS WM-TICKET. BEI DEN FRAUEN WAR KEINE ÖSTERREICHERIN AM START.



Alles andere als ein Schattendasein: Carolina Klüft gehörte in Götzis der Platz an der Sonne

DAS WAR EIN HARTES STÜCK ARBEIT für die Helden der Leichtathletik-Stadien. Der Wettergott hatte es am Götzis-Wochenende gar zu gut mit den hochsommerlichen Temperaturen gemeint. Umso erstaunlicher, dass das Niveau des Meetings dennoch kaum darunter litt und etliche persönliche Bestleistungen zu verzeichnen waren. Keine Überraschung gab es bei den Siegern. Hier könnte man in Anlehnung an eine alte Fußballweisheit sagen: „Ein Siebenkampf dauert sieben Bewerbe, ein Zehnkampf zehn und am Ende gewinnen immer die Klüft und der Sebrle.“ So war es natürlich auch diesmal.

DIE BLONDE KÖNIGIN

Bei den Frauen war von Anfang an alles klar. Olympiasiegerin Carolina Klüft stellte einmal mehr unter Beweis, dass sie unter normalen Umständen im Siebenkampf nicht zu schlagen ist. Mit 13,15 Sekunden über die 100 Meter Hürden startete die Schwedin gleich mit einer persönlichen Bestleistung in den Bewerb. Als sie dann im Hochsprung ihren Rekord (1,94 m) egalisierte, machte man sich in Götzis schon auf einiges gefasst. Leider wurde Klüft durch eine Handverletzung beim Kugelstoß gehandicapt. Die Chance auf einen möglichen Europarekord war somit vertan. Dennoch bedeutete das mit 4.054 Punkten die überlegene Führung nach dem ersten Tag. Und das, obwohl Kelly Sotherton zu bestechender Form auflief.

Die Britin begann ebenfalls mit Bestleistung über die Hürden (13,27 Sekunden) und egalisierte ihren Hochsprungrekord (1,85 m). Im Gegensatz zur Schwedin konnte sie sich dann auch noch im Kugelstoß (13,84 m) verbessern. Das bedeutete mit 3.911 Punkten eine neue persönliche Zwischenbestmarke und den zweiten Platz nach dem ersten Tag.

Nach einer Österreicherin suchte man in der Startliste vergeblich. Elisabeth Plazotta ist nicht fit, die anderen Siebenkämpferinnen sind (noch) nicht stark genug für einen Auftritt in Götzis.

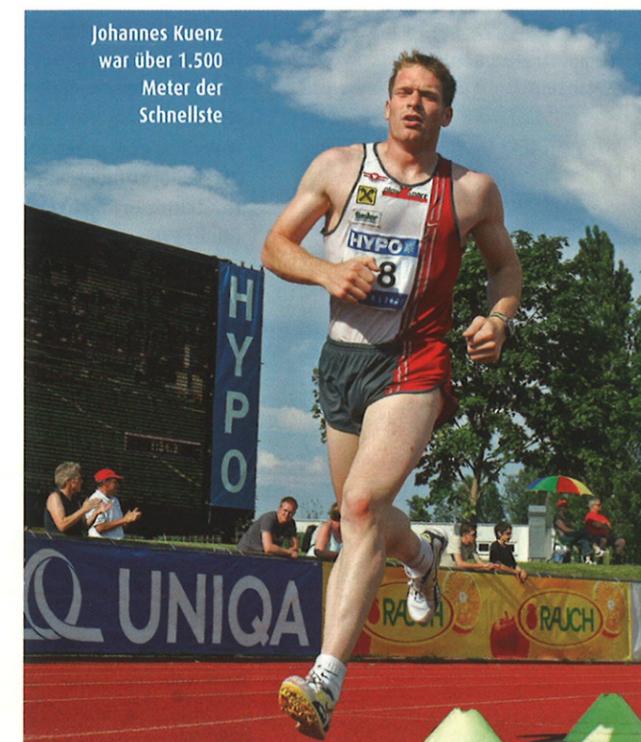
DER MEISTER KRÄNKELT

Bei den Männern ist nach dem ersten Tag nicht Weltrekordler Roman Sebrle in Front, sondern der Russe Aleksandr Pogorelow, der sich vor allem in den Sprintbewerben sehr stark zeigt. Seine 4.398 lassen für den zweiten Tag auf eine neue persönliche Bestleistung hoffen. Roman Sebrle hat in den ersten fünf Bewerben mehr mit sich als seinen Gegnern zu kämpfen. Leichtes Fieber macht dem Olympiasieger zu schaffen. Umso erstaunlicher, dass er mit nur fünf Punkten Rückstand auf Pogorelow auf dem zweiten Rang liegt. Dritter ist mit 4.366 Punkten der Ungar Attila Zsivotzky, Trainingspartner von Sebrle.

Pech hatte der US-Amerikaner Brian Clay. Der vermeintlich größte Konkurrent von Sebrle verhaute den Weitsprung total und hatte keine Chance mehr auf den Sieg. Irgendwie hatte man danach bei den Männern den Eindruck, dass die „Luft draußen“ war. Aufgrund seiner Schwäche am zweiten Tag traute kaum jemand Pogorelow den Sieg zu.

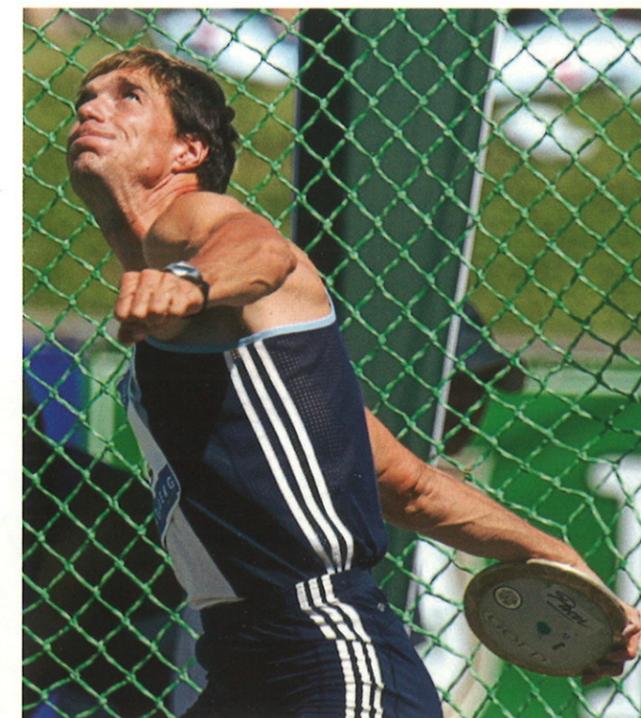
Für einen Großen der Mehrkampfszene bedeutete Götzis möglicherweise den Abschied vom Spitzensport. Ex-Weltrekordler Tomas Dvorak musste nach drei Bewerben das Handtuch werfen. Hier dürfte sich das Ende einer großen Karriere abzeichnen.

Zufrieden konnte Roland Schwarzl nach dem ersten Tag sein. Mit 4.097 Punkten lag er auf WM-Limit-Kurs. Nicht ganz nach Wunsch lief es für den zweiten Österreicher, Johannes Kuenz. Er patzte beim Kugelstoß und im Hochsprung. >



Johannes Kuenz war über 1.500 Meter der Schnellste

„Jetzt kann ich mich in Ruhe auf Helsinki vorbereiten.“ Roland Schwarzl, nachdem er, noch lange nicht in Hochform, das WM-Limit um 25 Punkte übertroffen hatte



Zweiter in Götzis: Attila Zsivotzky (HUN), Trainingspartner von Roman Sebrle

ERGEBNISSE

Mehrkampf-Meeting Götzis,
28./29. Mai 2005

Zehnkampf:

1. Sebrle Roman (CZE)	8.534
100 m - Weit - Kugel - Hoch - 400 m - 110 m Hü.	
11,06 - 7,85 - 15,36 - 2,06 - 49,17 - 14,50	
Diskus - Stab - Speer - 1.500 m	
47,77 - 4,80 - 66,57 - 4:33,74	
2. Zsivotzky Attila (HUN)	8.480
10,90 - 7,15 - 15,96 - 2,15 - 49,46 - 14,63 -	
47,90 - 4,90 - 62,79 - 4:31,89	
3. Pogorelow Aleksandr (RUS)	8.429
10,91 - 7,64 - 16,03 - 2,09 - 50,16 - 14,14 -	
48,44 - 5,10 - 58,23 - 4:55,90	
4. Qi Haifeng (CHN)	8.290
10,87 - 7,40 - 13,41 - 2,03 - 48,72 - 14,63 -	
48,57 - 4,70 - 64,53 - 4:32,02	
5. Barras Romain (FRA)	8.185
11,32 - 7,26 - 14,54 - 2,00 - 49,24 - 14,44 -	
43,95 - 4,90 - 65,84 - 4:31,52	
6. Martineau Eugene (NED)	8.114
10,96 - 7,39 - 13,80 - 2,03 - 49,25 - 15,01 -	
41,89 - 5,00 - 61,82 - 4:34,69	
7. Niklaus André (GER)	8.074
11,06 - 7,35 - 14,14 - 2,03 - 49,37 - 14,61 -	
42,36 - 4,80 - 59,92 - 4:33,58	
8. Schwarzl Roland (AUT)	7.975
11,09 - 7,44 - 14,48 - 1,97 - 50,28 - 14,70 -	
46,15 - 4,80 - 54,71 - 4:37,96	
9. Clay Bryan (USA)	7.961
10,51 - 5,54 - 15,20 - 2,00 - 48,52 - 13,94 -	
49,88 - 4,90 - 67,02 - 5:22,82	
19. Kuenz Johannes (AUT)	7.120
11,36 - 6,82 - 11,82 - 1,82 - 49,58 - 15,28 -	
41,51 - 4,10 - 46,19 - 4:20,76	

Siebenkampf:

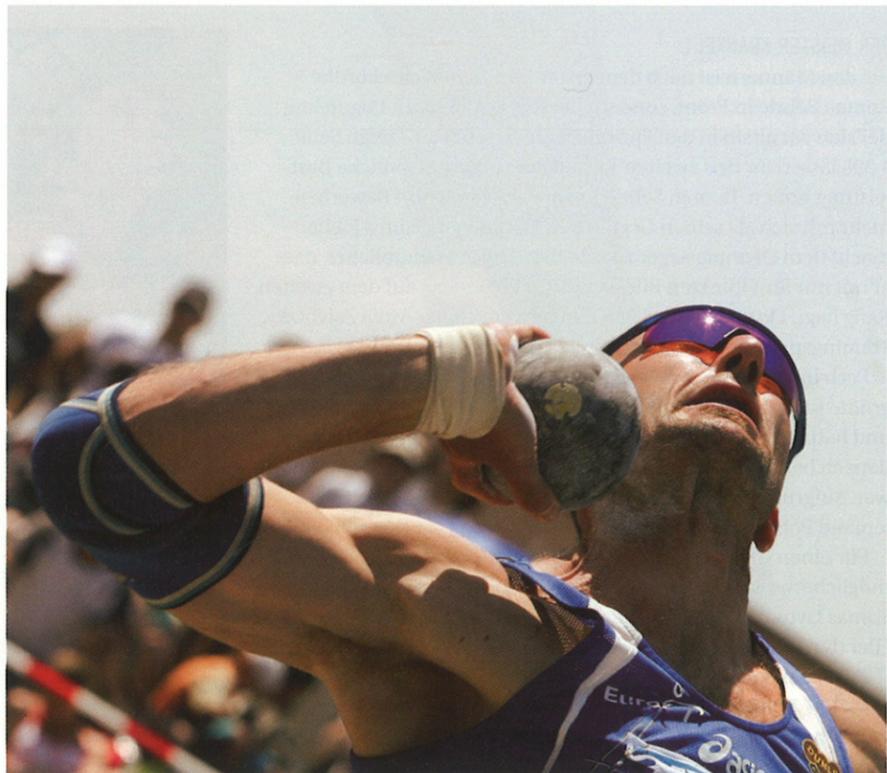
1. Klüft Carolina (SWE)	6.824
100 m Hü. - Hoch - Kugel - 200 m - Weit - Speer	
13,15 - 1,94 - 13,33 - 23,34 - 6,68 - 44,08	
800 m	
2:10,46	
2. Sotherton Kelly (GBR)	6.547
13,27 - 1,85 - 13,84 - 23,77 - 6,67 - 37,21 -	
2:10,29	
3. Fountain Hyleas (USA)	6.502
13,09 - 1,88 - 12,13 - 23,87 - 6,67 - 46,90 -	
2:22,81	
4. Simpson Margaret (GHA)	6.423
13,41 - 1,85 - 13,01 - 24,55 - 6,32 - 52,71 -	
2:21,71	
5. Skujiyte Austra (LTU)	6.386
14,16 - 1,82 - 16,92 - 25,22 - 6,12 - 48,79 -	
2:18,32	

DRITTER STREICH FÜR CAROLINA

Der zweite Tag war bei den Frauen praktisch nur noch Formsache. Carolina Klüft beherrschte ihre Gegnerinnen auf eine Art und Weise, dass man ihr fast zutraute, trotz eines Missgeschicks à la Brian Clay im Weitsprung noch gewinnen zu können. Ihr dritter Erfolg in Götzis stand daher auch nie in Frage. Zweite wurde die Britin Kelly Sotherton, die nach einem starken Wettkampf mit 6.547 Punkten eine neue persönliche Bestleistung zu Buche stehen hatte. Und das, wie gesagt, trotz hochsommerlicher Temperaturen im Mösl-Stadion.



Die Britin Kelly Sotherton wurde mit neuem persönlichem Rekord Zweite im Siebenkampf (oben). Zum letzten Mal in Götzis am Start? Nach drei Disziplinen verletzt, Ex-Weltrekordler Tomas Dvorak (unten).



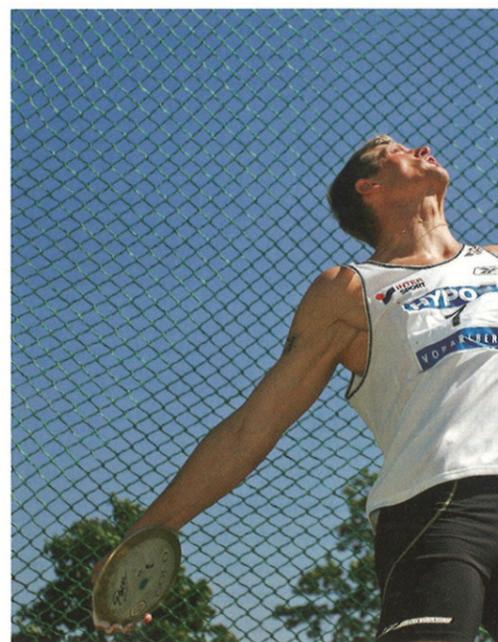
Bei den Männern ließ Roman Sebrle in der zweiten Halbzeit nichts anbrennen. Die Schwächen von Aleksandr Pogorelow im Speerwurf und im 1.500er waren einfach zu eklatant. Der Russe schaffte mit 8.429 Punkten wohl eine deutliche Steigerung seiner Bestleistung, musste sich aber dennoch mit dem dritten Rang hinter Attila Zsivotzky (8.480 Punkte) begnügen.

Roland Schwarzl löste wie erwartet das Ticket für Helsinki. Mit 7.975 Punkten übertraf er das Limit um 25 Punkte. Nach dem Stabhochsprung (nur 4,80 m) war er etwas hinter seinem Plan zurück und musste über

die 1.500 Meter noch einmal ordentlich „angasen“. Schwarzl nach dem Rennen: „Eine Runde vor Schluss hat mir mein Trainer zugerufen, dass ich zu langsam bin. auf den letzten 200 Metern habe ich daher noch einmal alles aus meinem Körper herausgeholt und es hat Gott sei Dank fürs Limit gereicht.“ Johannes Kuenz lief wohl die beste Zeit über 1.500 Meter (4:20,76) und erzielte damit persönliche Bestleistung, die Norm für die U23-EM verfehlte er dennoch um 80 Punkte.

KEIN ZEHNKAMPFTEAM IM EUROPACUP

Dass nur zwei Österreicher in Götzis am Start waren, lag übrigens nicht daran, dass die anderen



Roland Schwarzl schaffte dank guter Wurfleistungen das Limit für die WM in Helsinki

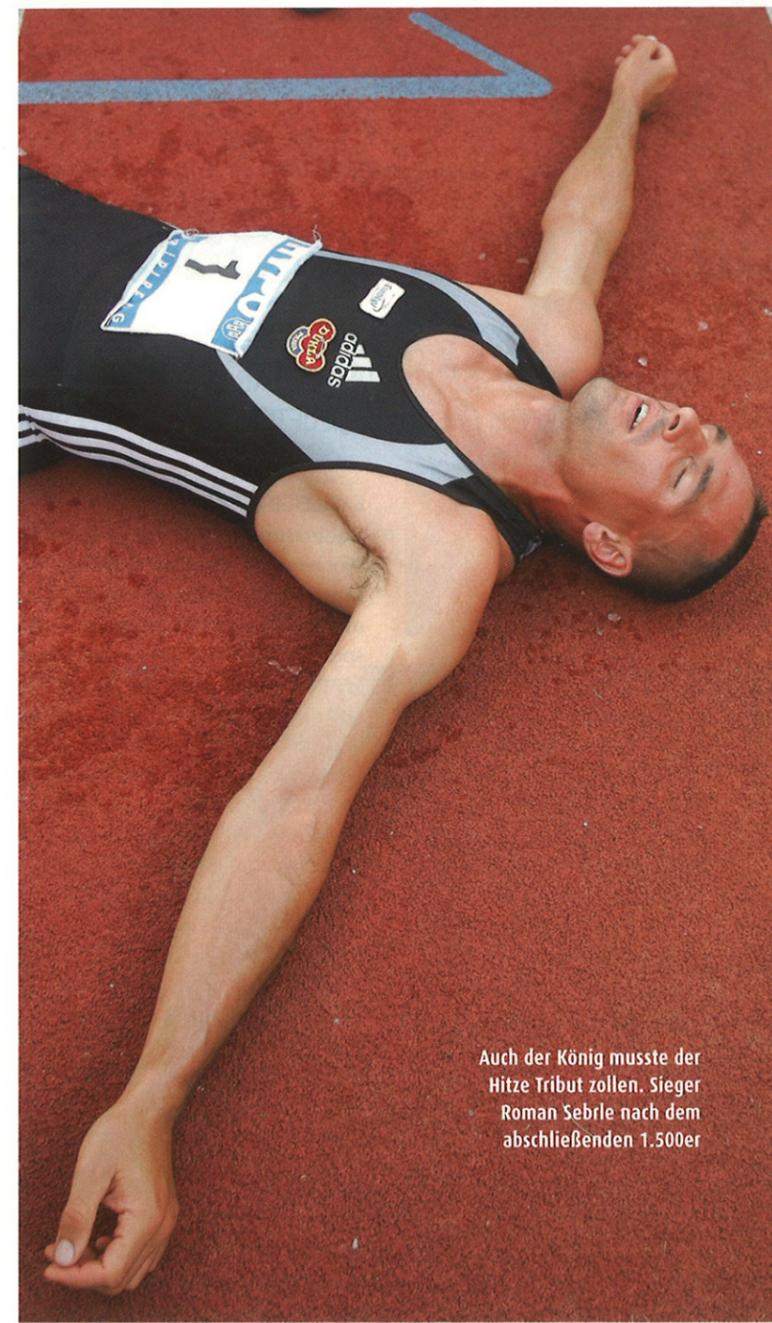


Trotz Schwächen in den abschließenden Bewerben neue Bestleistung für den Russen Aleksandr Pogorelow

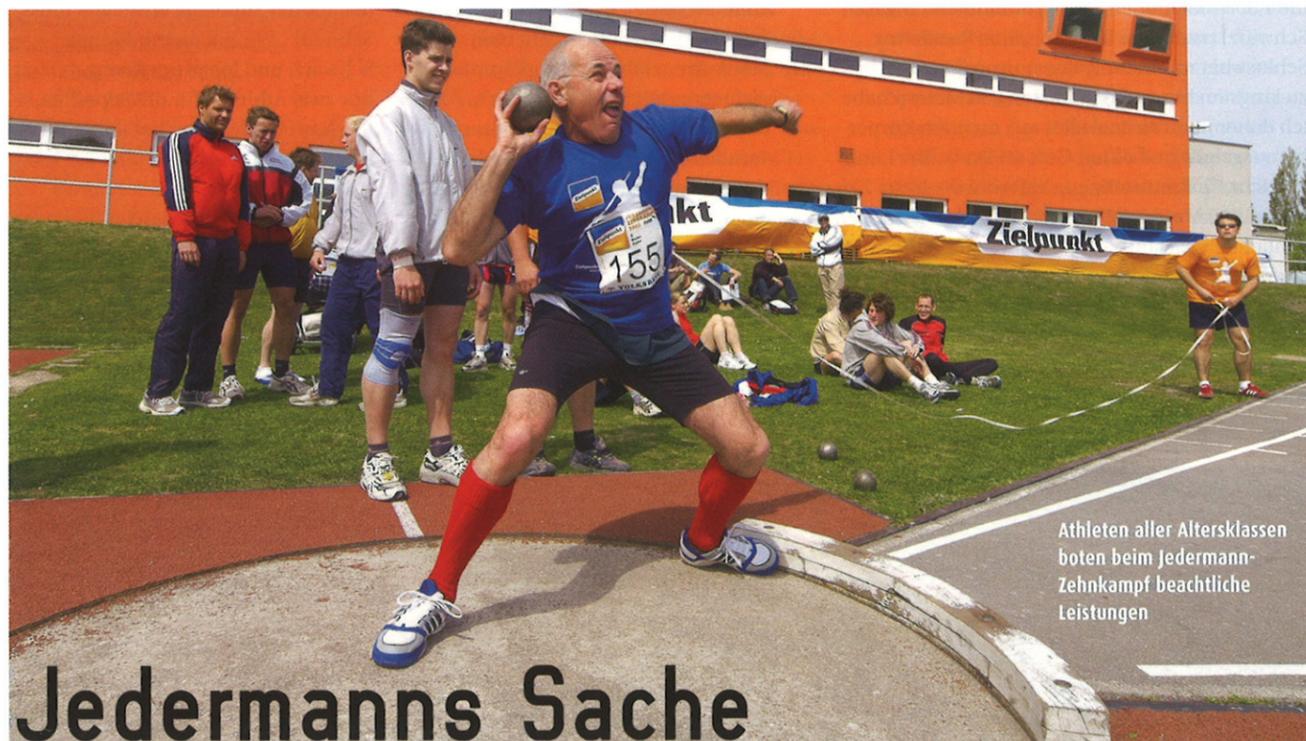
Athleten keine Lust hatten, sondern dass wir derzeit über nicht mehr „konkurrenzfähige“ Mehrkämpfer verfügen. „Mit Klaus Ambrosch, Thomas Tebbich und den Walser-Brüdern haben auf einen Schlag gleich vier unserer stärksten Mehrkämpfer ihre Karriere beendet“, erzählt ÖLV-Mehrkampf-Trainer Sepp Schmidl frustriert. Dies hat leider auch zur Folge, dass Österreich Anfang Juli beim Europacup der Mehrkämpfer in Bydgoszcz/Polen kein Zehnkampf-Team stellen kann und somit kampfflos wie-

der aus der Superliga absteigen muss. Schmidl: „Wir haben mit Roland Schwarzl und Johannes Kuenz derzeit nur zwei Athleten für die Superliga. Ein Antreten in Polen hat daher für uns überhaupt keinen Sinn.“

Roland Schwarzl und Johannes Kuenz waren stattdessen im Juni beim Meeting in Ratingen/GER am Start. Schwarzl absolvierte aus Trainingsgründen nur die ersten vier Disziplinen, Kuenz produzierte im Stabhochsprung einen Salto Nullo und muss die U23-EM endgültig abschreiben.



Auch der König musste der Hitze Tribut zollen. Sieger Roman Sebrle nach dem abschließenden 1.500er



Athleten aller Altersklassen boten beim Jedermann-Zehnkampf beachtliche Leistungen

Jedermanns Sache

DER WELTGRÖSSTE ZEHNKAMPF FAND AUCH HEUER IN DER SÜDSTADT STATT. 526 TEILNEHMER KRÖNTEN SICH AM PFINGSTWOCHESENDE ZU DEN KÖNIGEN UND KÖNIGINNEN DER LEICHTATHLETIK. UND ROLAND SCHWARZL WÄRMTE SICH BEI SEINEM ERSTEN FREILUFTSTART MIT EINEM DREIKAMPF FÜR DEN KLASSIKER IN GÖTZIS AUF.

ERGEBNISSE

Jedermann-Zehnkampf in der Südstadt 15. und 16. Mai 2005

IAAF-Wertung Männer

1. Lukasz Placzek (POL)	7.348
2. Michal Modelski (POL)	7.304
3. Vit Zakoucky (CZE)	6.811
4. Christopher Schiefermayer (Linz)	5.854

Jedermann Männer

1. Thomas Stoll (Wien)	5.652
2. Marco Haizinger (Zwentendorf)	5.121
3. Marian Maybach (Wien)	5.019
4. Reinhard Pock (Wien)	4.866
5. Günter Seiringer (Zipf)	4.839

Jedermann Frauen

1. Dana Rockstroh (Wien)	4.940
2. Marit Behrens (GER)	4.530
3. Martina Stacherl (Wien)	3.976
4. Maria Rath (Weidling)	3.915
5. Sonja Luszczak (Wien)	3.773

DAS LEICHTATHLETIKSTADION DER SÜDSTADT

war im Juni wie schon im Vorjahr für ein Wochenende Heimstätte für alle Mehrkämpfer, die sich beim Zielpunkt Jedermann-Zehnkampf in zehn Disziplinen sportlich nach der Decke strecken wollten. 526 Teilnehmer, in erster Linie Hobbysportler, machten den Event auch heuer zum weltgrößten Zehnkampf. Darunter auch 160 Kinder, die in einem adaptierten Mehrkampf antraten. Diese und andere Tatsachen verliehen der Königsdisziplin der Leichtathletik in der Südstadt einmal mehr das Attribut „olympisch“.

POLE PLACZEK SCHAFFT U23-EM-QUALI

Herausragend war sicherlich die Leistung des Polen Lukasz Placzek, der mit 7.348 Punkten die IAAF-Wertung gewann und sich mit dieser Marke auch für die U23-Europameisterschaften qualifizieren konnte. Der 22-jährige Athlet aus Danzig überbot dabei das geforderte Limit um beachtliche 148 Punkte. Sein Landsmann Michal Modelski klassierte sich mit 7.304 Punkten in der Endabrechnung auf Platz zwei. Dritter wurde der Tscheche Vit Zakoucky mit 6.811 Punkten.

ROLAND SCHWARZL WÄRMTE SICH AUF

Auch Top-Star Roland Schwarzl machte dem Event seine Aufwartung. „Solche Wettkämpfe mag ich gerne, da die Zuschauer nah den Anlagen sind und die Stimmung für den Athleten spürbar wird“, sagte der Hallen-EM-Bronzene und Olympia-10. von Athen. Schwarzl gab bei seinem ersten Outdoor-Antritt bei einem Dreikampf am Ende des Zehnkampf-Wochenendes eine Kostprobe seines Könnens. Mit 15,08 Sekunden über 110 m Hürden, 46,74 m im Diskuswurf und 4,80 m im Stabhochsprung ließ er den Tschechen Josef Karas klar hinter sich.

HOBBYSPORTLER SCHLUGEN SICH GUT

Auch die Hobbyzehnkämpfer sorgten für Highlights. Bemerkenswert die Leistungen von Bil Marinkovic, der mit 49,47 m neuen Weltrekord im Speerwurf in der Klasse der Blinden aufstellte. Der 80-jährige Walter Reidinger stellte mit 18,83 sek über 100 m und 95,54 sek über 400 m jeweils neue österreichische Rekorde in der Klasse der über 80-Jährigen auf. Der 74-jährige Hermann Andrecs beeindruckte mit einem Stabhochsprung über 2,55 m (Österreichischer Rekord M70).

Eine Aktion erobert Österreich

MIT DEM VERKAUF VON ROT-WEISS-ROTEN „GO FOR GOLD“-ARMBÄNDERN WILL DIE SPORHILFE DEM HEIMISCHEN SPORTNACHWUCHS HELFEN. NUN WURDEN NAMHAFTE PARTNER AN BORD GEHOLT: BUNDESPRÄSIDENT HEINZ FISCHER ÜBERNAHM DIE SCHIRMHERRSCHAFT, DIE BÄCKEREI STRÖCK STIEG ALS NEUER SPONSOR GROSS EIN.

STARTSCHUSS WAR DER CHAMPIONS-LAUF.

Wie jedes Jahr in der Woche vor dem Vienna City Marathon lud die heimische Sporthilfe zum Championslauf in den Wiener Stadtpark. Und wie jedes Jahr war die Crème de la Crème aus Sport, Wirtschaft, Politik und Kultur dabei, um eine 800 m lange Runde zu drehen. Die Staffelteams bestanden aus vier Läufern und es gab eindeutige Sieger.

INTERSPORT-TEAM WAR DAS SCHNELLSTE

Das Quartett von Intersport war an diesem 17. Mai nicht zu biegen. Kein Wunder bei den Größen, die ins Rennen gingen: Ex-Sprint-Ass Andi Berger, Ex-Topläuferin Steffi Graf, Zehnkampf-Profi Roland Schwarzl, dazu Intersport-XL-Geschäftsführer Andreas Hanreich. Ihre Siegerzeit: 7:35,0 Minuten. Abgeschlagen waren die zweitplatzierte Staffel ULI (7:59,0) und die Dritten Raiffeisen Zentralbank (8:03,0).

Es gab aber noch eine andere Wertung, die der gleichmäßigsten Laufstaffel mit der geringsten Abweichung von der Durchschnittszeit über 4 x 800 Meter. Hier gewann Wien Energie in der Besetzung Thomas Irschik, Harry Walek, Peter Linzner und Surf-Olympiasieger Christoph Sieber. Schnellster Einzelläufer war Günther Weidlinger (2:16,3 Minuten) vor Andi Berger (2:27,9) und Sebastian Fisar (2:29,1).

STRÖCK ALS NEUER STARKER PARTNER

Wichtiger als die sportliche Leistung war aber der Umstand, dass beim Championslauf der Startschuss zur großen Go for Gold-Aktion erfolgte. Ziel ist es, möglichst viele Armbänder um nur 2 Euro zu verkaufen, um damit gemäß dem Motto „Mehr Erfolg für Österreich“ dem heimischen Nachwuchs helfen zu können. Erhältlich sind die Bänder in allen Filialen von McDonald's und Intersport sowie über die Internet-Homepage www.goforgold.at. Zusätzlich konnte die Sporthilfe mit der Bäckerei Ströck einen neuen starken Partner gewinnen. „Es war uns ein Anliegen, neben arrivierten Sportstars der heimischen Szene im Sinne der Langfristigkeit

auch für den Nachwuchs aktiv zu werden.

Mit der Sporthilfe haben wir da einen optimalen Partner“, so die engagierte Geschäftsführerin Irene Ströck. Erste gemeinsame Aktion: Noch bis 17. Juli werden in den 46 Ströck-Filialen in Wien spezielle „Go for Gold“-Lunchbags angeboten, von denen ein Umsatzanteil in den Fördertopf der Sporthilfe fließt. Außerdem wurden die FilialmitarbeiterInnen mit Go for Gold-Armbändern ausgestattet – als sichtbares Zeichen der Zusammenarbeit.

Auch Sporthilfe-Boss Toni Schutti appelliert an die Hilfsbereitschaft der Österreicher: „Mit diesem Programm gibt es erstmals für alle die Möglichkeit, sich aktiv an der Förderung zu beteiligen. Setzen Sie ein Zeichen!“

BUNDESPRÄSIDENT ALS SCHIRMHERR

Wie es Bundespräsident Heinz Fischer schon getan hat. Er übernahm die Schirmherrschaft über die Go for Gold-Aktion. „Ich begrüße alle Aktivitäten, die dazu beitragen, Sportlerinnen und Sportler unseres Landes tatkräftig zu unterstützen“, so das Staatsoberhaupt bei der Präsentation.



Go for Gold: UHBP Heinz Fischer mit den Schwimmerinnen Jukic und Nadarajah (o.), Bäckerei-Chefin Irene Ströck (u.), Lisa Leutner



Champions for Gold: Sprinter Andi Berger (Intersport-Marketing), Sporthilfe-Boss Toni Schutti, Andreas Hanreich (Leiter Intersport XL Hagenbrunn), Laufikone Steffi Graf, Zehnkämpfer Roland Schwarzl

Eine klare Sache für die Favoriten

KEINE ÜBERRASCHUNGEN GAB ES BEI DER STAATSMEISTERSCHAFT ÜBER 10.000 METER IN SALZBURG. BEI DEN MÄNNERN SIEGTE GÜNTHER WEIDLINGER MÜHELOS VOR MARTIN STEINBAUER UND FLORIAN DÜRR. BEI DEN FRAUEN LIEF SUSANNE PUMPER WIE EIN UHRWERK IM ALLEINGANG ZU EINEM NEUEN ÖSTERREICHISCHEN REKORD.

EIN LOCKERER TRAININGSLAUF sei das gewesen, mehr nicht, meinte Günther Weidlinger nach seinem überlegenen Sieg bei der Staatsmeis-

terschaft über die 10.000 Meter. Umso erstaunlicher, da der Oberösterreicher zuvor schon die 3 x 1.000 Meter mit seinem Verein SU IGLA long life gewonnen hatte (siehe Seite 24).

Bei – trotz Regen – guten Verhältnissen sorgten zunächst der LCC-Athlet Martin Steinbauer und Florian Dürr (SVSG Lunz am See) für das Tempo. Als Weidlinger dann auf die Pace drückte, konnte Steinbauer noch eine Zeit lang folgen, musste dann aber die Dominanz von Weidlinger (29:22,97) anerkennen. Eine starke Leistung bot Florian Dürr, der in 29:57,41 fünf Sekunden hinter Martin Steinbauer (29:52,37) Dritter wurde. Den vierten Rang belegte in einem einsamen Rennen der Jüngste des Feldes, Florian Prüller (Jg. 83). Mit 30:26,99 verfehlte der Steirer diesmal das Limit für die U23-EM in Erfurt zwar noch um 12 Sekunden, aber schon vier Tage später konnte er die Norm in Regensburg erbringen (30:06,68).

IM STURMLAUF ZUM REKORD

Bei den Frauen wurde das Rennen in Abwesenheit von Sandra Baumann, Andrea Mayr und Eva Maria Gradwohl zu einem von Be-

ginn an einsamen Kampf gegen die Uhr für Susanne Pumper. Die Wienerin startete zu den Meisterschaften aus dem Training für den Halbmarathon beim VCM heraus, mit ein Grund, warum sie in Straßenlaufschuhen und nicht in Spikes lief. Nach einem sehr schnellen ersten Kilometer (3:08) lief sie, von Trainer Stechemesser instruiert, ein gleichmäßiges Rennen. Schon bald war klar, dass ihre Marschtabelle auf eine Verbesserung des von ihr gehaltenen Rekords abzielte. Und so war es dann auch. Ihre Zeit von 32:12,33 Minuten war um über 37 Sekunden schneller als der von Pumper selbst gehaltene bisherige Rekord. Die zufriedene Staatsmeisterin im Ziel: „Der Rekord ist toll und zeigt mir, dass ich mich auf den Halbmarathon in zwei Wochen (22. Mai beim VCM, Anm. d. Red.) sehr gut vorbereitet habe. Meine Entscheidung, mich in Zukunft auf den HM und 2006 auf den Marathon zu konzentrieren, bleibt auch nach diesem tollen Rennen aufrecht.“

Mit einem Respektabstand von weit über vier Minuten folgten Martina Winter (Union Salzburg, 36:50,38) und Pumpers Vereinskollegin Nada Pauer (LCC Wien, 37:06,24) auf den Plätzen zwei und drei.



Strahlende Gesichter trotz Regen: Siegerin Susi Pumper (M.), die Zweite Martina Winter (L.) und Nada Pauer

Martin Steinbauer (71) sorgte lange für das Tempo. Günther Weidlinger (links) siegte letztlich aber überlegen.

ERGEBNISSE

10.000 Meter Staatsmeisterschaften Salzburg – Salzachsee, 7. Mai 2005

Männer

1. Weidlinger Günther (IGLA long life)	29:22,97
2. Steinbauer Martin (LCC Wien)	29:52,37
3. Dürr Florian (SVSG Lunz am See)	29:57,41
4. Prüller Florian (SIG Eisenwurzen)	30:26,99
5. Weger Roman (LC Villach)	30:58,33
6. Aichbauer Thomas (IGLA long life)	31:06,94
7. Heinze Florian (ULC Dornbirn)	31:25,31

Frauen

1. Pumper Susanne (LCC Wien)	32:12,33
2. Winter Martina (Union Salzburg LA)	36:50,38
3. Pauer Nada (LCC Wien)	37:06,24
4. Pichler Anita (TSV St. Georgen/Gusen)	37:24,10
5. Förster Ellen (ULC Linz Oberbank)	38:53,00
Pumper Susanne: Österr. Rekord	

Ein Fest für rote Blutkörperchen

150 BEGEISTERTE SPORTLER KÖNNEN GANZ EINFACH NICHT IRREN. IM SCHWEIZER NOBEL-KURORT ST. MORITZ ORGANISIERT LEICHTATHLETIK AUCH HEUER WIEDER EIN TRAINING IN HÖHENLAGE ALS IDEALE VORBEREITUNG FÜR DEN TRADITIONELLEN WACHAU-MARATHON IM HERBST.

BEREITS ZUM VIERTEN MAL organisiert die LEICHTATHLETIK heuer ein Höhentrainingslager im Schweizer Kurort St. Moritz. 150 begeisterte Läufer und Mountainbiker aus Österreich und Deutschland nutzten bisher die herrliche Landschaft und die idealen Bedingungen auf 1.800 m Seehöhe zur Anreicherung der begehrten roten Blutkörperchen. Und viele Teilnehmer schafften danach – zeitlich ideal abgestimmt auf den Wachau-Marathon – persönliche Bestleistungen.



Vor traumhafter Gebirgskulisse tanken die Lauf- und Radsportler Energie für die großen Herbstwettkämpfe

LAST CALL: RESTPLÄTZE NOCH FREI!

Termine

13. 8. – 20. 8. 2005
20. 8. – 27. 8. 2005
oder beide Wochen (5 % Rabatt!)

Leistungen

Leitung: Dr. Christoph Michelic (Herausgeber der LEICHTATHLETIK, LA-Lehrwart, 3 Jahrzehnte Erfahrung im Langstreckenlauf) und Mag. Wolfgang Neundlinger (Sportwissenschaftler, Leistungsdiagnostiker, LA-Trainer, MB-Lehrwart, oftmaliger steirischer Meister Mittel- und Langdistanz bzw. Cross- und Berglauf).
Odlo-Laufshirt „Team Leichtathletik“ im Wert von € 35,- im Preis enthalten.

Programm

Lauf-Ausflug zum Champfèrer See oder ins Val Roseg, „wo der Inn dem Gletscher entspringt“ (siehe Bild); Morgenlauf um den St. Moritzer See, MB-Tour auf die Corviglia (Strecke der

Herrenabfahrt bei der Ski-WM 2003, siehe Bild) oder ins Val Bever etc.; Dehnungs- und Mobilisationsübungen; Atemtechniken; Lauftechnik- und Koordinationstraining (mit Videoanalyse); Gespräche über Trainings- und Ernährungslehre, Sportmedizin, Sport und Technik etc.; Relaxen im Wellnessbereich des Hotels mit Sauna, Dampfbad, Sportmassage. Im Preis ist eine Sportmassage pro Woche enthalten.

Unterkunft & Anreise

3-Sterne-Hotel „Laudinella“ in Bad St. Moritz (www.laudinella.ch), gleich bei der LA-Anlage, moderne Standard-DZ (Partnerbörse!) oder EZ mit EZZ von € 9,-/Tag. Der Aufpreis für Superior-Zimmer beträgt € 99,-.
Anreise: Privat – wir helfen gerne und vermitteln Mitfahrgelegenheiten.

Verpflegung

Sportlergerechte Halbpension mit

Ergänzung: reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet, Enervit-Riegel und Getränke (gratis auch beim Abendessen!)

Kosten

€ 629,- pro Sportler/Woche
€ 9,- EZZ/Tag
€ 99,- Aufpreis Superior-Zimmer
5% Rabatt bei Buchung beider Wochen

Infos & Buchung

Infos über die LEICHTATHLETIK (Tel.: 0650/911 98 76, E-Mail: christoph.michellic@leichtathletik.co.at)
Buchung: P+R Reisen GmbH, Bahnhofstraße 21/2, 4050 Traun, Tel.: 07229/695 44, Fax: 07229/695 44-12, runners@runnersreisen.com

Wachau-marathon

Teilnahme (egal welche Distanz) ist für alle Trainingslager-Gäste inkludiert!



Ein Versprechen für die Zukunft

DIE LOCATION HAT DIE ATHLETINNEN UND ATHLETEN BEI DER U20-MEISTERSCHAFT BEFLÜGELT. IM GUGL-STADION, WO AM 23. AUGUST WIEDER DIE WELTKLASSE AM START IST, ÜBERZEUGTE AUCH DER HEIMISCHE NACHWUCHS MIT TOLLEN LEISTUNGEN. EINIGE REKORDE UND LIMITS ZEIGEN, DASS DER WEG IN DIE ZUKUNFT PASST.

REKORDE UND LIMITS AUF DER GUGL

Christian Röhrling, ÖLV-Bundestrainer Nachwuchs, zieht ein positives Resümee der U20-Meisterschaften: „Mit dem Schritt, ins große Gugl-Stadion zu gehen, wollten wir den Juniorenbereich aufwerten, ich denke, das ist uns gut gelungen.“ Der Nachwuchs hat es den vorbildlich arbeitenden Veranstaltern vom oberösterreichischen Verband mit guten Leistungen gedankt.

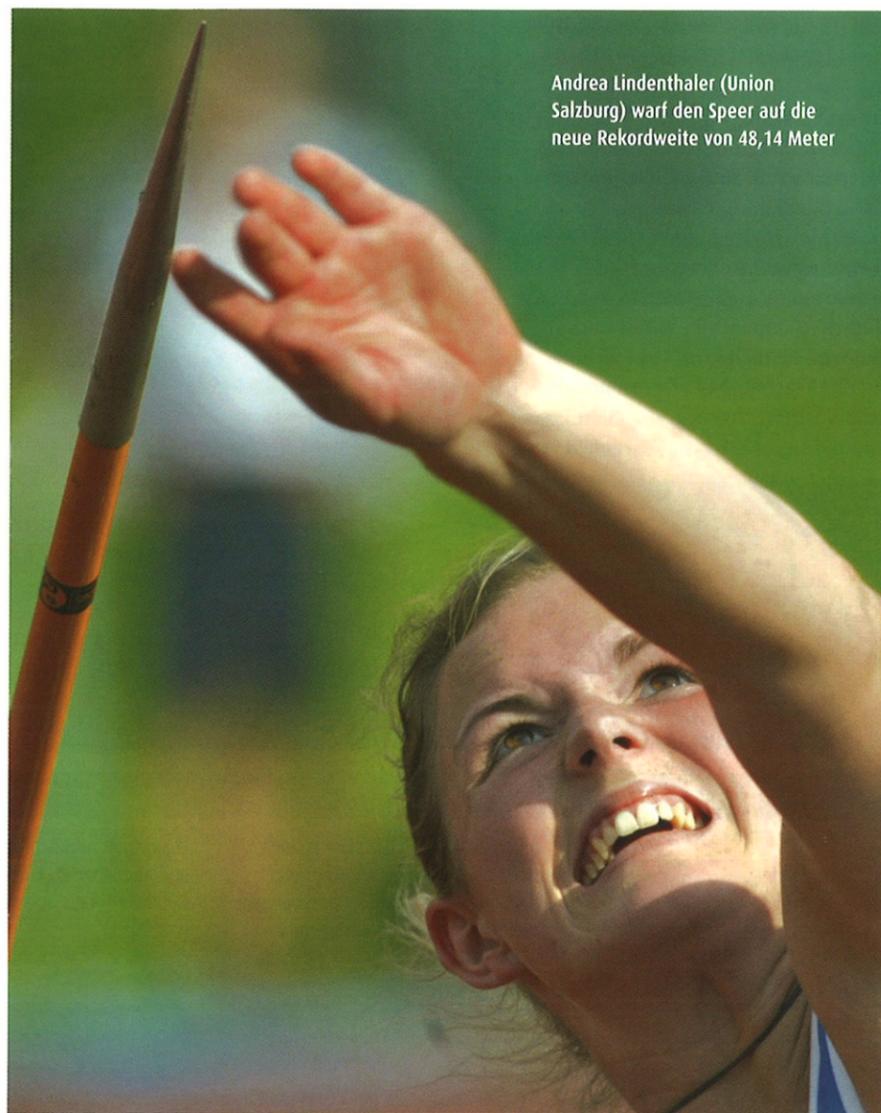
Gleich der erste Tag brachte einen österreichischen Rekord in der allgemeinen Klasse und zwei U20-EM-Limits. Andrea Lindenthaler (Union Salzburg) gewann den Speerwurf mit 48,14 Metern und verbesserte damit die Rekorde U20, U23 und allg. Klasse (bisher Sophia Bolzano, 47,97 m, 1999).

Sein bereits 3. Limit für die U20-EM in Kaunas/LIT gelang Michael Mölschl (Union Neuhofen). Er lief über 100 Meter 10,64 Sekunden und blieb damit 11/100 unter der geforderten Norm. Und im Stabhochsprung schaffte Daniela Höllwarth (LAC Amateure Steyr), exakt die notwendigen 3,80 Meter.

Auch am zweiten Tag war es wieder Michael Mölschl, der über 200 Meter mit 21,50 Sekunden die Norm für die U20-EM unterbot. Damit ist er in vier Bewerben qualifiziert: 100 m, 200 m, Weit- und Dreisprung. Mit fünf Titeln war Mölschl auch der mit Abstand erfolgreichste Athlet in Linz, er gewann neben den vier genannten Bewerben noch die 110 m Hürden.

„Am meisten hat mich die Steigerung im 100-m-Lauf gefreut, da habe ich mich heuer schon um 3/10 Sekunden verbessert. Aber ich freue mich natürlich über alle Titel“, war der Serienmeister nach seinen Erfolgen sehr zufrieden.

Bei den Juniorinnen holten sich vier Athletinnen jeweils zwei Titel: Stefanie Waldkircher (LAC Klagenfurt /



Andrea Lindenthaler (Union Salzburg) warf den Speer auf die neue Rekordweite von 48,14 Meter

Kugel und 100 m Hürden), Andrea Lindenthaler (Union Salzburg / Speer und Diskus), Melanie Idl (Union Lienz / Weit- und Dreisprung) sowie Olivia Raffelsberger (PSV Wels / 400 m und 400 m Hürden).

Einen neuen österreichischen Jugendrekord erzielte Elisabeth Eberl (Post SV Graz) mit 46,90 Meter im Speerwurf.

Klar, dass auch für Bundestrainer Christian Röhrling die Vorstellung von Michael Mölschl die herausragende Leistung war: „Er präsentiert sich derzeit in Topform.

Fünf Titel zu gewinnen und dabei die Limits in drei Bewerben in nur zwei Tagen zu erbringen, ist eine tolle Leistung. Sehr erfreulich auch der starke Speerwurf der Mädchen, wo gleich vier österreichische Rekorde von U16 bis allgemeine Klasse fielen. Weiters das U20-EM-Limit von Daniela Höllwarth und die gute Form von Stefanie Waldkircher. Mit diesen Meisterschaften haben wir sicher wieder einen Schritt in die richtige Richtung gemacht.“ Ergebnisse ab Seite 24.

Das wird ein heißer Juli

FÜR DIE NACHWUCHS-LEICHTATHLETIK WIRD DER JULI EIN EREIGNISREICHER MONAT. IN MARRAKESCH, ERFURT UND KAUNAS WERDEN INTERNATIONALE MEISTERSCHAFTEN AUSGETRAGEN. ÖSTERREICHS BESTE ATHLETEN SIND DABEI. MIT MEDAILLEN DARF MAN NICHT RECHNEN, FINALCHANCEN HABEN EINIGE.

ÜBER EIN DUTZEND junge ÖLV-Athleten haben sich bereits für die internationalen Titelkämpfe qualifiziert – bis zum Limitschluss könnten noch einige dazustoßen. „Es sind kleine, aber feine Teams. Wenn die Leute ihre Limitleistung bringen, haben sie zumindest gute Chancen, eine Runde weiterzukommen oder ein Finale zu erreichen“, so Christian Röhrling, ÖLV-Bundestrainer Nachwuchs. Das größte Kontingent mit vorerst sechs Athleten ist bei der U18-WM in Marrakesch dabei. Christian Pirmann (Kugelstoß und Diskuswurf) hat von der Papierform her auf alle Fälle Finalchancen. Auch Eva Burtscher und Harald Modl im Weitsprung sowie Elisabeth Eberl mit dem Speer könnten das schaffen. Im Siebenkampf haben Stefanie Waldkircher und Sarah Ehlers Möglichkeiten für eine Top-10-Platzierung.

Bei den Junioren ist das Feld aus heimischer Sicht noch „eher schwach bestückt“, so Röhrling. Was nichts über die Qualität der beiden für die U20-Europameisterschaft qualifizierten Athleten sagen soll. Im Gegenteil. Michael Mölschl hat sich im Weitsprung zuletzt auf tolle 7,67 Meter gesteigert und damit in Kaunas sogar Medaillenchancen. Sprinter Philipp Stanek sollte die erste Runde überstehen.

Bei der U23-Europameisterschaft in Erfurt darf man Daniel Spitzl im 1.500-m-Finale erwarten. Und wenn es auf eine schnelle letzte Runde ankommt, wird das den Tiroler nicht schrecken. Nicky Watzek, die auch 2007 noch bei der U23-EM starten kann, ist mit dem Diskus beständig geworden, das Finale ist realistisch. Auch Hürdensprinterin Lisi Maurer darf mit dem Endlauf spekulieren, während es für Jennifer Schneeberger darum geht, über 100 Meter die Zwischenrunde zu erreichen.

Bemerkenswert ist, dass auch Athleten wie Sarah Ehlers (U18) und Florian Prüller (U23), die nicht im Kader aufgenommen waren, sich für die internationalen Bewerbe qualifizieren konnten. Die 17-jährige Linzer Mehrkämpferin Ehlers konnte aufgrund einer Verletzung im Vorjahr keinen Leistungsfortschritt erzielen und hat

nun einen Teil des Versäumten aufgeholt. Prüller war in der Vergangenheit eher auf längeren Distanzen und im Straßenlauf bzw. Duathlon unterwegs. Jetzt hat der 21-jährige Großraminger auch im Stadion über die 10.000 Meter seine Fähigkeiten gezeigt.



Veronika Watzek: Die beständige Wienerin hat Finalchancen bei der U23-EM



Sprinter Philipp Stanek startet bei der U20-EM

nun einen Teil des Versäumten aufgeholt. Prüller war in der Vergangenheit eher auf längeren Distanzen und im Straßenlauf bzw. Duathlon unterwegs. Jetzt hat der 21-jährige Großraminger auch im Stadion über die 10.000 Meter seine Fähigkeiten gezeigt.

DIE ÖLV-TEAMS (STAND 23.6.2005)

U18-Weltmeisterschaft, 13.-17. Juli Marrakesch (MAR), Limit bis 26.6. möglich

Eva Burtscher (LG Montfort), Weitsprung – 5,95 m
Elisabeth Eberl (Post SV Graz), Speerwurf – 44,77 m
Sarah Ehlers (ULC Linz), Siebenkampf – 4.771 Pkt.
Stefanie Waldkircher (LAC Klagenfurt), Siebenkampf – 4.902 Punkte und Speerwurf – 45,44 m

Harald Modl (ATV Feldkirchen), Weitsprung – 7,33 m
Christian Pirmann (LAC Klagenfurt), Kugelstoß – 18,21 m und Diskus – 55,73 m

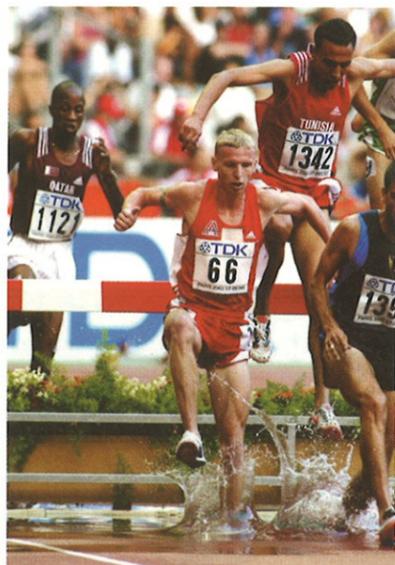
U20-Europameisterschaft, 21.-24. Juli Kaunas (LIT), Limit bis 10.7. möglich

Michael Mölschl (Union Neuhofen), Weitsprung – 7,67 m und Dreisprung – 15,30 m (i)
Philipp Stanek (Union Salzburg), 200 m – 21,70 sec

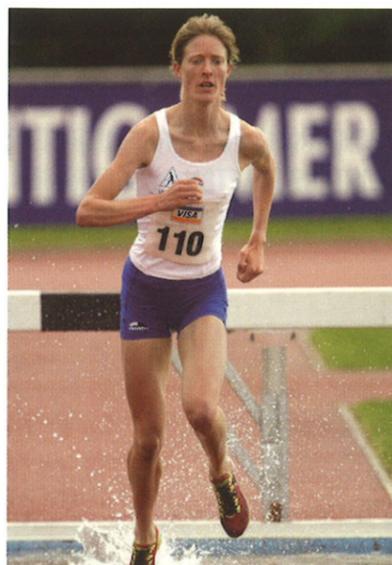
U23-Europameisterschaft, 14.-17. Juli Erfurt (GER), Limit bis 3.7. möglich

Marie Elisabeth Maurer (ÖTB Salzburg), 100 m Hürden – 13,42 sec
Jennifer Schneeberger (ÖTB ÖÖ), 100 m – 11,71 sec
Veronika Watzek (Cricket Wien), Diskus – 56,11 m

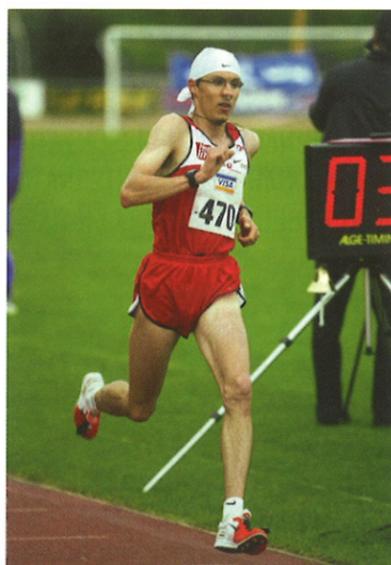
Florian Prüller (SIG Eisenwurzen), 10.000 m – 30:06,68 min
Daniel Spitzl (BSV Brixlegg), 1.500 m – 3:42,62 min



Martin Pröll hofft über 3.000 Meter Hindernis in Helsinki auf sein erstes WM-Finale



Auch das Wiener Multitalent Andrea Mayr versucht sich in Helsinki über die Hindernisse



Eben oder mit Hindernissen? Günther Weidlinger hat sich noch nicht entschieden.

Die Stufen aufs Podest sind hoch

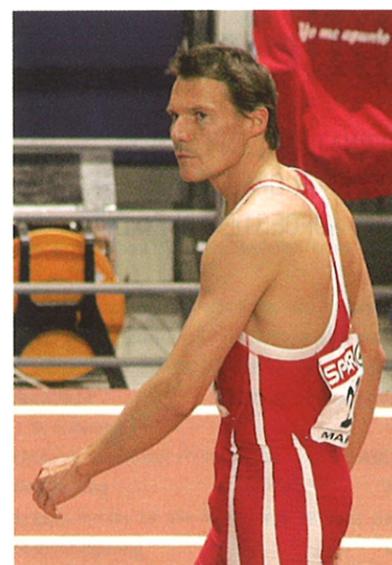
DIE WELTMEISTERSCHAFT VON 6. BIS 14. AUGUST IN HELSINKI IST DER HÖHEPUNKT DER LA-SAISON. SECHS ÖSTERREICHISCHE ATHLETEN HABEN SICH BEREITS QUALIFIZIERT. MIT EDELMETALL SPEKULIEREN SELBST DIE GRÖSSTEN OPTIMISTEN NICHT. FINALCHANCEN KANN MAN ABER EINIGEN ZUTRAUEN.



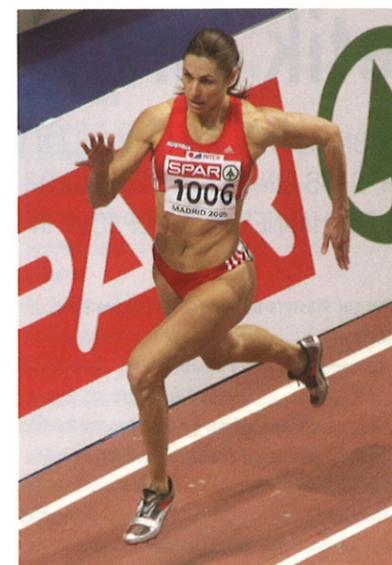
NUR KEIN FIASKO wie vor zwei Jahren in Paris, werden sich viele in Hinblick auf die anstehende Weltmeisterschaft in Helsinki denken. Ungern erinnern wir uns an die WM in der Seine-Metropole. Medaillenhoffnung Steffi Graf scheitert an einer zerbrochenen Glasflasche, Günther Weidlinger an einem Hindernis, Susanne Pumper an ihrer Nervosität und Martin Pröll an seinen Gegnern. Hürdensprinter Elmar Lichtenegger war wegen einer Verletzung erst gar nicht nach Paris gekommen. Nach der WM stellte sich heraus, dass er im Vorfeld eine positive Dopingprobe abgegeben hatte. So weit zur schlechten Vergangenheit. In Helsinki, wo 1983 zum selben Termin auch die erste LA-Weltmeisterschaft stattfand, soll alles viel besser werden.

OPTIMISMUS IST ANGESAGT

Sportdirektor Hannes Gruber ist jedenfalls davon überzeugt, dass die österreichischen Athleten im hohen Norden nicht erfrieren werden: „Wir fahren mit einem kleinen, aber feinen Team nach Helsinki. Von einer Medaille zu träumen ist vielleicht etwas



Fehlstart, nein danke! Elmar Lichtenegger möchte sich ein Schicksal à la Madrid ersparen.



200-m-Läuferin Karin Mayr-Krifka will in Helsinki noch einmal den Turbo zünden



Zehnkampf-Ass Roland Schwarzl will bei der Weltmeisterschaft hoch hinaus

verwegen, einige Finalteilnahmen sind aber sicher drin.“

Zu Redaktionsschluss dieser Ausgabe der LEICHTATHLETIK waren sechs Athleten für die WM qualifiziert. Karin Mayr-Krifka hatte schon in der Hallensaison die Norm über 200 Meter geschafft und diese dann im Freien bestätigt. In Helsinki wird Karin eine gute Auslosung und sicher auch etwas Glück brauchen. Dann ist das Finale sicher im Bereich ihrer Möglichkeiten.

Als zweiter Sprinter ist Elmar Lichtenegger mit von der Partie. Der Kärntner schafft mit 13,49 Sekunden beim Meeting in Ulm das Limit (13,60) über 110 Meter Hürden. Dass es so leicht ging, hat Lichtenegger selbst überrascht: „So ein Saison-einstieg ist mir noch nie gelungen. Da ist heuer sicher noch einiges drin.“ Auf jeden Fall das WM-Finale. Denn Fehlstart hin, Disqualifikation her, bei der Hallen-EM in Madrid war Elmar Lichtenegger sicher ein Gold-Kandidat.

FLACH ODER MIT HINDERNISSEN?

In einem zumindest für Außenstehende unerwarteten „Dilemma“ steckt Günther Weidlinger. Nach seinem Sturz bei der WM in Paris hat sich der Oberösterreicher bekanntlich entschlossen, weiteren Hindernissen aus dem Weg zu gehen und sich in Zukunft auf die 5.000 Meter zu konzentrieren. Über diese Strecke hat er sich auch mit 13:25,39 am 1. Juni für die Weltmeisterschaft qualifiziert. Am 10. Juni folgte dann aber die große Überraschung. Was

zunächst wie ein Scherz klang, stimmte wirklich: Günther Weidlinger startete beim Meeting in Kassel über 3.000 Meter Hindernis und schaffte mit seiner Zeit von 8:22,12 Minuten das WM-Limit (8:27,00). Weidlinger: „Nur meine Familie und mein Manager wussten von diesem Vorhaben. Ich wollte es über die Hindernis noch einmal wissen.“ Welche Strecke er in Helsinki laufen wird, weiß er noch nicht, keinesfalls aber beide. Im Hindernisbewerb ist die Dichte sicher geringer als auf den 5.000 Metern. Andererseits ist Weidlinger schon fünfmal bei einem Groß-Event über die Hindernisse gestrauchelt ...

Martin Pröll hingegen ist sicher auf seiner Spezialstrecke dabei. Sein Ziel ist klar: „Ich hoffe auf eine Zeit von etwa 8:15. Damit wäre mein erstes WM-Finale möglich.“

HELSINKI WIRD TOTAL COOL

Österreich wird in Helsinki auf der Hindernisstrecke noch mit einem dritten Athleten, besser Athletin, vertreten sein. Andrea Mayr schaffte ebenso wie Elmar Lichtenegger am 12. Juni in Ulm – etwas überraschend – das Limit. Ihre 9:56,78 Minuten bedeuteten zugleich auch neuen ÖLV-Rekord über diese Strecke. An ihren ersten Start bei einer Stadion-WM geht die Neomedizinerin relativ unbeschwert heran: „Das Limit hat keiner von mir erwartet, ich eigentlich auch nicht. Helsinki wird total cool. Ich habe nichts zu verlieren und werde einfach mein Rennen laufen. Erwartungen habe ich keine besonderen,

„Ich bin davon überzeugt, dass das Niveau bei dieser WM hoch sein wird trotz der angekündigten strengen Dopingkontrollen im Vorfeld.“

ÖLV-Sportdirektor Hannes Gruber glaubt, dass die Trauben für unsere Athleten in Helsinki sehr hoch hängen werden.

wenn ich ins Finale komme, wär's schön.“ Das dürfte aber doch außerhalb der Möglichkeiten des unberechenbaren Multitalents liegen.

Der Letzte im Bunde der derzeit Qualifizierten ist Zehnkämpfer Roland Schwarzl. Der Salzburger konzentriert sich in dieser Saison ganz auf die Weltmeisterschaft und hat daher in Götzis die Katze noch nicht aus dem Sack gelassen: „Ich habe noch Reserven. So um die 8.300 Punkte sollten möglich sein. Gefühlsmäßig würde ich sagen, das wäre so ein Platz zwischen sechs und zehn.“

Wenn also alles nach Wunsch klappt, werden wir nach dem 14. August lauter zufriedene Gesichter sehen.

Stadion-Athletik im Überblick

IM FOLGENDEN EIN AUSZUG AUS DEN ERGEBNISLISTEN VON NATIONALEN UND INTERNATIONALEN EVENTS DER VERGANGENEN WOCHEN. ERFREULICH, DASS EINIGE NACHWUCHSATHLETEN SICH FÜR DIVERSE GROSS-EREIGNISSE QUALIFIZIEREN KONNTEN UND DIE MÄNNER IM EUROPACUP IN DIE 1. LIGA AUFGESTIEGEN SIND.

Korrektur zur Masters-Hallen-EM im letzten Heft:

60 m Hürden

M85: 1. Emmerich Zensch 15,99 (nicht Dritter)

Österr. Staatsmeisterschaften 4 x 400 m

Österr. Meisterschaften 3 x 800 m + 3 x 1.000 m

4 x 400 m

1. ATSV Linz LA 3:57,96
Neunteufel, Anzinger, Wögerbauer, Kreiner

3 x 800 m

1. Union Salzburg
LA Strausa, Aschenberger, Baier 6:58,57

4 x 400 m

1. ULV Krems Hollensteiner, Starkl, Zeller, Hegny 3:17,52

3 x 1.000 m

1. Sportunion IGLA long life 7:39,45
Fürtauer, Kronschlager, Weidlinger

Österreichischer Cup der Bundesländer 2005 - U18

Amstetten, Umdasch-Stadion 4./5. Juni 2005

BURSCHE

100 m

1. Horvath, Michal, 88, STL 11,24

300 m

1. Reiter, Lukas, 89, SLV 36,23

1.000 m

1. Pallitsch, Raphael, 89, BLV 2:36,59

3.000 m

1. Grün, Christian, 88, NÖLV 9:12,45

100 m Hürden

1. Gulle, Christopher, 89, KLV 14,79

300 m Hürden

1. Mimler, Lukas, 88, NÖLV 38,96

2.000 m Hindernis

1. Pfeil, Valentin, 88, OÖLV 6:38,61

4 x 100 m

1. KLV BöhM, Scheicher, Gulle, Melderings 44,16

Hochsprung

1. Ableidinger, Peter, 88, NÖLV 1,89

Stabhochsprung

1. Daubinger, Patrick, 90, NÖLV 3,60

1. Mimler, Lukas, 88, NÖLV 3,60

Weitsprung

1. Distelberger, Dominik, 90, NÖLV 6,54

Dreisprung

1. Kellerer, Julian, 89, KLV 13,70

Kugelstoß

1. Pirmann, Christian, 89, KLV 17,13

Diskuswurf

1. Pirmann, Christian, 89, KLV 52,21

Hammerwurf

1. Fryc, Artur, 88, WLV 40,94

Speerwurf

1. Donner, Clemens, 88, OÖLV 47,81

MÄDCHEN

100 m

1. Thoms, Linda, 89, WLV 12,59

300 m

1. Raffelsberger, Olivia, 88, OÖLV 41,68

1.000 m

1. Leutner, Lisa-Maria, 90, WLV 2:58,86

3.000 m

1. Sichmann, Susanne, 89, OÖLV 10:53,79

100 m Hürden

1. Schrott, Beate, 88, NÖLV 14,79

300 m Hürden

1. Oberlechner, Ramona, 89, STL 45,98

4 x 100 m

1. OÖLV I 49,34

Raffelsberger, Deubl, Ecker, Egger

Hochsprung

1. Kerschner, Anita, 88, NÖLV 1,55

Stabhochsprung

1. Sperrer, Lydia, 89, OÖLV 3,30

Weitsprung

1. Ecker, Julia, 89, OÖLV 5,64

Dreisprung

1. Fellingner, Esther-Maria, 90, KLV 10,66

Kugelstoß

1. Waldkircher, Stephanie, 88, KLV 14,38

Diskuswurf

1. Waldkircher, Stephanie, 88, KLV 37,70

Hammerwurf

1. Pehböck, Martina, 88, NÖLV 47,68

Speerwurf

1. Waldkircher, Stephanie, 88, KLV 45,44

Neuer österreichischer Rekord

ÖSTERREICHISCHE U20-MEISTERSCHAFTEN 2005

25. und 26. Juni 2005 - Stadion Linz

100 m

1. Mölschl, Michael, 87, UNION Neuhofen/Krems 10,64

Limit für die U20-Europameisterschaften

200 m

1. Mölschl, Michael, 87, UNION Neuhofen/Krems 21,50

Limit für die Junioren-EM

400 m

1. Monitzer, Andreas, 87, Union Raika Lienz 49,92

800 m

1. Rapatz, Andreas, 86, VST Laas 1:52,31

1.500 m

1. Mohr, Stefan, 86, Post SV Graz 3:59,95

5.000 m

1. Grün, Christian, 88, SV Schwechat 16:15,82

110 m Hürden

1. Mölschl, Michael, 87, UNION Neuhofen/Krems 14,25

400 m Hürden

1. Monitzer, Andreas, 87, Union Raika Lienz 54,39

3.000 m Hindernis

1. Lampert, Fabian, 86, LG Montfort 9:36,53

4 x 100 m

1. SV Schwechat 43,29

Chudarek, Schönbauer, Pfeiffer, Prazak

Hochsprung

1. Rupp, Thomas, 88, DSG Wien 1,95

Stabhochsprung

1. Fuchsbichler, Christoph, 88, USA Graz Leichtathletik 3,80

Weitsprung

1. Mölschl, Michael, 87, UNION Neuhofen/Krems 7,26

Dreisprung

1. Mölschl, Michael, 87, UNION Neuhofen/Krems 15,34

Kugelstoß 6 kg

1. Pirmann, Christian, 89, LAC Klagenfurt 15,08

Diskuswurf 1,75 kg

1. Pirmann, Christian, 89, LAC Klagenfurt 49,22

Hammerwurf 6 kg

1. Sasma, Patrick, 87, SV Schwechat 46,62

Speerwurf 800 g

1. Balasch, Stefan, 87, ALC Wels 59,54

WEIBLICHE JUGEND A

100 m

1. Mrazek, Stefanie, 86, ULV Krems 12,16

200 m

1. Holzfeind, Lisa, 88, TLC ASKÖ Feldkirchen 25,03

400 m

1. Raffelsberger, Olivia, 88, PSV PREFE Wels 58,30

800 m

1. Strausa, Agatha, 89, UNION Salzburg 2:19,53

1.500 m

1. Käferböck, Simone, 86, LAC Amateure Steyr 4:41,78

5.000 m

1. Pallitsch, Esther, 8,7 Laufteam Bgl. Eisenstadt 21:35,73

100 m Hürden

1. Waldkircher, Stefanie, 88, LAC Klagenfurt 14,90

400 m Hürden

1. Raffelsberger, Olivia, 88, PSV PREFE Wels 65,39

2.000 m Hindernis

1. Eberhart, Tanja, 89, ULC Hirtenberg 7:58,58

4 x 100 m

1. ULC Linz Oberbank I 49,14

Kratzer, Steinmüller, Ecker, Ehlers

Hochsprung

1. Schuda, Claudia, 86, ÖTB Wien 1,64

Stabhochsprung

1. Höllwarth, Daniela, 87, LAC Amateure Steyr 3,80

Limit für die U20-Europa-Meisterschaften

Weitsprung

1. Idl, Melanie, 86, Union Raika Lienz 5,73

Dreisprung

1. Idl, Melanie, 86, Union Raika Lienz 11,79

Kugelstoß 4 kg

1. Waldkircher, Stefanie, 88, LAC Klagenfurt 12,96

Diskuswurf 0,75 kg

1. Lindenthaler, Andrea, 87, UNION Salzburg 42,72

Hammerwurf 4 kg

1. Siart, Julia, 86, SV Schwechat 47,20

Speerwurf 600 g

1. Lindenthaler, Andrea, 87, UNION Salzburg 48,14

Österr. Rekord in den Klassen U20, U23 und allg. Klasse.

Europacup 2. Liga 18./19. Juni 2005, Tallinn (EST)

Männer

1. Norwegen 127,5

2. Österreich 109

3. Dänemark 106

100 m: 5. Benjamin Grill 10,83

200 m: 6. Elmar Lichtenegger 22,20

400 m: 5. Ralf Hegny 47,90

800 m: 5. Matthias Kalkgruber 1:52,44

1.500 m: 1. Daniel Spitzl 3:57,97

3.000 m: 2. Martin Steinbauer 8:28,54

5.000 m: 1. Günther Weidlinger 14:09,10

110 Hü.: 1. Elmar Lichtenegger 13,82

400 Hü.: 3. Gotthard Schöpf 52,75

3.000 Hi.: 1. Martin Pröll 8:44,08

Hoch: 7. Pavel Vanicek 1,90

Stab: 2. Thomas Ager 4,60

Weit: 4. Michael Mölschl 7,36

Drei: 5. Alexander Leprich 14,68

Kugel: 3. Gerhard Zillner 18,12

Diskus: 1. Gerhard Mayer 59,25

Hammer: 5. Benjamin Siart 61,95

Speer: 5. Gregor Högl 68,72

4 x 100 m: 3. Grill, Elmar Lichtenegger, Steinbrecher, Edwin Lichtenegger 41,15

4 x 400 m: 6. Beham, Hämmerle, Hegny, Fürtauer 3:15,20

Frauen

1. Litauen 110

2. Lettland 106

3. Estland 103

4. Österreich 101,5

100 m: 1. Karin Mayr-Krifka 11,49

200 m: 1. Karin Mayr-Krifka 23,83

400 m: 7. Elisabeth Niedereder 57,83

800 m: 5. Pamela Märzendorfer 2:11,35

1.500 m: 1. Susanne Pumper 4:18,64

3.000 m: 1. Susanne Pumper 9:07,46

5.000 m: 5. Martina Winter 17:18,87

100 Hü.: 2. Marie Elisabeth Maurer 13,59

400 Hü.: 5. Sabine Kreiner 60,03

3.000 Hi.: 3. Andrea Mayr 10:17,21

Hoch: 5. Monika Gollner 1,70

Stabhoch: 4. Carmen Klausbruckner 3,80

Weit: 5. Bianca Dürr 5,86

Drei: 5. Michaela Egger 12,39

Kugel: 6. Sonja Spindelhofer 13,96

Diskus: 3. Veronika Watzek 52,27

Hammer: 4. Julia Siart 51,07

Speer: 6. Elisabeth Pauer 43,30

4 x 100 m: 2. Mayr-Krifka, Röser, Schneeberger, Schreiber 45,58

4 x 400 m: 7. Anzinger, Kreiner, Märzendorfer, Niedereder 3:47,39

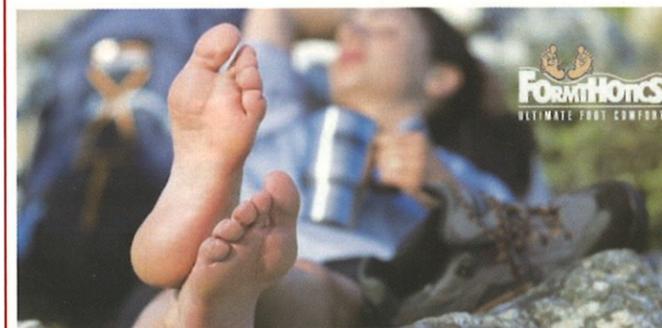


Stefanie Waldkircher schaffte beim U18-Bundesländercup das Limit für die Jugend-WM



Günther Weidlinger (215) führte seinen Verein zum Titel über 3 x 1.000 Meter

Tun Sie Ihren Füßen etwas Gutes!



Schienenbeinschmerzen?
Knieprobleme?



Individuelle Anpassung im eigenen Schuh



**Österreichische Staatsmeisterschaft
Straßengehen**

28. Mai 2005, Wien – Prater Hauptallee

Gehertitel an Jung und Winkler

Insgesamt 51 Teilnehmer aus Österreich, Ungarn und Slowenien nahmen an den auf der Wiener Prater Hauptallee ausgetragenen Meisterschaften teil. Die große Hitze ließ die Meisterschaften für die Geher zur Tortur werden und drückte gewaltig auf die Leistungen. Bei den Männern verteidigte Norbert Jung (LCC Wien) seinen Vorjahressieg erfolgreich, während bei den Frauen Gabi Winkler (Sportunion IGLA long life) ihren ersten Titel feiern konnte. Die beste Leistung in den Nachwuchsklassen brachte die 15-jährige Lisa Weinreich (Laufteam Burgenland Eisenstadt), die bei ihrem Sieg die österreichische U16-Bestleistung nur um eine Sekunde verfehlte.

20 km Männer

1. Norbert Jung (LCC Wien)	1:52:09
2. Ludwig Niestelberger (SV Schwechat)	1:53:58
3. Alexander Maier (DSG Wien)	1:54:34
International: 1. Peter Domjan (HUN)	1:38:33

10 km Frauen

1. Gabriela Winkler (IGLA long life)	55:19
2. Andrea Zirknitzer (LAC Salzburg)	62:19
3. Monika Schwantzer (RLV Aspang)	63:51
International: 1. Orsolya Gruber (HUN)	53:16

3 km weibl. U16

1. Lisa Weinreich (LT Burgenland)	17:53
-----------------------------------	-------

3 km männl. U16

1. Markus Thurner (LT Burgenland)	20:19
-----------------------------------	-------

5 km Straßengehen weibl. U20

1. Silvia Jungbauer (IGLA long life)	34:42
--------------------------------------	-------

10 km Straßengehen männl. U20

1. Dominik Stadlmann (LT Burgenland)	1:12:24
--------------------------------------	---------

**Masters Strassenlauf-EM – Vila Real
de Santo Antonio / POR 13.–15. Mai 2005**

Ludwig Niestelberger war mit zwei Goldmedaillen der erfolgreichste österreichische Teilnehmer bei der

Masters-EM in Portugal. Im Straßengehen siegte er in der Klasse M55 über 10 und 30 Kilometer. Heinz Steiner war im Halbmarathon der M60 in 1:16:05 mit fast vier Minuten Vorsprung der Schnellste. Monika Schwantzer im Straßengehen und Andrea Zirknitzer im Halbmarathon holten die weiteren Medaillen des 17-köpfigen österreichischen Teams.

Halbmarathon

M60: 1. Heinz Steiner	1:16:05
W45: 2. Andrea Zirknitzer	1:31:19
M50-Team:	
3. Platz Quehenberger, Bernecker, Hitzl	

10 km Straßengehen

M55: 1. Ludwig Niestelberger	51:24
W45: 3. Monika Schwantzer	61:50

20 km Straßengehen

W45: 2. Monika Schwantzer	2:10:08
---------------------------	---------

30 km Straßengehen

M55: Ludwig Niestelberger	2:52:12
---------------------------	---------

Aufrisszone Beachvolleyballcourt

AB 10. JULI WIRD IN ZAHLREICHEN WIENER FREIBÄDERN WIEDER KRÄFTIG GEBAGGERT. ALLE SONNENANBETER UND BALLSPORTFANS KÖNNEN BEI DER NOKIA BEACHVOLLEYBALL TROPHY VOLL PUNKTEN. UND FÜR DIE SIEGER-DUOS DER EINZELNEN TURNIERTAGE STEIGT ENDE AUGUST IM LAAERBERGBAD DAS GROSSE FINALE.

EINER DER HOTSPOTS DES SOMMERS ist mit Sicherheit der Beachvolleyballcourt. Dort wird nach Herzenslust gebaggert. Bei der NOKIA Beachvolleyball Trophy 2005 dürfen Fans der dynamischen Sportart ihr Glück versuchen und auf den großen Schlag hoffen. Ab 10. Juli wird im Gänsehäufel, Laaerbergbad, Simmeringer Bad und Stadionbad (alle Termine im Infokasten) turniermäßig um Punkte und Siege gemasht. Anmeldung ist jeweils am Spieltag vor Ort (12 bis 14 Uhr), Beginn des Turniers ist an allen Tagen um 14 Uhr. Pro Turniertag spielen 16 Duos, der Tagessieger ist für das Finale Ende August qualifiziert. Alle, die Profi-Tipps brauchen, dürfen sich bei den Showtrainings der Mädchen von Serienmeister SVS/Post SV etwas anschauen. Mitmachen lohnt sich, auf die Finalsieger wartet jeweils ein brandneues Hightech-Handy von NOKIA.

NOKIA
Connecting People

VOLLES PROGRAMM FÜR SPIELVERRÜCKTE KIDS
NOKIA bietet jedoch nicht nur Beachvolleyball, in einem eigenen Zelt dürfen sich spielverrückte Kids bei den N-GAGE Junior Games austoben. Neben einem High-Score-Contest warten auch jede Menge Fun-Spiele (Street Soccer, Go-Kart Trophy) auf die Kleinen. Programmbeginn ist jeweils um 10 Uhr.



Einer der Hotspots in Wiens Freibädern ist auch heuer wieder der Volleyballcourt

4. Wörthersee Halbmarathon

19. bis 21. August,
Velden – Klagenfurt

„Pack die Laufschuhe
und die Badehose ein!“

Info:
www.kaerntenlaeuft.at
Tel. +43 (0) 463 5800 406



Meine Kleine.

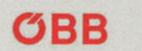
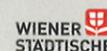
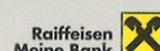
**KLEINE
ZEITUNG**
www.kleinezeitung.at

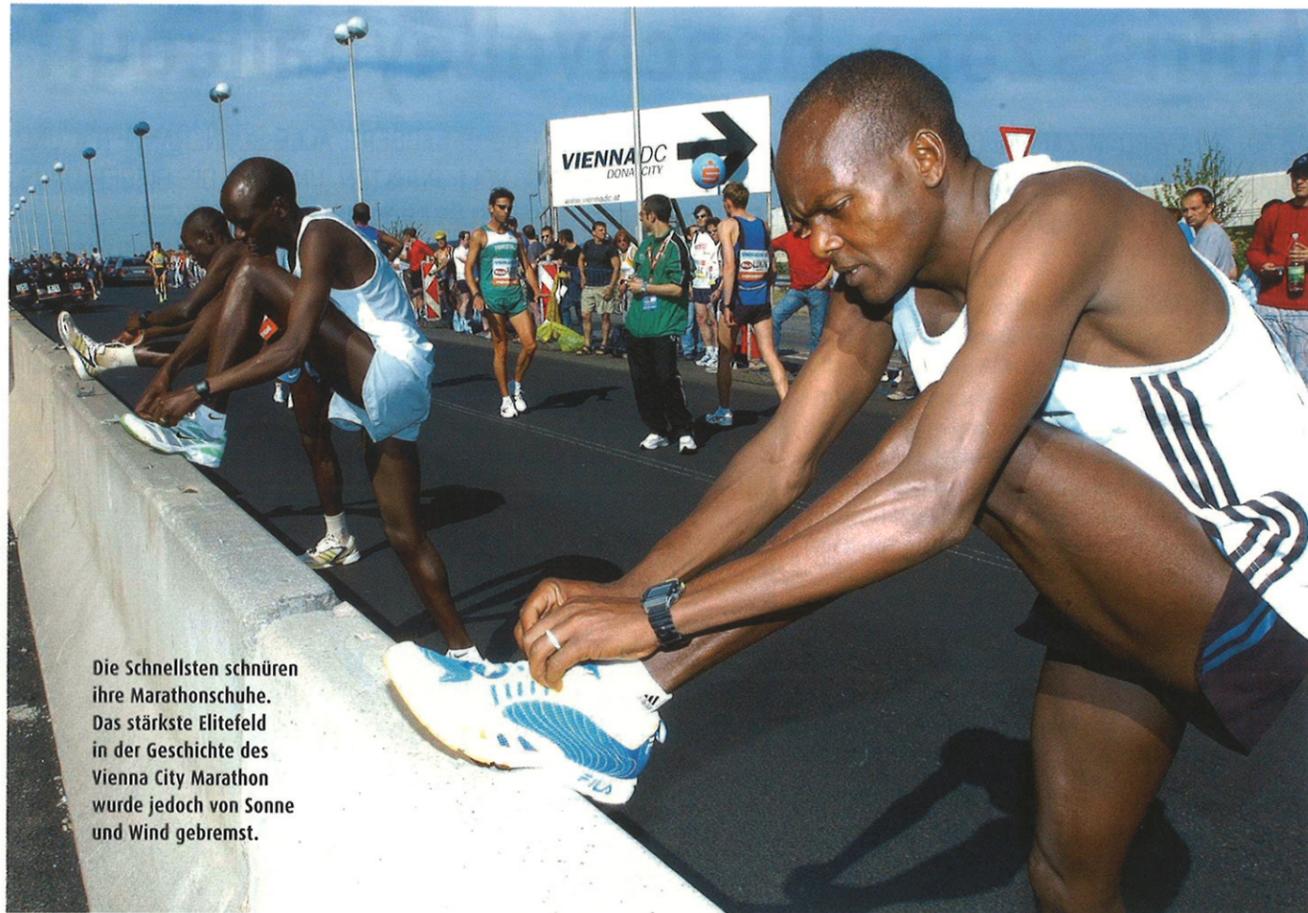


T-Mobile

TERMINE**NOKIA Beachvolleyball Trophy &****N-GAGE Junior Games**

10. Juli:	Stadionbad
15. Juli:	Laaerbergbad
23. Juli:	Simmeringer Bad
24. Juli:	Stadionbad
6. August:	Gänsehäufel
7. August:	Stadionbad
12. August:	Laaerbergbad
16. August:	Simmeringer Bad
20. August:	Gänsehäufel
21. August:	Stadionbad
26. August:	Laaerbergbad (Finale)





Die Schnellsten schnüren ihre Marathonschuhe. Das stärkste Elitefeld in der Geschichte des Vienna City Marathon wurde jedoch von Sonne und Wind gebremst.

Schon beim ersten Mal Spitze

DER VIENNA CITY MARATHON 2005 WAR WIEDER EIN LAUF-HIGHLIGHT MIT TOLLER ATMOSPHERE: EIN PLUS BEI DEN TEILNEHMERN, EIN ÖSTERREICHISCHER REKORD IM HALBMARATHON UND EIN KLASSEMANN, DER SICH BEI SEINEM DEBÜT GEGEN EIN STARKES ELITEFELD DURCHSETZTE. ORGANISATORISCHE PROBLEME GAB ES BEIM HALBMARATHON.

DAS ZIEL WAR KLAR DEFINIERT: Streckenrekord. Dafür hatten Veranstalter Wolfgang Konrad und Rennleiter Mark Milde bei den Männern ein starkes Elitefeld zusammengestellt, mit einer Mixtur aus erfahrenen Marathonläufern und jungen Debütanten. Hohe Temperaturen und zu starker Wind verhinderten jedoch das Vorhaben, mit einer Marke von unter 2:08:35 Stunden wieder für Aufsehen zu sorgen. Mit mehr als 21.000 Meldungen aus 79 Nationen, sehr großem Zuschauerinteresse, starken Auftritten der Österreicher und einem Klassemann als Sieger durfte der VCM aber sehr zufrieden sein.

SIEGER BEIM ERSTEN MARATHON
Mubarak Shami (Qatar) war die Über-

raschung des Tages. Vor acht Monaten hat der ehemalige Kenianer Richard Yatich seinen Namen und das Land gewechselt. Als Marathon-Debütant setzte er sich in Wien gegen ein großes Feld mit Favoriten wie Japhet Kosgei, Boniface Usisivu und Samson Kandie durch. Ab Kilometer 25 allein an der Spitze, lief er zeitweise sogar Kilometerzeiten von unter 3:00 Minuten. Am Ende musste er diesem hohen Tempo jedoch Tribut zollen; mit mehr Erfahrung wäre trotz der schwierigen Bedingungen eine schnellere Marke für ihn möglich gewesen. Seine Siegerzeit von 2:12:20 Stunden ist jedoch hoch einzuschätzen. Shami ist sicher kein „Nobody“, wie einige Zeitungen geschrieben haben. Vor zwei Jahren gelang ihm der Durchbruch zur

internationalen Klasse, als er einen der wichtigsten Läufe in Holland, den Siebenhügellauf in Nijmegen über 15 Kilometer, in 42:42 gewann und dabei Fabian Joseph (43:30) und Weltrekordler Paul Tergat (43:51) schlagen konnte. Bei der WM in Helsinki wird sein nächster Marathon-Auftritt erfolgen – man darf von diesem Athleten in Zukunft noch einiges erwarten.

ERSTAUNLICHER BUCHLEITNER

Michael Buchleitner wollte seine Marathonkarriere in Wien abschließen. Obwohl er nach den Olympischen Spielen das Trainingspensum deutlich zurückgeschraubt hatte, wurde er in 2:16:41 Achter, eine erstaunlich gute Leistung und ein toller Abschied vom Spitzensport. Was aber nicht heißen soll, dass er in Zukunft von den Laufstrecken verschwindet: „Ich habe vor, auch in Zukunft Marathons zu laufen, aber nicht mehr auf diesem Niveau.“

FAVORITINNEN VORAN

Bei den Frauen gewann mit Florence Barsosio aus Kenia die Favoritin in 2:31:40 Stunden. „Die hohen Temperaturen und der starke Wind haben mich viel Kraft gekostet“, meinte sie völlig erschöpft. „Bei besseren Bedingungen hätte ich fünf Minuten schneller laufen können!“ Auch Eva Maria Gradwohl kämpfte mit den Bedingungen. In 2:39:44 Stunden lief sie als zweite Frau am Heldenplatz ein. Gradwohl kann mit hohen Temperaturen sehr gut umgehen, aber der Wind hat sie sehr gebremst. Eine persönliche Bestzeit war trotz bester Publikumsunterstützung daher nicht möglich. Dazu kommt, dass die Tempomacher auf der ersten Strecken-

hälfte um über eine Minute zu schnell unterwegs waren. Gradwohl plant ihren nächsten Marathon-Auftritt für Ende September in Berlin – eine gute Entscheidung, auch neben dem Wien Marathon die internationale Konkurrenz zu suchen. Die zweite Österreicherin Daniela Bidmon kam als Vierte mit einer beachtlichen Zeit von 2:48:14 ins Ziel.

HALBMARATHONREKORD FÜR PUMPER

Mit mehr als 5.000 Teilnehmern ist der erstmals durchgeführte Halbmarathon hervorragend angenommen worden. Dass Susanne Pumper mit 1:13:20 Stunden einen österreichischen Rekord lief, zeigt ihre Qualitäten auch auf dieser Distanz. Die ebenfalls angestrebte Norm für die Halbmarathon-WM am 1. Oktober in Edmonton verpasste sie um nur 20 Sekunden. Dafür gab es drei Ursachen: Erstens die hohen Temperaturen und den starken Wind. Zweitens ist sie es etwas zu schnell angegangen (10 Kilometer in 34:00).

Drittens traf bei ca. 10,5 Kilometern die Spitze des Halbmarathons mit langsameren Marathonläufern zusammen. „Das hat mich viel Zeit gekostet, aber ich bin sehr froh über meinen Rekord“, bilanzierte Pumper. „Das WM-Limit schaffe ich sicher noch.“ ÖLV-Sportkoordinator Hannes Gruber: „Der ÖLV-Vorstand entscheidet Anfang Juli, ob diese Leistung reicht oder ob sie die Norm noch laufen soll.“ Auch bei den Männern ging der Sieg an Österreich. Roman Weger, der vier Wochen zuvor in Padua seine Marathonbestleistung auf 2:16:18 Stunden verbessern konnte, war in 1:08:40 voran. „Ein tolles Gefühl, als Erster am Heldenplatz einzulaufen.“



Österreichs Laufpower: Marathon-Lady Eva Maria Gradwohl und die neue Halbmarathon-Rekordlerin Susanne Pumper.

ERGEBNISSE

22. Vienna City Marathon 22. Mai 2005

MARATHON

Männer

1. Mubarak Shami (QAT)	2:12:20
2. Japhet Kosgei (KEN)	2:15:15
3. Henry Serem (KEN)	2:15:26
4. Lahoucine Mrikik (MAR)	2:15:45
5. Richard Mutai (KEN)	2:15:57
8. Michael Buchleitner (AUT)	2:16:41
20. Wolfgang Cramaro (LC Villach)	2:32:10
25. Anton Bernhard (SV Greifenburg)	2:38:01

Frauen

1. Florence Barsosio (KEN)	2:31:40
2. Eva Maria Gradwohl (Anger)	2:39:44
3. Ilona Barvanova (UKR)	2:47:04
4. Daniela Bidmon (LCC Wien)	2:48:14
8. Renate Einfalt (SV Marswiese)	3:05:18
9. Astrid Kaltenböck (Bischofshofen)	3:07:57
10. Henriette Holzknecht (Sellrain)	3:11:32

WIEN ENERGIE LAUF (HALBMARATHON)

Männer

1. Roman Weger (LC Villach)	1:08:40
2. Driss Araaou (MAR)	1:10:35
3. Hermann Achmüller (ITA)	1:12:28

Frauen

1. Susanne Pumper (LCC Wien)	1:13:20
2. Petra Teveli (HUN)	1:16:48
3. Anna Hansson (SWE)	1:25:07

PLUS MINUS VCM

😊 Plus

- Sehr gute Marathonorganisation
- ÖLV-Rekord von Susi Pumper im Halbmarathon
- Neuer SMS-Versand und 5-km-Zwischenzeiten
- Viele Markenprodukte in der VCM Running Box
- Neue Zielverpflegung mit vorbereiteten Taschen
- Flexible Organisation: Ummeldung vom Marathon zum Halbmarathon war kostenlos
- Sehr gute Fernseh-Übertragungen im ORF und im Schweizer Fernsehen (Magazin „Quer“)
- Hohes Publikumsinteresse

☹️ Minus

- Das Wetter – zu viel Sonne und Wind
- Das Zusammentreffen von Halbmarathon und Marathon. Wolfgang Konrad: „Ein Riesenfehler, das darf nicht passieren. Ich entschuldige mich dafür, wir machen das nächste Jahr anders.“
- Das Frauenelitefeld war nicht sehr stark. Rennleiter Mark Milde: „Wir wollten einen neuen Streckenrekord bei den Männern. Der Frauenrekord ist international bereits sehr stark, deshalb war es schwierig, interessante Frauen zu verpflichten.“
- Die Tempomacher von Eva Maria Gradwohl hätten im Zieleinlauf zurückbleiben müssen. So war es fast unmöglich, im Finish gute Bilder zu machen.



Der Debütant als Marathonsieger: Mubarak Shami lief allen davon.



Die Elite und das Rekord-Feld: Siegerin Sabrina Mockenhaupt (Nr. 4), Annemette Jensen (Nr. 5), Sonia O'Sullivan (Nr. 2), Eva Maria Gradwohl (Nr. 3)

Rekordfrauenlauf und starke Spitze

ZAHLREICHE INTERNATIONALE ELITELÄUFERINNEN VERLIEHEN DEM ÖSTERREICHISCHEN FRAUENLAUF EINE NEUE NOTE, UND MEHR ALS 10.000 ANMELDUNGEN IN DREI BEWERBEN BEDEUTEN EIN REKORDERGEBNIS. DER FRAUENLAUF-AWARD GING AN KATHERINE SWITZER, DIE 1967 ALS ERSTE FRAU IN BOSTON DEN MARATHON ABSOLVIERTTE.

SABRINA „MOCKI“ MOCKENHAUPT mit Streckenrekord, dahinter die Ungarin Aniko Kalovics, dann Laufikone Sonia O'Sullivan: Dieser Zieleinlauf war eine Novität beim Österreichischen Frauenlauf. Denn erstmals wurden auch internationale Top-

ERGEBNISSE

Österreichischer dm Frauenlauf
12. Juni 2005, Wien – Prater

ELITERENNEN – 5 KM:

1. Sabrina Mockenhaupt (GER)	15:42,9
2. Aniko Kalovics (HUN)	15:57,1
3. Sonia O'Sullivan (IRL)	16:04,3
4. Annemette Jensen (DEN)	16:34,6
5. Eva Maria Gradwohl (HL Anger)	17:23,3

Athletinnen geladen. Eva Maria Gradwohl war drei Wochen nach dem Vienna City Marathon als beste Österreicherin Fünfte. Dem Charakter als große Hobbylaufveranstaltung für Frauen und Mädchen tat dieser wettkampfsportliche Vorwärts-Step keinen Abbruch. Mit 10.105 Anmeldungen in drei Bewerben (5 km – erstmals AIMS-vermessen, 10 km und Nordic Walking) und 9.041 Finishern gab es sogar neuen Teilnehmerrekord. Wenn die aufstrebende „Mocki“ und eine Sonia O'Sullivan antreten, wird das auch international wahrgenommen. O'Sullivan nach ihrem dritten Platz: „Nächstes Jahr komme ich wieder, um zu gewinnen.“ Die Irin hat trotz ihrer 35 Jahre das Zeug, weiterhin mit den Besten der Welt mitzuhalten. Ihre sportliche Karriere

macht die Mutter zweier Töchter – die dreijährige Sophie war mit in Wien – zu einer der erfolgreichsten Langstreckenläuferinnen der Geschichte. Die Bandbreite ihrer Weltklasseleistungen reicht von 800 Meter (2:00,69 min) bis zum Halbmarathon (1:07:19 Std.). Ihr Europarekord von 8:21,64 Minuten über 3.000 Meter ist die schnellste jemals erreichte Marke einer nichtchinesischen Läuferin. Was der Olympiazweiten von Sydney noch fehlt, ist ein wirklich guter Marathon (pB 2:29:01). Der irische Rekord, 2:22:23 von Catherine McKiernan, ist ihr hoch gestecktes Ziel. Auch für die Weltmeisterschaften in Helsinki kündigt sie einen Start an: „Ich möchte meine 10.000-Meter-Bestzeit unterbieten und im Herbst einen schnellen Marathon laufen.“

Frohnleiten – eine Stadt im Lauffieber

AM 9. JULI GEHT IN FROHNLEITEN BEREITS ZUM DRITTEN MAL DER INTERNATIONALE SPARKASSEN-STADTLAUF ÜBER DIE BÜHNE. WIE IN DEN VERGANGENEN JAHREN WERDEN WIEDER HUNDERTE TEILNEHMER ERWARTET.

KEIN WUNDER, SCHLIESSLICH warten eine wunderschöne Strecke und beste Läuferbetreuung auf die Aktiven. Start des Sportevents ist um 15.00 Uhr mit dem Kinderlauf, um 17.00 Uhr steigt der Hauptlauf.

Das Ambiente in der Stadt mit unverwechselbarer Silhouette und wunderschönem Hauptplatz lockte 2004 rund 700 Läufer an – ein großer Erfolg. Die Organisatoren leisteten damals ganze Arbeit und versprechen, dieses Niveau 2005 auf der Laufstrecke entlang der Mur und auf dem Hauptplatz mit dem Start-Ziel-Bereich zu halten.

Auf die Frohnleitner Lauf-Gäste warten unter anderem sportmedizinische Angebote, wie Massagestationen, Fett- und Blutdruckmessung, sowie Kinderbetreuung. Dazu gibt es Gratis-Obst und ein Mehlspeisenbuffet, g'schmackige Weckerln

von Martin Auer Brot sowie anspornende Live-Musikunterhaltung auf der Strecke.

Der Tourismusverband Frohnleiten bietet ein spezielles „Lauf-Package“ an. Insgesamt wird ein absolut sportliches Highlight geboten, dazu trägt das Après-Run am Hauptplatz bei. Dieses Flair können natürlich auch Presse- und Medienvertreter genießen, denn der 3. Österreichische Journalistenlauf wartet.

Dass nicht nur immer die Besten gewinnen – die drei Bestplatzierten jeder Altersklasse erhalten eine Trophäe, für Streckenrekordbrecher gibt es Prämien –, steht dank der Verlosung von attraktiven Marathonreisen, Städteflügen und Mountainbikes fest. Dazu bekommt jeder Teilnehmer am Hobby- oder Hauptlauf einen hochwertigen Freizeittrucksack, alle Kinder und Jugendlichen Gratis-Eis und T-Shirts.



INFO

3. Int. Stadtlaf Frohnleiten mit Österreichischem Journalistenlauf

Termin: Samstag, 9. Juli 2005
Infos, Anmeldung bzw. Quartier/Unterkunft unter:
Tourismusverband Frohnleiten, Tel.: 03126/2374
www.frohnleiten.at/stadtlaf



www.viennarun.com



3. Int. Sparkassen Stadtlaf

3. Österreichischer Journalisten-Lauf

3. Frohnleiten





	Startzeit	Streckenlänge
Kinderlauf	15:00 Uhr	1,1 km
Jugendlauf	15:30 Uhr	2,2 km
Hobbylauf	16:00 Uhr	4,8 km
Hauptlauf	17:00 Uhr	9,6 km

Samstag

9. Juli '05

Veranstalter:
Tourismusverband Frohnleiten

Nähere Infos & Anmeldung:
Tourismusverband Frohnleiten
Tel. 03126/2374 Fax 03126/4174
e-mail: tourismus@frohnleiten.at
www.frohnleiten.at



Ihr sportliches Package!
8.-10. Juli 2005, 2 Nächtigungen mit Frühstück in einem 3- oder 4-Sterne-Hotel, Vital-Abendessen & Teilnahme am 3. Int. Stadtlaf Frohnleiten.
99.-/Person im DZ

Alle weiteren Infos

www.frohnleiten.at



Noch ist Sofiane Mechehoud (537) einen Schritt voraus, Markus Hohenwarter (147) ließ aber nichts anbrennen. Ganz hinten der Drittplatzierte Gerd Frick.

Siegerstrahlen an der Alten Donau

DIE LAUFBEDINGUNGEN WAREN OPTIMAL, DIE ENTSCHEIDUNGEN SPANNEND: MARKUS HOHENWARTER UND EVA MARIA GRADWOHL SICHERTEN SICH IN WIEN-KAGRAN DIE HALBMARATHON-STAATSMEISTERTITEL 2005. DER WIEN ENERGIE HALBMARATHON HAT SICH ALS ATTRAKTIVE VERANSTALTUNG PRÄSENTIERT.



Siegerin Eva Maria Gradwohl flankiert von Andrea Mayr (links) und Daniela Bidmon (rechts): Die Entscheidung fiel in der letzten Runde.

ZWEI HALBMARATHONS wurden gestartet an diesem Tag. Zuerst das Eliterennen mit den Staatsmeisterschaften, eine gute Stunde danach der offene Bewerb. Diese Trennung stellte sicher, dass auf dem 3-Runden-Kurs zu je 7 Kilometer in Wien-Kagran niemand aus der Riege der schnellen LäuferInnen von hinten auf das Feld auflaufen musste und durch Überrundungsmanöver gebremst wurde. Und sie bereitete dem Sieger ein laut jubelndes Zielpublikum. Denn die Masse der Volksläufer wurde erst losgelassen, nachdem der Gewinner begeistert im Ziel empfangen wurde. Der Erste war Elisha Kipruto Sang aus Kenia (1:03:42), Staatsmeister Markus Hohenwarter kam als Gesamt-Vierter des Rennens leider weniger zur Geltung, obwohl sich sein Auftritt denselben Jubel verdient hat. Der 24-jährige Kärntner siegte lockeren Schritts in persönlicher Bestzeit von 1:05:30 Stunden und verteidigte damit seinen Titel aus Klagenfurt vom Herbst des Vorjahres. „Eine Zeit unter 1:06 war seit langem mein Ziel“, zeigte er sich hochzufrieden.

„Heute hätte ich sogar noch schneller sein können, wenn es nicht um den Titel gegangen wäre.“ Zwei Drittel des Rennens lief er in einer Gruppe unter anderem mit dem Schwedater Sofiane Mechehoud, auf der letzten Runde machte der 24-jährige Kärntner Ernst und holte einen deutlichen Vorsprung heraus.

Wie Hohenwarter sicherte sich auch die Damensiegerin erst auf der letzten Runde den Erfolg. Eva Maria Gradwohl, in Vorbereitung auf den Vienna City Marathon, setzte sich mit 1:14:56 Stunden gegen Andrea Mayr durch, die in 1:15:14 ihren ersten Halbmarathon seit längerer Zeit absolvierte und persönliche Bestzeit lief. Gradwohl: „Ich wollte eine 1:14-er Zeit laufen, es hat heute alles gepasst dafür.“ Abgesehen vom Rekordlauf vor zwei Jahren auf der alten LCC-Praterstrecke (1:13:25) war es die beste Halbmarathonzeit der Steirerin.

NACH STURZ ZUM SIEG

Andrea Mayr sorgte als stärkste Konkurrentin für hohes Tempo und ein spannendes Rennen. Umringt von männlichen Begleitern, Schutzschildern und Pacemakern liefen die beiden mehr als zwei Runden lang Seite an Seite. Bei Kilometer 16 kam Gradwohl in dieser Gruppe zu Sturz, auf die Entscheidung hatte dies aber keinen Einfluss. Die Steirerin war im Schlussabschnitt die Stärkere und feierte ihren dritten Halbmarathontitel. Hinter dem Führungsduo verbesserte Daniela Bidmon aus der Marathonvorbereitung heraus auf dem dritten Platz in 1:18:18 ihre persönliche Bestleistung, ebenso verbesserten sich Anita Pichler und Patrizia Rausch, die als Vierte und Fünfte auch noch unter 1:19 bleiben konnten.

ATTRAKTIVE VERANSTALTUNG

Ob es für die Popularität und die Positionierung dieses Events wirklich einen nennenswerten Effekt hat, wenn ein paar geladene internationale Athleten vor der Staatsmeisterschaftsspitze ins Ziel einlaufen, könnte hinterfragt werden. Bei den beiden Halbmarathons waren insgesamt 1.517 LäuferInnen im Ziel, etwa 700 weitere Teilnehmer bei den diversen Rahmenbewerben.

Mit der Strecke um die Obere Alte Donau und der interessanten Rennatmosphäre hat sich der Wien Energie Halbmarathon seit seinen Anfängen 2001 aber zu einem attraktiven Bewerb entwickelt.

„Wenn es nicht um den Titel gegangen wäre, hätte ich heute ein noch schnelleres Tempo riskiert.“ (Markus Hohenwarter)

Gerade einmal vier U-Bahn-Stationen entfernt haben Läuferinnen und Läufer im Prater die guten Bedingungen dieses Tages ebenfalls wettkampfsportlich genutzt. Nur gut 330 Teilnehmer versammelten sich bei einem Halbmarathon inklusive eines 7-Kilometer-Bewerbes des LCC Wien, der praktisch zeitgleich mit den Staatsmeisterschaften durchgeführt wurde. Wie meistens in den vergangenen Jahren wurden somit diese zwei Halbmarathons in Wien justament und schildbürgerartig zum selben Termin veranstaltet. Gewonnen hat auf dem 3-Runden-Kurs im Prater der Kenianer Elisha Sawe in 1:03:07 Stunden, bei den Frauen war die Russin Julia Vinokourova in 1:16:31 Stunden voran. Über 7 Kilometer siegten Hermann Gruber (24:57 Minuten) und Ex-Mittelstrecken-Ass Stephanie Graf (26:56 Minuten). Vor Jahren konnten sich noch beide Veranstaltungen über vierstellige Finisherzahlen freuen.

Das Interesse der Läuferinnen und Läufer hat sich mittlerweile deutlich nach Kagran verlagert. Im Vorjahr wurde der LCC-Lauf bereits Ende März – ohne Terminkollision mit dem Wien Energie Halbmarathon – durchgeführt. Trotz dieses frühen Zeitpunkts konnten damals etwas mehr Teilnehmer als heuer in der Prater Hauptallee verzeichnet werden. Wille zur Terminkoordination würde sich also auszahlen.

ERGEBNISSE

Österreichische Halbmarathon-Staatsmeisterschaften, 24. April 2005, Wien-Kagran

Männer

1. Markus Hohenwarter (LC Villach)	1:05:30
2. Sofiane Mechehoud (SVS)	1:06:55
3. Gerd Frick (LCC Wien)	1:07:24
4. Nicolas Salinger (LCC Wien)	1:07:45
5. Thomas Aichbauer (IGLA long life)	1:08:30
6. Manfred Heit (ATUS Knittelfeld)	1:08:31

Mannschaft:

LCC Wien (Frick, Salinger, Heigl)	3:23:51
-----------------------------------	---------

Frauen

1. Eva Maria Gradwohl (Happy Lauf Anger)	1:14:56
2. Andrea Mayr (LCC Wien)	1:15:14
3. Daniela Bidmon (LCC Wien)	1:18:18
4. Anita Pichler (TSV St. Georgen, W45)	1:18:36
5. Patrizia Rausch (SC LT Breitenbach)	1:18:41
6. Ellen Förster (ULC Linz)	1:23:25

Mannschaft:

LCC Wien (Mayr, Bidmon, Lilje-Leutner)	4:00:59
--	---------

Persönliche Bestleistung: Der Kärntner Markus Hohenwarter verteidigte seinen Staatsmeistertitel aus dem Vorjahr und blieb erstmals unter 1:06 Stunden



Lauffest in der Mozartstadt

NACH DER SCHLECHTEN PREMIERE 2004 KONNTE DER SALZBURG-MARATHON MIT NEUEM KONZEPT ÜBERZEUGEN.

IM VORJAHR hatte es viel Kritik gegeben, doch die Stadt Salzburg wollte unbedingt am Marathon festhalten. Heuer machte man mit Hannes Langer, dem ehemaligen Rennleiter des VCM, einen neuen Versuch. Erst sehr spät konnte die Organisation mit der Arbeit beginnen. Viele Läufer hatten sich zu diesem Zeitpunkt aufgrund der schlechten Erfahrung im Vorjahr bereits für einen anderen Lauf entschieden. Mit dem neuen Konzept gelang es dennoch, in Summe 1.500 Teilnehmer bei den verschiedenen Bewerben an den Start zu bekommen. Der Charity-Gedanke stand im Vordergrund. 62.000 Euro brachte die Veranstaltung für die Hilfsorganisation AMREF zusammen. Marathonsieger wurden Josephat Kiprono-Rotich (2:21:46) und Lucia Mwhaki-Kimani (2:48:20), beim Halbmarathon siegte Caleb Ngetich in 1:04:57 – alle gewannen mit großem Vorsprung. Bei idealem Wetter war der Event aus organisatorischer Sicht sehr gut. Für nächstes Jahr ist die Ausgangsposition damit wieder besser, allerdings wird es einen harten Kampf zwischen Salzburg (30. April 2006) und Linz (23. April) um die Teilnehmer geben. Und am 7. Mai findet zudem der Vienna City Marathon statt. Die Marathonläufer in Österreich werden nicht mehr. Trotzdem gibt es 2006 bei uns 15 Marathons, in Deutschland 153. So kann das nicht weitergehen ...



Prost! Die Erstplatzierten des Salzburg-Marathons bei den Männern und Frauen gönnen sich bei der Siegerehrung einen wohlverdienten Schluck

Über 8.000 Läuferinnen und Läufer beim Linz-Marathon

EIN NEUER STRECKENREKORD DURCH ERNEST KIPYEGO UND ÜBER 8.000 FINISHER BEI ALLEN BEWERBEN SORGTEN FÜR STRAHLENDE GESICHTER IN DER OBERÖSTERREICHISCHEN DONAUMETROPOLE.

NEUER TEILNEHMERREKORD – Insgesamt konnten die Veranstalter mit der vierten Auflage des Linz-Marathons am 17. April zufrieden sein. In Summe über 8.000 Finisher bei allen Bewerben bedeuteten

einen neuen Teilnehmerrekord in der oberösterreichischen Metropole. Einziger Wermutstropfen: Über die 42,195 Kilometer sind die Starterzahlen weiter rückläufig. Heuer waren erstmals weniger als

1.000 Marathonläufer im Ziel. Aufgewogen wurde dieses Manko durch den neuen Streckenrekord von Ernest Kipyego in 2:13:10 Stunden. Damit verbesserte der Kenianer die alte Bestmarke seines Landsmannes John Kiprono um 10 Sekunden. Bester Österreicher war als Fünfter Erich Kokaly mit einer Zeit von 2:23:12. Bei den Frauen feierte die Ukrainerin Tatjana Bulischenko einen souveränen Sieg. Sie gewann in 2:46:21 mit über drei Minuten Vorsprung vor ihrer Landsfrau Inna Lebedeva.

LINZ GEWINNT IMMER MEHR AN BEDEUTUNG „Dieses größte oberösterreichische Laufevent bekommt auch in der internationalen Marathonszene immer mehr Bedeutung“, freute sich Chef-Organisator Ewald Tröbinger über das ständig steigende Interesse nicht nur in Österreich. Zum großen Erfolg des Linz-Marathons hat sicher auch der Massenstart auf der Voest-Autobahnbrücke beigetragen.



Der Massenstart auf der Voest-Autobahnbrücke machte den Linz-Marathon heuer noch attraktiver

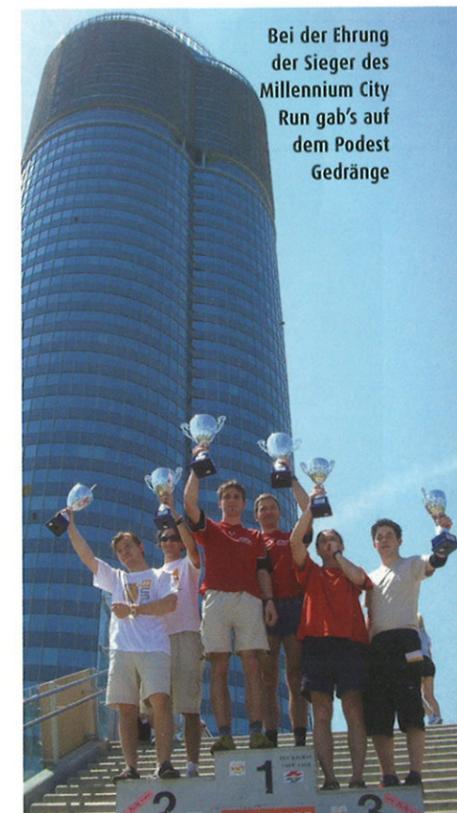
Im Angesicht des Turmes

AM 29. MAI FAND AN DEN Ufern DER WIENER DONAU DIE ERSTE AUFLAGE DES MILLENNIUM CITY RUN STATT. TROTZ ENORMER HITZE GELANG DIE PREMIERE.

Es ging an diesem Tag nicht so sehr um das Gegeneinander, sondern um das Miteinander. Es zählten nicht Meter und Sekunden, sondern das gemeinsame Lauf-erlebnis. Das war auch gut so, weil vielen noch die großen Strapazen des Vienna City Marathon eine Woche zuvor in den Beinen steckten. Vor der sagenhaften Kulisse des Millennium Towers am Wiener Handelskai nahmen rund 300 Läuferinnen und Läufer den Rundkurs an der Donau mit drei Brücken in Angriff. Darunter auch zahlreiche Paare, weil sich der Millennium City Run eigentlich als Partnerlauf sieht. Jedes Duo hatte insgesamt 10 Kilometer zu bewältigen, für den Einzelnen hieß das eine Distanz von 5 Kilometern. Einzelläufer mussten die kompletten 10 Kilometer absolvieren. Trotz der enormen Hitze von 30 Grad im Schatten schafften es nahezu alle Teilnehmer bis ins Ziel.

Sieger über 10 km wurde Markus Ratz (Team Sport Nora) in 35:16 Minuten deutlich vor Manfred Ditto (36:05) und Karl Benesch (36:39). Bei den Frauen gewann Susanne Brunner (44:46). Den Sieg über 5 km holte sich Michael Horak (ULC Mödling) in 16:02 Minuten mit Respektabstand vor Adi Zemann (17:59) und Reinhard Fortyn (18:26), Frauensiegerin wurde Birgit Spitaler (21:49). In der Paarwertung waren nach dem Rennen Christian Leeb und Bernhard Höllrigl (36:24) ganz oben auf dem Podest zu finden, den Mixed-Bewerb beendeten Hartwig Fuchs und Gabi Frank (40:19) als Schnellste.

Neben der Allgemeinen Klasse hatten auch Dutzende Kids auf einer Kurzdistanz ihren Spaß in Laufschuhen. Und das beeindruckende Shopping Center in der Brigittenau gab bei der Premiere einen würdigen Event-Rahmen ab.



Bei der Ehrung der Sieger des Millennium City Run gab's auf dem Podest Gedränge

Zahlen, bitte!

DER GRAZ-MARATHON AM 9. OKTOBER WIRD NICHT NUR EIN SPORTFEST, SONDERN AUCH EIN LECKERBISSEN FÜR ALLE STATISTIKER UNTER DEN LAUFSPORTFANS.

GENAU 2:12:24 STUNDEN ist die schnellste Zeit, die bisher in Graz gelaufen wurde. Damit feierte der Äthiopier Haji Adilo Roba 1999 den zweiten seiner beiden Siege. Im Vorjahr siegte auf der neuen Strecke John Kiprono (KEN) in 2:20:10.

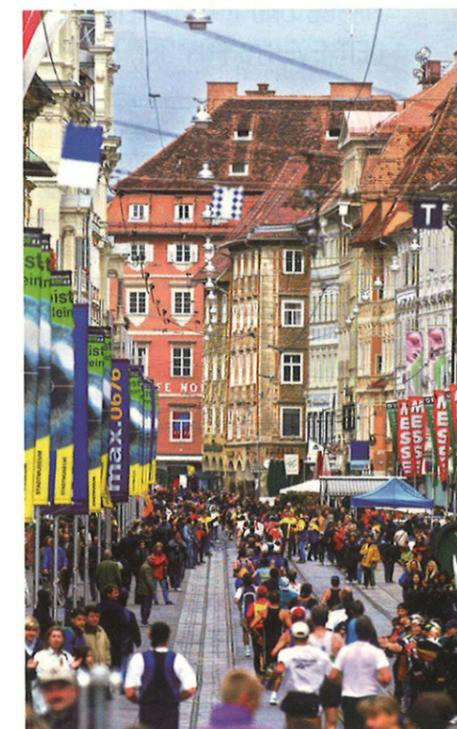
2:38:24 Stunden ist die schnellste Zeit, die je eine Frau in Graz gelaufen ist. Bei ihrem dritten Sieg in Folge verfehlte Eva Maria Gradwohl ihre Bestmarke um 20 Sekunden.

2:20:01 Stunden war die Siegerzeit von Max Wenisch beim Graz-Marathon 2000. Kein Österreicher war bisher in Graz schneller, Wenisch ist bis heute auch der einzige „Heimsieger“ in Graz.

195.000 Zuseher (Marktanteil 13 Prozent) sahen im Vorjahr die 30-minütige ORF-Aufzeichnung vom „neuen“ Kultur-Marathon. 2003 war Graz die Kultur-Hauptstadt Europas. Seither hat in Graz auch Laufen im wahrsten Wortsinn Kultur. Wahrzeichen wie das Kunsthaus oder die Murinsel sind auch zu Wahrzeichen des Marathons geworden.

5 Bewerbe werden beim Kultur-Marathon gelaufen: Marathon, Halbmarathon, Staffellmarathon, Junior-Marathon (4,2 km) und ein Bambini-Sprint (am 8. Oktober). 37,2 Meter, das ist die maximale Höhendifferenz der Strecke – sprich: fast brettleben. Um 10 Uhr ist Start zu Marathon, Halb- und Staffellmarathon.

Am 28. September ist Nennschluss für den Marathon. Bis 10. August gibt's die Startkarte noch zum Sondertarif von Euro 40,-. 8 Zentimeter im Durchmesser beträgt die „Medaille mit Innenleben“, die Joachim Baur und seine Künstler von der „WerkStadt Graz“ kreieren und die jeder Läufer im Ziel erhält. Eine kleine, weltexklusive Marathon-CD, die von den Urzeiten des Marathons bis zur gesammelten Ergebnisliste 2005 führt. Um 19 Uhr beginnt die Oper „Die Lustigen Weiber von Windsor“ zum Ausklang des Kultur-Marathon-Wochenendes. 16 Seiten Spezialbeilage über den Kultur-Marathon finden Sie wieder am Montag, dem 10. Oktober, in der „Kleinen Zeitung“.



0 Sekunden Zeit sollten Sie sich lassen, sich unter www.grazmarathon.at für den „Kultur-Marathon“ anzumelden.



Marathon made in Britain: In London erreichten sensationelle 35.105 LäuferInnen das Ziel beim Buckingham Palace.

Well done, London!

DER LAUT EIGENDEFINITION „BESTE MARATHON DER WELT“ IN LONDON IST IN SEINER MISCHUNG AUS SPITZE, MASSE UND CHARITY EINE EINZIGARTIGE VERANSTALTUNG UND EINES DER WENIGEN INTERNATIONALEN LEIT-EVENTS FÜR DEN LAUFSPORT. MANCHE TEILNEHMER ZAHLEN BIS ZU 3.000 EURO STARTGELD.

NICHT GANZ UNBESCHIEDEN nennt sich der London Marathon oft „The Best Marathon in the World“, manchmal auch „The Greatest Race on Earth“. Am augenfälligsten ist dabei der jährliche Auftritt eines exklusiven Starensembles an der Startlinie.

Das regelmäßig hochkarätige Elitefeld erklärt die internationale Aufmerksamkeit für den London Marathon. Es erklärt jedoch nicht, dass die Strecke von den Zuschauern stundenlang zu einem Tunnel aus Schreien, Pfiffen und Klatschgeräuschen gemacht wird oder dass in der Geschichte des Laufes über 200 Millionen Pfund an Spendengeldern aufgebracht wurden. Das dahinterstehende Charity-System ist eine britische Spezialität. Startplätze sind knapp – von 98.500 Interessenten wurden heuer 46.500 zugelassen, etwa 35.000 nahmen tatsächlich teil. Ein Drittel aller Plätze wird über Wohltätigkeitsorganisationen vergeben. Die Läufer sind bereit, 750

bis 2.000 Pfund (ca. 1.100 bis 3.000 Euro) dafür hinzulegen! Nicht alles glänzt beim London-Marathon, die Pasta-Party etwa wird der Qualität der übrigen Veranstaltung nicht so ganz gerecht. In Summe ist der Lauf zwischen Greenwich und Buckingham Palace aber ein grandioses Erlebnis für Hobbyläufer und eine der wenigen internationalen Leitveranstaltungen des Laufsports. London legt zwar großen Wert auf die Läufer von der Insel – nur 56 Nationen sind vertreten, beim VCM hingegen 79 –, dennoch wird international gedacht. Die Olympiabewerbung 2012 war heuer omnipräsent, ganz nach dem flaggenbehängten Motto: „Seht her, was wir Londoner, was wir Briten können!“ Auch ein provisorischer Olympiakurs wurde bereits präsentiert.

Ob Olympia oder nicht: London ist ein Zentrum der Marathon-Welt. Nirgends wird das so deutlich wie im „Tower Hotel“, wo einander die Asse bei Frühstück und Mittagessen auf den Teller blicken – Paul Tergat, Stefano Baldini, Paula Radcliffe, Margaret Okayo, Susan Chepkemei ... Die großen Marathonveranstalter reden über Koo-

perationen. Haile Gebrselassie und Joyce Chepchumba witzeln quer über den Tisch hin und her. Manager und Renndirektoren besprechen Verträge und Antrittsgelder. Ehemalige Laufgrößen und London-Sieger gehen ein und aus – Ingrid Kristiansen, Rosa Mota, Steve Jones, Abel Anton, Khalid Khannouchi, Antonio Pinto ... Eine Atmosphäre aus Wallstreet & Wochenmarkt füllt die Lokale.

Geld scheint beim London Marathon keine Rolle zu spielen, weder in der Ablauforganisation noch für die Verpflichtung der Top-Athleten. Dass die Straßen im Zentrum bis 16:30 Uhr gesperrt sind, hängt jedoch weniger mit der Finanzkraft des Marathons zusammen als mit der hohen Wertschätzung, die der Bewerb auch in London und seinen Pubs an der Strecke genießt. CEO Nick Bitel und der ehemalige 10.000-m-Weltrekordler Dave Bedford führen eine Veranstaltung, die beste Werbung für den Laufsport macht. Lediglich die anwesenden Veranstalter von New York, Berlin oder Chicago hören es wohl nicht so gern, wenn vom „Best Marathon in the World“ die Rede ist.

„Sehr stolz auf dieses Rennen“

STARKE ÖSTERREICHISCHE MARATHONAUFTRITTE: ROMAN WEGER HAT SICH IN PADUA AUF 2:16:18 VERBESSERT, HEINZ STEINER WAR IN HAMBURG IN DER KLASSE M60 SENSATIONELL UND INGRID EICHBERGER BLIEB IN ROTTERDAM ERSTMALS UNTER DER 2:50-MARKE.

LAUFZEIT 2:16:18 STUNDEN, Platz sechs beim Marathon von Padua am 24. April: Roman Weger (LC Villach) hat in Norditalien seine Marathonbestzeit um mehr als zwei Minuten verbessert und ist damit Österreichs sechstschnellster Marathonläufer der Geschichte. „Ich bin sehr stolz auf dieses Rennen“, resümiert der 31-jährige Kärntner. „Zwischen Kilometer 20 und 30 wäre ich am liebsten rausgegangen. Es war psychisch sehr schwierig, weil ich ab Kilometer 14 allein laufen musste und das Tempo doch

sehr hoch war.“ Anfangs hielt er in einer Gruppe um die Italiener Angelo Carosi und Vincenzo Modica bei Kilometerzeiten um 3:07 – 3:10 mit. Nach dem ersten Renndrittel war ein weiteres Dranbleiben aber unmöglich. Die Halbmarathondurchgangszeit von 1:07:05 Stunden spiegelt den schnellen Beginn wider, aber Weger konnte bis zum Schluss das Niveau halten. „An diesem Tag wären vielleicht sogar 2:15 drin gewesen. Schade, dass ich keine anderen Läufer um mich hatte.“

EM-LIMIT MÖGLICH?

In der Vergangenheit wurde Weger, nebenbei ein begnadeter Kletterer, oft von Verletzungen zurückgeworfen. Die Vorbereitung – in Belastungsphasen über 200 Kilometer pro Woche – war auch diesmal nicht nur aufgrund des schneereichen Alpenwinters unrund. Ein Muskelfasereintriss in der Wade im März brachte den Erfolgslauf von Padua in Gefahr, bei den Cross-Meisterschaften in Villach war Weger nur Zuschauer. „Danach hab ich wieder sehr gut trainiert, ich habe gewusst, dass ich in Form für eine persönliche Bestleistung bin.“ Seine alte Marke lag bei 2:18:21, gelaufen in Berlin 2002.

Für die Zukunft gibt diese Leistung dem Mitarbeiter in einem Zivilingenieurbüro natürlich Auftrieb. „Ich habe immer gesagt, 2:15 ist meine Traummarke, aber möglicherweise geht es noch schneller. Wenn ich verletzungsfrei bleibe, könnte ich vielleicht sogar eine EM-Teilnahme schaffen.“ Für München 2002 war das Limit 2:14:00. Weger: „Vier bis fünf Jahre habe ich ja noch Zeit, um Leistungen zu bringen. Ich bin aber reiner Amateur und voll berufstätig. Mit meinen bisherigen Erfolgen kann ich schon sehr zufrieden sein. Wenn es noch mehr werden sollte, umso besser.“

STEINER UND EICHBERGER STARK

Heinz Steiner hat beim Hamburg Marathon ein geradezu sensationelles Rennen hingelegt und die österreichische M60-Bestleistung auf 2:39:49 Stunden verbessert. Der 61-jährige Telfer ist die erste Hälfte in 1:17:16 angelaufen und hat am Ende den M60-Weltrekord nur um 1:34 Minuten verpasst.

Ingrid Eichberger ist im Vorjahr in Linz hauchdünn an ihrer Traummarke vorbeigelaufen. 2:50:08 Stunden lautete damals ihre Siegerzeit. In Rotterdam waren die Sekündchen nun auf der richtigen Seite. 2:49:53 Stunden lautete Eichbergers Endzeit in der Hafenstadt.



„Vielleicht kann ich ein EM-Limit schaffen.“

Roman Weger nach seiner neuen persönlichen Bestzeit

Roman Weger war auch beim Halbmarathon im Rahmen des VCM der Sieger, sein Erfolgslauf von Padua steckte ihm da noch in den Knochen.

Ein Blick auf Österreichs Straßen

DIE VOLKSLAUFSAISON 2005 IST BEREITS VOLL IM GANG. AUCH HEUER FINDEN IN ÖSTERREICH WIEDER UM DIE 500 LAUFEVENTS STATT. NATÜRLICH KÖNNEN WIR NUR EINEN SEHR KLEINEN AUSZUG AN RESULTATEN BRINGEN. ALLE ERGEBNISSE FINDEN SIE IN BEREITS GEWOHNT PROFESSIONELLER WEISE UNTER WWW.PENTEK-TIMING.AT

LINZ-MARATHON

17. APRIL 2005

Männer:

- | | |
|-----------------------------|---------|
| 1. Ernest Kipyego (KEN) | 2:13:10 |
| 2. Benjamin Itok (KEN) | 2:14:04 |
| 3. Sammy Kigen (KEN) | 2:19:07 |
| 4. Maxwell Zungu (RSA) | 2:21:18 |
| 5. Erich Kokaly (Rosenbach) | 2:23:12 |

Frauen:

- | | |
|---|---------|
| 1. Tatyana Bulyschenko (LCC Wien/UKR) | 2:46:21 |
| 2. Inna Lebedeva (LCC Wien/UKR) | 2:49:43 |
| 3. Ulla Korenjak (GBR) | 3:06:28 |
| 4. Sigrid Bumberger (SV Gallneukirchen) | 3:09:53 |
| 5. Anna Pusch (SV Gallneukirchen) | 3:18:26 |

Halbmarathon – Männer:

- | | |
|--|---------|
| 1. Douglas Mwiti (KEN) | 1:05:00 |
| 2. Ivan Babarika (LCC Wien/GER) | 1:07:09 |
| 3. Günter Pirklbauer (ASKÖ Unterweisersdorf) | 1:11:57 |
| 4. Thomas Bosnjak (IGLA longlife) | 1:12:39 |
| 5. Andreas Koch (Magistrat Linz) | 1:14:28 |

Halbmarathon – Frauen:

- | | |
|--|---------|
| 1. Viola Bor (KEN) | 1:19:03 |
| 2. Elena Fadeeva (LCC Wien/GER) | 1:20:26 |
| 3. Stefanie Graf (LCC Wien) | 1:24:26 |
| 4. Angiola Conte (ITA) | 1:30:08 |
| 5. Christina Khinast-Sittenthaler (Linz) | 1:30:58 |

2. SALZBURG AMREF MARATHON

24. APRIL 2005

Männer

- | | |
|---|---------|
| 1. Josephat Kiprono-Rotich (KEN) | 2:21:46 |
| 2. Wolfgang Millinger (Union Salzburg) | 2:44:59 |
| 3. Armin Weibenböck (HSVM Wr. Neustadt) | 2:48:03 |
| 4. Karl Aumayr (St. Georgen) | 2:49:14 |
| 5. Josef Dißbacher (LCAV Doubrava) | 2:49:29 |

Frauen

- | | |
|-------------------------------|---------|
| 1. Lucia Mwihaki-Kimani (KEN) | 2:48:20 |
| 2. Helga Rauch (ITA) | 3:01:37 |
| 3. Angelika Krug (GER) | 3:23:41 |
| 4. Elisabeth Kern (GER) | 3:40:20 |
| 5. Birgit Unterhauser (GER) | 3:43:46 |

Halbmarathon – Männer

- | | |
|-------------------------------|---------|
| 1. Caleb Ngetich (KEN) | 1:04:57 |
| 2. Marco Sturm (GER) | 1:12:43 |
| 3. Sinisa Marcetic (BIH) | 1:12:56 |
| 4. Max Wenisch (HSV Krems) | 1:13:04 |
| 5. Gerhard Lettner (ASKÖ ASV) | 1:13:13 |

Halbmarathon – Frauen:

- | | |
|----------------------------|---------|
| 1. Lucy Njeri-Muhami (KEN) | 1:17:54 |
| 2. Maria Koch (ASKÖ ASV) | 1:23:48 |

- | | |
|---|---------|
| 3. Renate Einfalt (Die Wildschweine) | 1:26:05 |
| 4. Astrid Kaltenböck (The Running Family) | 1:29:06 |
| 5. Patrizia Bazzani (ITA) | 1:29:48 |

INNSBRUCKER SPARKASSEN STADTLAUF

1. MAI 2005

Männer (10 km)

- | | |
|---|-------|
| 1. Elisha Sawe (LCC Wien/KEN) | 29:38 |
| 2. Roland Weissteiner (SV Sterzing/ITA) | 30:42 |
| 3. Ben Tickner (GBR) | 30:57 |
| 4. Edi Lahner (SV Sterzing/ITA) | 31:18 |
| 5. Hannes Rungger (Südtiroler Laufverein Mitas/ITA) | 32:16 |

Frauen (10 km)

- | | |
|---|-------|
| 1. Renate Rungger (SV Sterzing/ITA) | 34:05 |
| 2. Oksana Melzaeva (LCC Wien/UKR) | 36:25 |
| 3. Ellen Förster (ULC Linz Oberbank) | 38:55 |
| 4. Silvia Alber (ASV RC Vinschgau/ITA) | 39:03 |
| 5. Verena Lechner (LG Pletzer Hopfgarten) | 39:54 |

Tiroler Landesmeisterschaft, Männer (10 km)

- | | |
|--|-------|
| 1. Alexander Rieder (LSV 1990 Kitzbühel) | 32:43 |
| 2. Thomas Rangger (LG Decker Itter) | 34:31 |
| 3. Alois Egger (TU Raika Schwaz) | 34:33 |

Tiroler Landesmeisterschaft, Frauen (10 km)

- | | |
|---|-------|
| 1. Verena Lechner (LG Pletzer Hopfgarten) | 39:54 |
| 2. Nadja Wasikowski (LSV 1990 Kitzbühel) | 41:12 |
| 3. Magdalena Schiffer (SV Raika Reutte) | 41:20 |

ENERGY RUN EISENSTADT

1. MAI 2005

Rund 700 Läuferinnen und Läufer gingen beim 3. „Energy Run powered bei Begas & Bewag“ in Eisenstadt an den Start. Hauptlauf war der Halbmarathon, in dem auch die burgenländischen Landesmeister ermittelt wurden. Schnellster bei den Männern war Siegfried Meng (LC Quicky Winden), in 1:20:18 Stunden. Bei den Damen pulverisierte Uschi Bredlinger (LCC Wien) in 1:25:33 den Streckenrekord gleich um zehn Minuten. Landesmeisterin wurde Susanne Taucher (Laufteam).

Halbmarathon – Männer

- | | |
|---|---------|
| 1. Siegfried Meng (LC Quicky Winden) | 1:20:18 |
| 2. Werner-Franz Faymann (LA Mittelburg.) | 1:22:48 |
| 3. Herbert Wutzlhofer (Schwechat) | 1:22:51 |
| 4. Andreas Felber (ORF Laufsport) | 1:24:08 |
| 5. Albrecht Prieler (Laufteam Burgenland) | 1:24:46 |

Halbmarathon – Frauen

- | | |
|---------------------------------|---------|
| 1. Uschi Bredlinger (Pötsching) | 1:25:33 |
| 2. Hermine Amtmann (ASVÖ Gols) | 1:37:12 |
| 3. Michaela Rudolf (LCU Pyhra) | 1:38:43 |
| 4. Tina Hadjioannou-Wenz (ÖSV) | 1:43:39 |
| 5. Valuria Farkas (HUN) | 1:44:47 |

21. ATTNANGER OBERBANK MEILE

7. MAI 2005, ATTNANG

Michael Sneiderberger triumphierte bei der 21. Attnanger Oberbank Meile zum zweiten Mal nach 2002. Der Tscheche ließ dem Sieger der drei größten Straßenmeilen in Italien (Feltre, Avezano und Rom), Philemon Tanui (Kenia), im Spurt keine Chance. Spitze und erstmals auf dem Attnanger Podest war Daniel Spitzl (BSV Brixlegg). Die gute Vorstellung in Attnang lässt ihn auf eine gute Bahnsaison hoffen. Einer der Favoriten, Isaak Sang (Kenia), rutschte ausgangs des Meilodroms auf dem regennassen Zebrastrifen weg und stürzte. Die Kurven des Achterparcours konnten von den Athleten aufgrund der Nässe nicht in der gewohnten Schräglage genommen werden. Die Siegerzeiten der letzten Jahre blieben daher unangetastet.

Elite (1.609 m)

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Michael Sneiderberger (CZE) | 4:06,92 |
| 2. Philemon Tanui (KEN) | 4:07,46 |
| 3. Daniel Spitzl (BSV Brixlegg) | 4:07,82 |
| 4. Philemon Kimutai (KEN) | 4:08,70 |
| 5. Alex Sang (KEN) | 4:10,43 |
| 6. Alexander Sitkovsky (UKR) | 4:10,92 |
| 15. Markus Abuja (KLC) | 4:18,05 |
| 16. Christian Pflügl (LCAV doubrava) | 4:21,26 |

Unter 18

- | | |
|-------------------------------|---------|
| 1. Klaus Vogl (LCA Amstetten) | 4:46,06 |
|-------------------------------|---------|

Unter 16

- | | |
|--|---------|
| 1. Kevin Tremel (LCAV doubrava) | 5:21,97 |
| 1. Melanie Hofmeister (WSV Bischofswiesen) | 5:28,79 |

24. MONDSEE HALBMARATHON

5. JUNI 2005

Männer

- | | |
|-------------------------------------|---------|
| 1. Peter Chemaoy (KEN) | 1:08:03 |
| 2. Franz Ellmayer (LG St. Wolfgang) | 1:10:26 |
| 3. Gerhard Wörndl (ASV Red Bull) | 1:12:13 |
| 4. Gerhard Lettner (ASV Salzburg) | 1:12:46 |
| 5. Thomas Frühwald (ASV Salzburg) | 1:13:24 |

Frauen

- | | |
|-------------------------|---------|
| 1. Dana Janecková (SVK) | 1:19:31 |
|-------------------------|---------|

- | | |
|---|---------|
| 2. Sigrid Bumberger (SV Gallneukirchen) | 1:29:16 |
| 3. Evelyn Stuhlinger-Lipowitz (GER) | 1:29:29 |
| 4. Maria Strasser (Jenbach) | 1:31:08 |
| 5. Ingrid Mair-Mayer (DSG Union Pfandl) | 1:31:49 |

KLAGENFURT-HALBMARATHON

19. JUNI 2005

Männer

- | | |
|----------------------------------|---------|
| 1. Roman Weger (LC Villach) | 1:08:32 |
| 2. Dietmar Mascher (KLC) | 1:17:11 |
| 3. Erwin Kozak (KLC) | 1:18:23 |
| 4. Markus Poll (GSVK SV Kärnten) | 1:19:00 |
| 5. Bruno Schumi (KLC) | 1:19:31 |

Frauen

- | | |
|---|---------|
| 1. Waltraud Laznik (LAC Altis Kappel) | 1:27:30 |
| 2. Astrid Kopp (LAC Altis Kappel) | 1:28:25 |
| 3. Kristin Berglund (SCLT Breitenbach) | 1:29:56 |
| 4. Birgit Kummerer (LC Villach) | 1:31:01 |
| 5. Sibylle Schild (LC Aufi Owi Sport Wiel.) | 1:31:10 |

KNITTELFELD HALBMARATHON, STEIRISCHE

MEISTERSCHAFTEN HALBMARATHON

15. MAI 2005

Herren

- | | |
|--|---------|
| 1. Harald Bauer (TUS Kainach) | 1:08:09 |
| 2. Manfred Heit (ATUS Spark. Knittelfeld) | 1:08:38 |
| 3. Georg Ruess (Kolland Top Sport Asics) | 1:11:50 |
| 4. Peter Priplf (Kolland Top Sport Asics) | 1:11:58 |
| 5. Gernot Hammer (Kolland Top Sport Asics) | 1:12:50 |

Mannschaftswertung

- | | |
|----------------------------|---------|
| 1. KOLLAND TOP SPORT ASICS | 3:36:38 |
|----------------------------|---------|

Damen

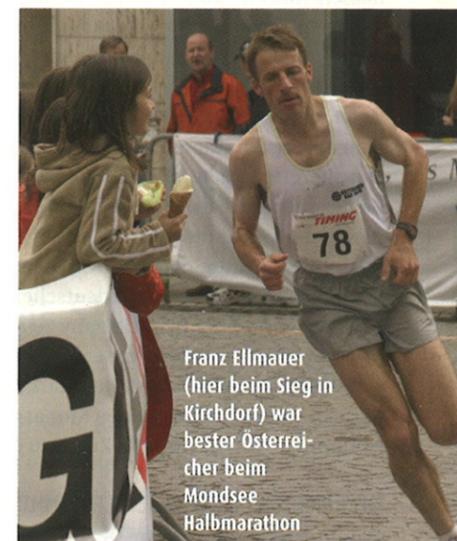
- | | |
|--|---------|
| 1. Maria Zechmeister (Happy Lauf Anger) | 1:24:48 |
| 2. Karoline Dohr (TUS Kainach) | 1:27:13 |
| 3. Sabine Pichler (ATUS Spark. Knittelfeld) | 1:29:51 |
| 4. Elke Hochfelner (ATUS Spark. Knittelfeld) | 1:32:11 |
| 5. Ute Planitzer (ATUS Spark. Knittelfeld) | 1:33:59 |

Mannschaftswertung

- | | |
|----------------------------|---------|
| 1. ATUS SPARK. KNITTELFELD | 4:36:01 |
|----------------------------|---------|



Dritter bei der Attnanger Meile: Daniel Spitzl (rechts)



Franz Ellmayer (hier beim Sieg in Kirchdorf) war bester Österreicher beim Mondsee Halbmarathon

Energie war noch nie so gut!



- Knusprige Energie für den Sportler
- Hohe Verdaulichkeit, dank geringem Fettanteil
- Vitamin-Mix eingebunden in den Energiestoffwechsel
- Gut gegen Muskelkrämpfe

Vor, während und nach dem Sport: Power Sport Crunchy wurde bereits erfolgreich getestet (so z. B. von Extremradler Wolfgang Fasching und Ultra-Triathlon-Europameister Luis Wildpanner)

Mehr Infos: www.sport-equipment.at, Tel.: 07242/612 72



Europaweg aufs Höllengebirge

FLORIAN HEINZLE UND SANDRA BAUMANN GEWINNEN AM FEUERKOGEL DIE BERGLAUF-STAATSMEISTERSCHAFTEN. DIE BEVORSTEHENDE EUROPAMEISTERSCHAFT AM GROSSGLOCKNER HAT ALLE KRÄFTE MOBILISIERT. ÖSTERREICH UND DEUTSCHLAND HABEN HIER DIE EM-QUALIFIKATION ABGEHALTEN.

DER VON EBENSEE über 1.250 Höhenmeter auf den Feuerkogel und das Höllengebirgsplateau führende Steig ist auch als „Europaweg“ beschildert. Kein unpassender Name, schließlich ging es hier für die besten heimischen Bergläufer darum, die Teilnahme an der Europameisterschaft am 10. Juli in Heiligenblut zu sichern. „Man hat gemerkt, dass alle richtig aufgestachelt waren“, so der Drittplatzierte Alexander Rieder im Ziel. „Mit so viel Konzentration und Einsatz wie hier herauf kann ich nur ganz wenige Rennen laufen.“

Alle, die eine Chance aufs EM-Ticket gesehen haben, waren bei heftigem Regen am Start versammelt. Internationale Konkurrenz machte das Rennen zusätzlich spannend; auch die Deutschen hielten am Feuerkogel ihre EM-Quali ab. Der weltbeste Bergläufer Jonathan Wyatt aus Neuseeland holte in 56:17 Minuten erwartungsgemäß den Tagessieg samt Streckenrekord. Dahinter feierte Vize-Europameister Florian Heinzle seinen ersten österreichischen Berglaufertitel: „Zum Schluss habe ich Krämpfe bekommen, aber ansonsten war es ein sehr guter Test für den Großglockner.“ Der allergiegeplagte Vorarlberger konnte im Regenwetter seine Fähigkeiten voll ausspielen und zählt auch bei der EM zum Kreis der Medaillenkandidaten. Mit seiner Laufzeit von 58:18 Minuten blieb Heinzle unter dem alten Streckenrekord (59:11 von Roman Skalsky) und vor den besten deutschen Läufern, darunter Helmut Schiessl, Dritter der World Trophy 2004. Alois Redl, der in 59:00 Minuten Platz zwei der Meisterschaften belegte, war wie beim Grand-Prix-Rennen von Mölten stark in Form. Der Waldviertler hatte die Strecke bereits einen Monat zuvor unter die Lupe genommen, um nichts dem Zufall zu überlassen.

KURS RICHTUNG GROSSGLOCKNER STIMMT

Dahinter wogte der Kampf um die EM-Plätze. Helmut Schmuck war an diesem Tag nicht am Gipfel seiner Möglichkeiten und belegte in der Meisterschaftswertung nur den elften Rang. Markus Hohenwarter, überlegener Staatsmeister im Halbmarathon, hatte mit dem rutschigen Terrain schwer zu kämpfen und musste sich mit Platz sechs zufrieden geben. Thomas Heigl landete als Fünfter einen Achtungserfolg. Die beiden EM-Plätze neben Heinzle und Redl konnten jedoch als Dritte und Vierte der Meisterschaften die Tiroler Routiniers Alex Rieder und Markus Kröll einfahren.

Bei den Frauen setzte sich Sandra Baumann durch und wiederholte damit ihren Meisterschaftserfolg vom Vorjahr. Mit Petra Summer und Patrizia Rausch, dem deutschen Nationalteam sowie der Italienerin Antonella Confortola gab es auch hier ein starkes Feld. Bereits am ersten Anstieg fiel die Entscheidung zugunsten der Oberösterreicherin. „Als ich am ersten Anstieg auch die Italienerin abschütteln konnte, war mein einziger Gedanke, nicht zu überziehen. Der Kurs in Richtung Berglauf-EM stimmt“, so Baumann, die in 1:03:18 Stunden siegte und ihre Saisonplanung ganz auf den Berglauf ausgerichtet hat. Die Vorarlbergerin Petra Summer holte in starken 1:05:39 Stunden Silber, Bronze

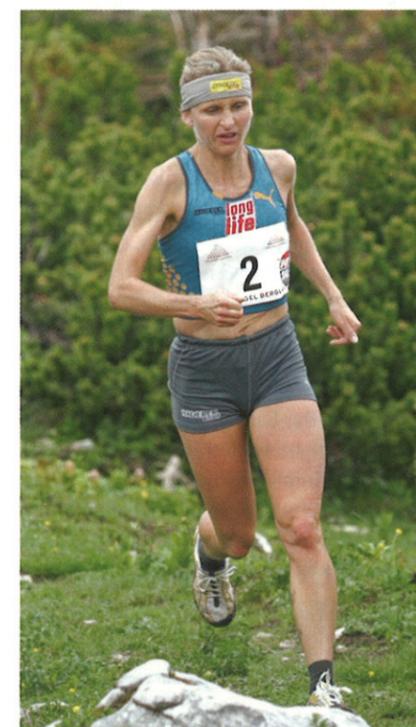


Der Großglockner kann kommen! Florian Heinzle zeigte sich am Feuerkogel in hervorragender Form

ging etwas überraschend an Sabine Stelmüller. Patrizia Rausch erwischte einen rabenschwarzen Tag: „Gleich am Anfang dachte ich: Das Tempo ist mir heute viel zu schnell.“ Im Ziel hatte sie über sechs Minuten Rückstand. Aufgrund ihrer starken Leistungen im Vorfeld – u. a. Platz vier beim Berglauf Grand Prix in Mölten – vertraut ÖLV-Berglaufreferent Ernst Künz aber auch bei der EM auf die Stärken der Tirolerin. Und selbstverständlich zählt er ganz wesentlich auf Andrea Mayr. Die EM-Zweite und Dritte der World Trophy im Vorjahr hatte auf die Staatsmeisterschaften in Ebensee verzichtet, um sich für die 3.000 Meter Hindernis in Form zu bringen, wo sie sensationellerweise das WM-Limit für Helsinki schaffen konnte.

GUTE AUSSICHTEN

Ernst Künz: „Alle haben hervorragend gekämpft. Wir haben das beste Team am Start und gute Medaillenchancen. Die Entscheidungen werden sicher knapp, aber ich hoffe, wir können die Erfolgsserie der letzten Jahre fortsetzen.“



Überlegene Siegerin: Sandra Baumann ist nach winterlicher Krankheitspause wieder top

ERGEBNISSE

Berglauf-Staatsmeisterschaften Ebensee, 5. Juni 2005

MÄNNER (11 km / HD 1.250 m)

1. Florian Heinzle (ULC Dornbirn)	58:18
2. Alois Redl (LCC Wien)	59:00
3. Alexander Rieder (LSV Kitzbühel)	59:28
4. Markus Kröll (Kolland Topsport)	1:00:07
5. Thomas Heigl (LCC Wien)	1:00:35
6. Markus Hohenwarter (LC Villach)	1:00:40

Mannschaft: LCC Wien

U20

1. Bernd Weberhofer (KSV)	1:04:46
2. Andreas Rois (KSV)	1:06:42
3. Steve Pauritsch (Plechis Power Team)	1:06:46

FRAUEN (9 km / HD 1.250 m)

1. Sandra Baumann (IGLA long life)	1:03:18
2. Petra Summer (Saeco Power Team)	1:05:39
3. Sabine Stelmüller (TV Wels)	1:07:38
4. Irmí Kubicka (LGAU Pregarten)	1:07:56
5. Patrizia Rausch (SC LT Breitenbach)	1:09:32
6. Andrea Reithmayer (SV Schlickeralm)	1:09:45

Mannschaft: LAC Salzburg

U20

1. Barbara Mandlbauer (LG Kirchdorf)	1:19:43
2. Christina Mandlbauer (LG Kirchdorf)	1:21:06

WAS IST DIE STEIGERUNGSFORM VON LAUFEN? BERGLAUFEN!

Heuer findet der VKB-Berglaufcup zum vierten Mal statt. Der Pöstlingberg, die Gis und der Kürnberg laufen wieder unter dem Dach Berglaufcup zu einem Finale ein.

VKB-Pöstlingberglauf:

> 3. September 2005, 19.00 Uhr

VKB-Gislauf:

> 1. Oktober 2005, 14.30 Uhr

VKB-Kürnberglauf:

> 12. November 2005, 14.00 Uhr

www.berglaufcup.at

VKB | Bank

Operation Edelmetall

IN HEILIGENBLUT ZÄHLEN DIE ÖSTERREICHISCHEN LÄUFERINNEN UND LÄUFER ZU DEN MEDAILLENKANDIDATEN. AUCH DER RICHTIGE TEAMGEIST KANN BEI DER EM GOLD (ODER SILBER ODER BRONZE) WERT SEIN. LESEN SIE HIER ÜBER DIE CHANCEN FÜR DAS ÖLV-TEAM AM GROSSGLOCKNER.

NATÜRLICH MOTIVIERT DIE EM im eigenen Land besonders. Natürlich hat es in den vergangenen Jahren stets Edelmetall für die österreichischen BergläuferInnen gegeben. Natürlich steht das stärkste Team am Start. Aber die Strecke von Heiligenblut auf die Franz-Josefs-Höhe muss erst bezwungen werden – und die Konkurrenz im Berglauf wird Jahr für Jahr dichter.

LUFTIGE HÖHEN

Florian Heinzle und Andrea Mayr, die EM-Silbrenen von 2004, dürfen in Europa von der Klasse her zu den Top 5 in den Bergen gezählt werden. An einem guten Tag sind beide für Medaillen gut. Nicht nur das Heimpublikum, auch die übrigen Rennfavoriten im Läuferfeld werden ein Auge auf diese beiden werfen. Der 23-jährige Heinzle kann mit der Erleichterung über die soeben abge-

schlossene Fachhochschul-Diplomarbeit (Technisches Produktionsmanagement) ins Rennen gehen. Andrea Mayr, Medizinerin mit vielseitigen Sportauftritten, hat zuletzt auf der Bahn hervorragende Rennen gezeigt. Im steilen Schlussabschnitt mit den zahlreichen Steinstufen unterhalb des Ziels sollten der 26-Jährigen auch ihre Qualitäten als Treppenläuferin zugute kommen können.

GEMEINSAME SACHE

Für alle acht heimischen Athleten gilt: Teamgeist zählt! Das ÖLV-Frauenteam mit Sandra Baumann, Andrea Mayr, Patrizia Rausch und Petra Summer hat im Vorjahr sowohl bei der EM in Polen wie auch bei der World Trophy in Italien Silber gewonnen. Alle vier haben sich heuer sportlich in Bestform präsentiert: Mayr hat zwar noch keinen Berglauf bestritten, war aber



Pasterzenblick für die Bergläufer: Die Europameisterschaft am Großglockner soll ein Highlight für den Berglaufsport werden. Der offene Volkslauf findet auf der Originalstrecke einen Tag vorher statt.

EUROPAMEISTERSCHAFT

Berglauf-Europameisterschaft Großglockner Berglauf, Heiligenblut

Samstag 9. Juli

Großglockner Berglauf (offener Volkslauf)
Start 10.00 Uhr, Heiligenblut
Strecke wie beim EM-Lauf der Herren

Sonntag 10. Juli

4. Berglauf Europameisterschaft
Damen Start 8.30 Uhr, „Kräuterwandstüberl“
Streckenlänge: 10.060 m /
Höhendifferenz 1.335 m
Herren Start 10.00 Uhr, Heiligenblut
Streckenlänge: 12.950 m /
Höhendifferenz 1.520 m
Ziel: Franz-Josefs-Höhe
Siegerehrung 17 Uhr Heiligenblut

Rahmenprogramm:

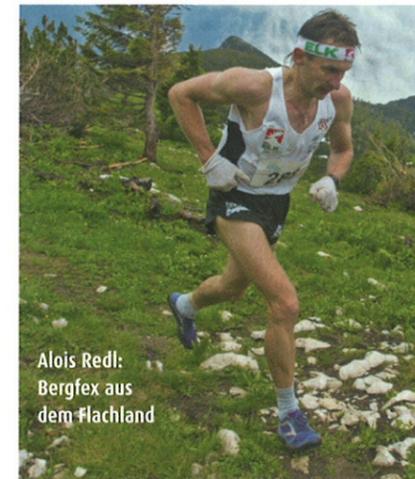
Kinderlauf, Pastaparty,
Startnummernverlosung ...
„Lake and Mountain Wertung“: Kombination mit
„Kärnten läuft“ Halbmarathon am 21. August
www.grossglocknerberglauf.at

auf jedem Terrain stark. Baumann zeigte bei den Berglauf-Meisterschaften auf und hat sich heuer auf den Berglauf konzentriert wie früher auf den Cross. Rausch und Summer haben unter anderem mit neuen Bestleistungen im Halbmarathon und bei Testrennen am Berg ihre gute Form unterstrichen. Ob sie den favorisierten Italienerinnen diesmal nahe kommen können?

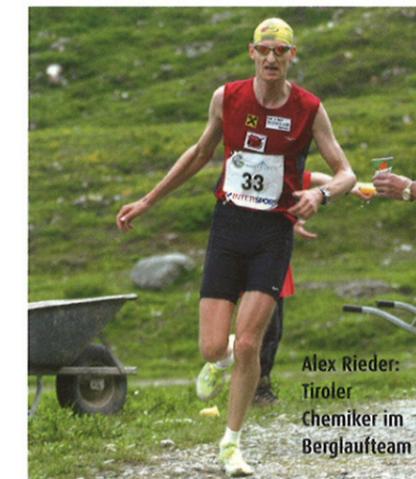
IM QUARTETT NACH VOR

Auch die Männer haben Chancen auf einen Podestplatz in der Nationenwertung. Die Platzierungen der drei Besten je Nation werden addiert, bei Punktegleichstand entscheidet der Rang des vierten Läufers. Alois Redl hat mit einem starken fünften Platz beim Berglauf Grand Prix in Mölten heuer auf sich aufmerksam gemacht und

weiß, worum es geht: „Das Berglaufteam ist die einzige Chance für mich, eine internationale Medaille zu gewinnen.“ Entsprechend motiviert geht der von Uli Swoboda trainierte Gmünder – „Länger als 250 Meter sind die Hügel bei mir zu Hause nicht“ – ins Rennen. Alexander Rieder und Markus Kröll komplettieren die Mannschaft. Bei der Staatsmeisterschaft in Ebensee haben sie sich mit Einsatz und Erfahrung gegen die Konkurrenz aus dem eigenen Land durchgesetzt. Mit ähnlicher Power werden sie auch bei der EM gute Figur machen. Beide kennen die Strecke aus den vergangenen Jahren gut. Die internationale Konkurrenz wird auf die Hoffnungen und Träume der heimischen Bergläufer bei der EM im eigenen Land freilich keine Rücksicht nehmen.



Alois Redl:
Bergfex aus
dem Flachland



Alex Rieder:
Tiroler
Chemiker im
Berglaufteam



Andrea Mayr, Petra Summer, Sandra Baumann und Patrizia Rausch: Das erfolgreiche Damenteam wird gegenüber dem Vorjahr unverändert die Höhenmeter (und die Konkurrentinnen?) besiegen

DIE GAMSEN

ÖLV-Team für die Berglauf-EM in Heiligenblut

MÄNNER

Florian Heinzle

Jg. 1982
Verein: ULC Dornbirn
2. Platz Berg-EM 2004
2. Platz World Trophy 2003
3 x Silber World Trophy Junioren

Markus Kröll

Jg. 1982
Verein: Kolland Top Sport Asics
Sieger World Trophy Junioren 1990
2. Platz EM 2002 (Team)
7. Platz EM 2002

Alois Redl

Jg. 1972
Verein: LCC Wien
16. Platz World Trophy 2004
Berglauf-Staatsmeister 2002

Alexander Rieder

Jg. 1969
Verein: LSV 1990 Kitzbühel
2. Platz EM 2002 (Team)
8. Platz EM 2002 (Einzel)

FRAUEN

Sandra Baumann

Jg. 1971
Verein: IGLA long life
2. Platz EM und World Trophy 2004 (Team)
16. Platz EM 2003 und 2004
Berglauf-Staatsmeisterin 2004 und 2005

Andrea Mayr

Jg. 1979
Verein: LCC Wien
2. Platz Berg-EM 2004
3. Platz World Trophy 2004
2. Platz EM und World Trophy 2004 (Team)
Berglauf-Staatsmeisterin 2002 und 2003

Patrizia Rausch

Jg. 1972
Verein: SC LT Breitenbach
2. Platz EM und World Trophy 2004 (Team)
13. Platz EM 2004

Petra Summer

Jg. 1975
Verein: Saeco Power Team Koblach
2. Platz EM und World Trophy 2004 (Team)
10. Platz World Trophy 2004

Berglauf ist unnötig!?

DIE ÖSTERREICHISCHEN BERGLÄUFER GEWINNEN REGELMÄSSIG INTERNATIONALE MEDAILLEN. GESCHÄTZT UND GEFÖRDERT WIRD DER BERGLAUF TROTZDEM NICHT SONDERLICH. VIELE CHANCEN BLEIBEN DADURCH UNGENUTZT. STANDORTBESTIMMUNG EINER – HOFFENTLICH – AUFSTREBENDEN LEICHTATHLETISCHEN DISZIPLIN.

„BERGLAUF IST UNNÖTIG! Narrische Hobbyläufer, die sonst nichts zustande bringen. Kein sportliches Niveau. Geschenkte Medaillen. Endlich sagt das einmal jemand!“ Selbstverständlich sagt das niemand. Denn der Berglauf wird innerhalb der Leichtathletik geduldet. Er wird mehrheitlich wohl nicht geliebt, manchmal wird er missbilligt oder ignoriert, er wird kaum gefördert, aber er wird geduldet. Immerhin. Angesichts der Erfolge und Chancen ist dieser Umgang aber jedenfalls nachlässig.

Der sportliche Wettkampf in alpiner Natur und vor beeindruckender Bergkulisse eröffnet Möglichkeiten, wie sie die Stadionleichtathletik nicht bieten kann. Die Bilder und die Atmosphäre eines Zieleinlaufs mit Blick beispielsweise auf Pasterze & Groß-

glockner (oder auf das Matterhorn oder die Drei Zinnen ...) bieten unvergessliche Eindrücke für die Teilnehmer und hervorragende Möglichkeiten für Touristiker und Kameraleute. Tour-de-France-Atmosphäre im Berglauf – warum nicht? 1.000 Teilnehmer beim anspruchsvollen Großglockner-Berglauf und noch größere Läuferfelder bei Rennen in anderen Ländern zeigen die Breitenwirksamkeit. Gerade das Alpenland Österreich mit seiner touristischen Infrastruktur könnte federführend darin sein, dem Berglauf auch als Wettkampfsportart Anerkennung zu verschaffen, die ihm bisher zweifellos fehlt.

Entgegen vielen Meinungen ist Berglauf eine umkämpfte Wettkampfdisziplin. Die sportliche Entwicklung ist unübersehbar. Jene Zeiten, als gut trainierte Hobbyläufer achtbare Resultate erreichen konnten, sind längst Geschichte. Selbstverständlich ist die Leistungsentwicklung, wie in jeder vergleichsweise jungen Wettkampfdisziplin, noch nicht abgeschlossen. Aber die Zahl der Berglauf-Nationen steigt ebenso wie die Konkurrenz. Erfolge entstehen derzeit jedoch allein aus Einzelinitiative und kommen praktisch ohne Förderungen und Strukturen zustande.

„WELTMEISTER“ WYATT

Auf Weltebene ist der Berglauf weniger stark vertreten als in Europa – wenngleich Athleten etwa aus Mexiko, Eritrea oder Neuseeland zu den Besten zählen. Offizielle Weltmeisterschaften unter dem Dach der IAAF sind zwar ein Thema, für die nächsten Jahre

Die Einführung einer offiziellen Berglauf-WM ist in den nächsten Jahren nicht realistisch. Im Sprachgebrauch ist Jonathan Wyatt dennoch Berglauf-„Weltmeister“, sogar auf der Homepage der IAAF.

ist eine Einführung aber unrealistisch. Der Sprachgebrauch ist der Realität bereits voraus. Jonathan Wyatt wird sogar auf der Homepage der IAAF nicht selten als Berglauf-„Weltmeister“ titulierte.

Nicht zuletzt aufgrund des Engagements von Erika Strasser, ehemalige ÖLV-Präsidentin und nunmehrige Vorsitzende des Berglaufkomitees der EAA, werden seit 2002 offizielle Berglauf-Europameisterschaften ausgetragen. Dass die bisherigen drei Titelkämpfe an teils sehr abgelegenen Orten mit unterschiedlichen Abstufungen organisatorisch mangelhaft waren, lässt sich nicht bestreiten. Man darf mit einiger Berechtigung hoffen, dass die bevorstehende EM in Heiligenblut mit dem Rennen auf die Franz-Josefs-Höhe am Großglockner neue Standards setzen kann und der Berglauf dadurch mehr ins Bewusstsein der Öffentlichkeit dringt. Schritte in Richtung Professionalität sind dringend notwendig. Fest steht: Solange die Leichtathletik selbst den Berglauf nicht ausreichend schätzt und fördert, bleiben Chancen ungenutzt. Und der Berglauf bietet viele Möglichkeiten.

Der Neuseeländer Jonathan Wyatt beherrscht seit Jahren die internationale Berglaufszene



Ergebnisse Berglauf

DIE BERGLAUFSAISON IST NOCH KURZ, DIE ERSTEN RESULTATE LASSEN EINE SPANNENDE SAISON ERWARTEN. JONO WYATT IST NACH WIE VOR DAS MASS ALLER DINGE. DIE ITALIENER ZEIGEN SICH WIE IMMER GUT IN FORM. SPANIEN VERSTÄRKT SEINE PRÄSENZ – UND DIE ÖSTERREICHER SIND VORNE MIT DABEI.

WMRA Berglauf Grand Prix 8. Mai 2005, Mölten (ITA)

Den Auftakt zum Berglauf Grand Prix nutzten viele Athleten zur ersten Formüberprüfung. Alois Redl war den Lokalmatadoren als Fünfter dicht auf den Fersen. Patrizia Rausch präsentierte sich bei den Frauen als Vierte in hervorragender Verfassung.

Männer (9 km / HD 1.000 m)

1. Jonathan Wyatt (NZL)	41:12
2. Robert Krupicka (CZE)	43:55
3. Emanuele Manzi (ITA)	44:53
4. Marco Gaiardo (ITA)	45:15
5. Alois Redl (AUT)	45:39
8. Gerd Frick	45:58
12. Markus Kröll (AUT)	46:55
23. Markus Hohenwarter (AUT)	48:21
30. Thomas Heigl (AUT)	49:48

Frauen (9 km / HD 1.000 m)

1. Izabela Zatorska (POL)	55:39
2. Antonella Confortola (ITA)	55:55
3. Maribel Martínez Rentero (ESP)	55:58
4. Patrizia Rausch (AUT)	56:58
8. Marion Kapuscinski (AUT)	58:48

2. Int. Äpelelauf

22. Mai 2005, Feldkirch

Männer (9,2 km / HD 840 m)

1. Florian Heinzle (ULC Dornbirn)	44:13
2. Radomir Soukup (CZE)	45:58
3. Stefan Keckeis (Saeco Power Team)	48:50

Frauen (9,2 km / HD 840 m)

1. Petra Summer (Saeco Power Team)	50:54
2. Aurelia Ulrich	59:09

WMRA Berglauf Grand Prix

29. Mai 2005, Gibraltar

Erstmals machte der Grand Prix in Gibraltar Station. Mit dem Spanier Vicente Capitan gab es einen Überraschungssieger.

Männer (11,8 km / HD +480 m, -250 m)

1. Vicente Capitan (ESP)	43:14
2. Marco de Gasperi (ITA)	43:19
3. Robert Krupicka (CZE)	43:24
8. Gerd Frick	44:44

Frauen (8,2 km / HD +480 m, -250 m)

1. Izabela Zatorska (POL)	37:42
2. Elisa Desco (ITA)	39:23
3. Steffi Buss (GER)	39:36



Markus Kröll, erfahrener Zillertaler im EM-Team am Großglockner

In Linz läuft man aufwärts – und das gleich drei Mal

VKB-BERGLAUF CUP VEREINT DIE LÄUFE AUF PÖSTLINGBERG, GIS UND KÜRNBERG.

DER VKB-BERGLAUF CUP lockt heuer zum vierten Mal zu den Bergläufen nach Linz. Drei Bewerbe in unmittelbarer Nähe zum Linzer Stadtgebiet machen heuer wieder gemeinsame Sache. Der Pöstlingberglauf eröffnet die Serie am 3. September mit dem abendlichen Lauf vom Stadtzentrum zum Linzer Wahrzeichen auf der nördlichen Seite der Donau (270 m Höhendifferenz). Der Anstieg ist durchaus giftig, das Rennen aber vergleichsweise kurz und daher auch für Einsteiger geeignet. Mit dem Gislauf (650 m Höhendifferenz) am 1. Oktober, zugleich die OÖ Berglauf-Landesmeisterschaften, ist auch Österreichs traditionsreichster Berglauf im Cup vertreten. Und beim 12 km langen, hügeligen Kürnberglauf, wo Ausdauer gefragt ist, fällt am 12. November die Entscheidung in der Endabrechnung des VKB-Berglaufcups.

Durch gemeinsames Auftreten soll das Interesse



Der Berg ruft! Drei Bergläufe in Linz und Umgebung bilden den attraktiven VKB-Berglaufcup.

für den Berglauf geweckt werden. Jedes Ergebnis der drei Läufe wird für den Cup gewertet, egal ob jemand einmal, zweimal oder dreimal gestartet ist. Am Schluss werden die Klassensieger ebenso prämiert wie zwei Gesamtsieger.

DIE BEWERBE

4. VKB Berglauf-Cup

VKB-Pöstlingberglauf, 3. Sept. 2005, 19:00 Uhr
VKB-Gislauf, 1. Oktober 2005, 14:30 Uhr
VKB-Kürnberglauf, 12. November 2005, 14:00 Uhr
Infos: www.berglaufcup.at



Bloß nicht sauer werden ...

MUSKELN, SEHNEN, BÄNDER UND KNOCHEN WERDEN IM HOCHLEISTUNGSSPORT AUFS ÄUSSERSTE STRAPAZIERT. NICHT SELTEN MÜSSEN SPITZENSORTLER AUFGRUND EINES ERMÜDUNGSBRUCHS EINE TRAININGSPAUSE EINLEGEN, EINE „SCHMERZVOLLE“ ERFAHRUNG. BASISCHE ERNÄHRUNG KANN DIESEN PROBLEMEN VORBEUGEN.

ERNÄHRUNG IM LEISTUNGSSPORT war immer schon ein großes Thema, da erst durch richtige Nährstoffversorgung das Leistungspotenzial voll ausgeschöpft werden kann. Nun geht man noch einen Schritt weiter und meint, dass richtige Ernährung auch vor leidigen Knochenfrakturen wie einem Ermüdungsbruch bzw. vor Osteoporose schützen kann.

Die Grundlage dieser Behauptung liefert der Säure-Basen-Haushalt. Der menschliche Körper ist stets bemüht, den Blut-pH-Wert von 7,4 konstant zu halten. Die Nieren, die Leber, die Lungen und selbst das Blut besitzen Regulationsmechanismen, die Schwankungen wieder rasch ausgleichen können, da bereits Werte unter 7,35 oder über 7,45 pathologisch sind – Enzyme können nicht mehr optimal wirken, die Verteilung wichtiger Mineralstoffe im Körper verändert sich, so dass das Herz aus dem Takt gerät und ein Herzstillstand droht.

Studien zeigten trotz unterschiedlicher Diäten nichts Auffälliges: Das Blut besitzt genügend Puffersysteme, damit selbst eine noch so einseitige Ernährung mit einer ganzen Flut von Säuren und Basen den lebenswichtigen pH-Wert im Blut nicht aus den Gleisen wirft. Doch woher kommt der Puffer? Die Studien sorgten für Erstaunen: Bereits nach wenigen Tagen typischer westlicher Ernährung (einseitige Kost mit viel Fleisch und Weißmehlprodukten, dafür wenig Obst und Gemüse), musste der Körper seine Knochen anzapfen (C-Telopeptide, Marker für Knochenabbau im Urin), um mit deren basischen Salzen den Blut-pH-Wert aufrechtzuerhalten.

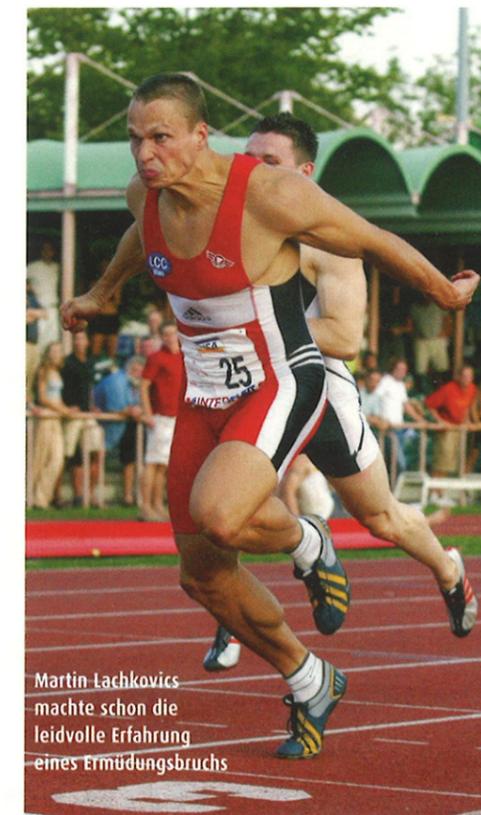
Schon eine schwache Übersäuerung bildet einen starken Reiz für Osteoklasten-Aktivitäten (Knochenabbauer) und hemmt die Osteoblasten (Knochenaufbauer). Säuren im Blut spornen daher die Osteoklasten an und sind somit auch Anstifter zum

Knochenraub, um den Blutsäurespiegel wieder ins Gleichgewicht zu bekommen. Maximale Leistung im Sport führt kurzfristig zu hohen Blutsäurekonzentrationen an Milchsäure und zu einer Übersäuerung. Die Milchsäure, das Laktat, ist für die Ermüdung und Erschöpfung der Muskeln verantwortlich. Eine erhöhte Pufferkapazität verbessert die körperliche Leistung. Von einseitiger, proteinreicher und kohlenhydratarmer Ernährung im Spitzensport ist daher strengstens abzuraten. Also keine Fleischberge mit wenig Obst, Gemüse oder Teigwaren. Der Stoffwechsel würde daraus zu viele Säuren bilden, die die Entsorgung der leistungsbegrenzenden Milchsäure behindern. Renommierte Wissenschaftler empfehlen Hochleistungssportlern mittlerweile eine basenbetonte Ernährung. Auch wird die Einnahme von Basenpräparaten im Spitzensport immer wieder diskutiert. Dem Otto Normalverbraucher ist von einer Selbstmedikation in Sachen Basenpulver jedoch abzuraten. Basen können die Magensäure neutralisieren, was sich auf die Verdauung und auch Erregerabwehr nachteilig auswirken kann. Daher nur nach ärztlicher Absprache zu Basenpräparaten greifen!

Obst und Gemüse stärken die Knochen. Knochenabbau bzw. Osteoporose ist vor allem auch bei älteren Menschen ein sehr wichtiges Thema. In einer Osteoporosestudie wurden 900 ältere Menschen zwischen 69 und 93 Jahren untersucht. Jene, die das meiste Obst und Gemüse aßen und sich damit sehr basenreich ernährten, hatten die dichtesten Knochen. Die Liebhaber

von Käse und Milch erreichten trotz sehr hoher Calciumaufnahme für viele überraschend nur den zweiten Rang. Eine Ernährung nach der Ernährungspyramide ist daher generell empfehlenswert. Der tägliche Verzehr von Obst und Gemüse scheint in Hinblick auf Knochendichte nun noch bedeutender zu werden, auch im Spitzensport. 5-mal am Tag Obst und Gemüse im Speiseplan zu integrieren ist kein so großes Problem wie es scheint: Zwei Portionen Obst zwischen den Hauptmahlzeiten, sowie Gemüse roh und gekocht zu Mittag in Form von Salat und Beilage und abends als Rohkost. Mehr Vollkornprodukte statt Weißmehl oder weißem Reis ermöglichen zusätzlich eine höhere Aufnahme an Mineralstoffen, die zur Abpufferung von Säuren dienen. Auch eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme unterstützt die Nieren bei der Ausschwemmung der Säuren. Um Spitzensport nicht nur „muskelstark“, sondern auch „knochenstark“ ausüben zu können, liefert nach dem neuesten Stand der Wissenschaft basenreiche Ernährung einen wichtigen Beitrag. Die Hitliste für eine Säure-Basen-balancierte Ernährung: Kartoffeln, Gemüse aller Art, Hülsenfrüchte wie Bohnen und Sojabohnen, Obst wie Äpfel, Birnen, Kirschen, Beeren, Mandarinen usw., Trockenobst, Oliven, Milchprodukte, Vollkornbrot und Vollkorngebäck.

Powered by



Martin Lachkovics machte schon die leidvolle Erfahrung eines Ermüdungsbruchs

Eine basenreiche Ernährungsweise sorgt für leistungsfähige Muskeln und „bruchsichere“ Knochen bei Spitzensportlern.



REZEPT-TIPP

KARTOFFEL-GEMÜSE-GRATIN | BUNTE GEMÜSESUPPE

KARTOFFEL-GEMÜSE-GRATIN

1 Karotte, 2 Stangen Staudensellerie, 3 gekochte Erdäpfel, Salz
Butter für die Form, 5 El Schlagobers, 1 Eidotter, 1 El frischer Parmesan, 1 Tl frischer Kerbel

Karotten und Sellerie in feine Scheiben schneiden, in Salzwasser blanchieren. Erdäpfel schälen und in Scheiben schneiden. Feuerfeste Form mit Butter ausfetten, mit Erdäpfelscheiben auslegen. Mit Pfeffer übermahlen. Gemüse darauf verteilen. Schlagobers mit Eidotter und Parmesan verrühren, über das Gemüse gießen. Im vorgeheizten Backrohr bei 175 °C ca. 30 Min. überbacken. Vor dem Servieren mit Kerbel bestreuen.

BUNTE GEMÜSESUPPE

2 Frühlingszwiebeln, ¼ Blumenkohl, 100 g frische Fisolen, 2 Tomaten, 1 Tl Olivenöl, frisch geriebene Muskatnuss, 1 Tl frischer Schnittlauch, Salz, Pfeffer

Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Tomaten kochend heiß überbrühen und häuten, vierteln, entkernen und würfelig schneiden. Olivenöl erhitzen und Frühlingszwiebeln glasig dünsten. Restliches Gemüse dazugeben und dünsten, mit ½ Liter Wasser aufgießen und 15 Min. köcheln lassen. Würzen und vor dem Servieren mit Schnittlauch bestreuen. (Suppe kann auch püriert werden).



MAG. CHRISTINA BUTSCHEDI, ERNÄHRUNGSWISSENSCHAFTLERIN



Der erst 15-jährige Christian Pirmann hat das Zeug, ein ganz Großer zu werden

Ein superschnelles Kraftpaket

DER KÄRNTNER CHRISTIAN PIRMANN IST ÖSTERREICHS HERAUSRAGENDER NACHWUCHSATHLET IM KUGELSTOSS UND DISKUSWURF. ER SELBST WILL SICH ZUNÄCHST EINMAL IN DIE JUGENDREKORDLISTEN EINTRAGEN UND DANN DIE MATURA SCHAFFEN. SEIN TRAINER GEORG FRANK TRAUT IHM ALLERDINGS VIEL MEHR ZU ...

PERSÖNLICHES

Christian Pirmann

Geboren: 27. Dezember 1989 in Klagenfurt
Wohnort: Truttendorf (Kärnten)
Verein: LAC Klagenfurt
Trainer: Georg Frank

Bestleistungen

Kugel (5 kg): 18,21 m
Kugel (6 kg): 15,58 m
Diskus (1,5 kg): 55,73 m
Diskus (1,75 kg): 49,22 m

Erfolge

Staatsmeistertitel in den diversen Nachwuchsklassen
Limit für die U18-Weltmeisterschaft im Kugelstoß und Diskuswurf

EIN AUSNAHMEATHLET, schwärmt Georg Frank, wenn die Sprache auf seinen Schützling Christian Pirmann kommt: „Ich habe noch nie mit einem Athleten wie dem Christian trainiert. Es ist einfach unglaublich, wie schnell er die richtigen Bewegungsabläufe erfasst. Seine Technik im Diskuswurf ist schon jetzt besser als bei vielen Routiniers.“ Die Folge ist eine geradezu sprunghafte Steigerung seiner Leistungen.

Erst vor etwas über zwei Jahren hat Christian mit dem Training begonnen: „Beim Sporteln in der Hauptschule ist mein Talent erkannt worden und der Georg Frank vom LAC Klagenfurt hat mich unter seine Fittiche genommen.“ Es ist aber nicht nur das außergewöhnliche Talent, das den jungen Kärntner auszeichnet. Trainer Frank: „Der Christian ist ein äußerst fleißiger Trainierer und er ist für ein Bröckerl von über 100 Kilo verdammt schnell. Als Schüler lief er zum Beispiel die 100 Meter in beachtlichen 12,20 Sekunden.“ Dazu kommt noch, dass Pirmann ein wahrer Albatros ist. Er verfügt über eine vergleichsweise große Spannweite

der Arme, was beim Diskuswurf alles andere als von Nachteil ist.

Trotz aller Superlative, mit denen der Gymnasiast (Sport BORG) von seinem Trainer bedacht wird, gibt er sich bei der Formulierung seiner Ziele eher bescheiden: „Es wäre toll, wenn ich österreichische Jugendrekorde im Diskuswurf und im Kugelstoß erzielen könnte. Dann kommt die Matura. Danach schau wir weiter. Ein Rekord in der allg. Klasse wäre natürlich schon super.“ Das traut ihm Trainer Frank auf jeden Fall zu: „Ich bin fest davon überzeugt, dass Christian meinen Diskusrekord (63,32 m, Anm. d. Red.) verbessern kann und dass er auch bei Großereignissen für Aufsehen sorgen wird.“ Der erste internationale Auftritt steht schon heuer im Juli bei der U18-Weltmeisterschaft an. Dabei sind die Erwartungen aber nicht sehr hoch: „Ich bin um zwei Jahre jünger als die Konkurrenten. Da ist nicht viel drin für mich. Ich will einfach eine gute Leistung bringen.“ In einigen Jahren darf Christian aber vielleicht schon mit Edelmetall spekulieren ...



Nur wer über sich hinauswächst, kann Weltklasse werden.

Go for Gold

Unterstützen wir unsere Sportler dabei. Mit dem Kauf des Go for Gold-Armbands. www.goforgold.at

Olivia Wäckinger, österreichische Weltklasse-Weitspringerin

Mit Unterstützung von:



INTERSPORT



Um 2,- Euro exklusiv bei McDonald's und Intersport

Talente auf dem Sprung

GIBT ES GENUG TALENTE? UND WIE KÖNNEN SIE AUF DEM WEG VOM NACHWUCHS AN DIE SPITZE BESTMÖGLICH UNTERSTÜTZT WERDEN? BESONDERS NACH DER JUNIORENKLASSE HÄNGEN VIELE IN DER LUFT UND VERLASSEN DIE LEICHTATHLETIK. ENTWICKLUNGSGEMÄSSER AUFBAU UND VIELFÄLTIGE FÖRDERUNG SIND GEFRAGT.

ÖSTERREICHS LEICHTATHLETIK hat mit drei Medaillen bei der Hallen-EM in Madrid den Tiefpunkt nach der WM in Paris 2003 überwunden. Bei aller Freude darüber: Die heimische Leichtathletik war damals nicht am Boden zerstört, genauso gilt es auch jetzt realistisch zu bleiben. Dennoch könnten die Erfolge für neue Motivation und neuen Aufschwung sorgen.

Die vielfach geäußerte Kritik, Österreichs Leistungsträger seien überaltert, kann nur bedingt gelten, stehen doch viele junge Talente auf dem Sprung in die „erweiterte“ Weltklasse. Beispielhaft seien hier die Kandidaten für die U18-WM, U20-EM und U23-EM angeführt (siehe Seite 21). Die Zusammenarbeit von Bundes-, National- und Vereins- bzw. Heimtrainern trägt zweifelsohne Früchte. Eine systematische Eingliederung weiterer Fachkompetenzen und die Mitarbeit und Identifikation aller Beteiligten könnte den Fortschritt beschleunigen und Wirkung im Sinne einer kontinuierlichen Entwicklung vom Nachwuchs- in den Spitzenbereich bringen.

LANGER WEG AN DIE SPITZE

Wer sich für die Leichtathletik entscheidet, hat einen sehr weiten Weg vom Talent an die internationale Spitze. Viele Disziplinen werden weltweit betrieben. „Zivilisation“ und ein hoher Lebensstandard sind in Disziplinen mit geringerem technischem Aufwand nicht unbedingt vorteilhaft für die Leistungsentwicklung. Deshalb ist von den obersten Gremien abwärts jeder gefordert, die Leistungen in der weltweit am meisten verbreiteten Sportart ins rechte Licht zu rücken. Beispiel Berglauf World Trophy: Hier kämpfen sich etwa doppelt so viele Teilnehmer aus dreimal so vielen Nationen den Berg hoch, als mit Skiern talwärts rasen. Dennoch konnte man sich bislang nur zu einer halbherzigen Anerkennung durchringen.

„Talente gibt es genug, man muss sie nur finden“ oder „Es gibt keine Talente mehr“ – diese Aussagen halten sich die Waage. In meiner Tätigkeit als Trainer bei diversen



Martin Pröll: Das Hindernis-Ass hing als 20-Jähriger trotz internationaler Erfolge finanziell in der Luft

Nachwuchs-Lehrgängen musste ich feststellen, dass vor allem das koordinative Niveau im Sinken ist. Modelle wie „Sportkindergärten“, „Bewegte Schule“ oder die seit langem geforderte „tägliche Turnstunde“ könnten diesem Trend längerfristig entgegenwirken. Dennoch wage ich zu behaupten: Talente sind genug da, man muss sie nur finden und anschließend das Interesse an unserer Sportart entsprechend wecken. „Kinderzehnkampf“, „Guglmania“, „Laufolympiaden“ und „Schülermehrkämpfe“ sind Teile eines richtigen Ansatzes. Um Synergieeffekte zu erzielen, müssen alle Potenziale in ein Gesamtkonzept integriert werden, in dem neben dem ÖLV auch Landesverbände, Vereine und andere Institutionen wie etwa Dachverbände ihren Anteil leisten.

DROP-OUT NACH DER JUNIORENKLASSE

Um die Drop-out-Rate gering zu halten, ist eine Unterstützung des Sporttalents über die gesamte Entwicklung sinnvoll. Vielleicht sollte man diesen Begriff auch einmal anders betrachten. Drop-outs wird es immer geben, nur wenige überstehen den mehrjährigen Selektionsprozess vom Talent an die nationale und internationale Spitze. Es ist durchaus legitim, obwohl auch oft nur schwer zu verstehen, wenn die Mehrzahl der Sportler, die aus verschiedenen Gründen die internationale Spitze nicht ins Visier nehmen können, sich aus dem Leistungssport verabschieden. Die heimische Leichtathletik vermisst jedes Talent, schade ist vor allem um die-

jenigen, die bei Ausschluss der Störfaktoren potenziell zukünftige Leistungsträger wären. Trotz Platz vier bei der Cross-Europameisterschaft (Junioren) 1999 hing beispielsweise die Karriere von Hindernis-Ass Martin Pröll damals am seidenen Faden. Eine Weiterverpflichtung im HLSZ war trotz dieser hervorragenden Leistung nicht möglich, erst ein Netz aus Subventionen mehrerer öffentlicher Institutionen schuf die soziale Absicherung für eine Fortsetzung der Karriere.

In Österreichs Leichtathletik gäbe es mehrere Prölls, viele müssen aber in den entscheidenden Situationen die berufliche Ausbildung in den Vordergrund stellen. Leistungssport und sozialer Aufstieg zugleich ist hierzulande nur für wenige Ausnahmeathleten möglich. Soziale Einbußen, verbunden mit einem immer größer werdenden Trainingsaufwand, sowohl zeitlich als auch finanziell, und mangelnde internationale Perspektive lassen viele die Spikes an den Nagel hängen.

Ein verbessertes Image der Leichtathletik, verbunden mit einer Verschiebung der eigenen Wertvorstellungen, könnte bei Sponsoren und öffentlichen Stellen mehr Türen öffnen. Gerade beim Sprung von der U20 in die U23 bzw. Allgemeine Klasse werden viele mangels internationaler Perspektive aus den Kadern ausgeschieden – auch Athleten, auf die man für den Europacup zurückgreifen muss. Eine wie auch immer geförderte Eingliederung in eine Verbandsstruktur könnte eine emotionale Bindung schaffen, die zusammen mit der



Attraktive Nachwuchsbeurteilung begeistern junge Sportler für die Leichtathletik. Beim Sprung in die Allgemeine Klasse scheiden viele aus.

Es gäbe mehrere Prölls, sie müssen aber in den entscheidenden Situationen die berufliche Ausbildung in den Vordergrund stellen.

Bindung an den Verein viele bei der Leichtathletik halten und für eine breitere Basis der nationalen Athletik sorgen könnte.

ENTWICKLUNGSGEMÄSSER AUFBAU

Der Begriff der Entwicklung ist mit dem Talentbegriff untrennbar verbunden. Die psychische, motorische und intellektuelle Entwicklung von Talenten ist noch nicht abgeschlossen. Deshalb sind entwicklungs-gemäße Belastungen entsprechend dem biologischen Alter zwingend erforderlich. Trainingsziele, -inhalte und -methoden sowie Gesamtbelastung sind keine verkleinerte Kopie des Spitzentrainings, sondern richten sich nach dem individuellen Entwicklungsstand.

Vielseitigkeit im Nachwuchstraining ist gefordert, weil nur so ein stabiles Fundament entstehen kann. Wie viele Beispiele zeigen, ist die jugendliche Leistungsfähigkeit allein nur ein schwaches Indiz für das Erreichen hoher sportlicher Leistungen im Erwachsenenalter.

In diesem Zusammenhang erhält der Begriff einer „rechtzeitigen Spezialisierung“ Bedeutung. Spezialisierung und langfristiger, entwicklungs-gemäßer Trainingsaufbau gehören zusammen. Talente müssen früh auf ihre Aufgaben vorbereitet werden. Die Belastungen im Training müssen sich aber an ihren individuellen entwicklungsbedingten Voraussetzungen orientieren. Es geht nicht vorrangig um Merkmale, die auf hohem Niveau ausgeprägt sind, sondern darum, dass sie auf ein hohes Niveau entwickelbar sind.

Wie die jüngsten Erfolge zeigen, ist in unserer Leichtathletik genug Talentpotenzial vorhanden. Ein verbessertes Image und damit verbunden ein höherer Stellenwert, der ÖLV als Servicestelle, Synergieeffekte durch verstärkte Zusammenarbeit und vor allem ein in einem Gesamtkonzept eingegliedertes, verantwortungsvoller Umgang mit den vorhandenen Talenten werden zu Erfolgen führen. Man braucht diese dann nur noch ins rechte Licht zu rücken.

Licht und Schatten

GUTE LEISTUNGEN IN EINIGEN BEWERBEN KÖNNEN ÜBER MÄNGEL IN MANCHEN TECHNISCHEN DISZIPLINEN NICHT HINWEGTÄUSCHEN. DIE AUFWENDIGERE BETREUUNG FÜR DIESE BEWERBE IST VOR ALLEM EIN STRUKTURELLES PROBLEM. BEI DER LÖSUNG SIND WIR ALLE, BESONDERS ABER DIE VEREINSVERTRETER GEFRAGT.

DER EUROPACUP IN TALLINN ist für die ÖLV-Teams mit unterschiedlichem Erfolg verlaufen. Die Damen, vor dem letzten Bewerb noch auf Aufstiegskurs, mussten in der abschließenden Staffeln die Überlegenheit der Teams aus dem Baltikum anerkennen und verpassten den Aufstieg knapp. Bei den Männern steigerte sich unser Team von Bewerb zu Bewerb und brachte den Aufstieg ins Trockene.

Da beide Teams vorwiegend aus jungen Athletinnen und Athleten zusammengesetzt waren, muss man mit den Leistungen zufrieden sein. Erfreulich war der tolle Teamgeist. Jeder feuerte den anderen an und litt mit, wenn es nicht so gut lief. Einen wesentlichen Beitrag zum „Wir-Gefühl“ leisteten die arrivierten AthletInnen, die den Jungen ein gutes Vorbild waren und ihnen den Rücken stärkten. Dieser neue Geist und die Art, wie sich die jungen Athleten präsentierten, gibt mir Hoffnung, dass da eine Generation heranwächst, auf die wir bauen können.

Allerdings hat der Europacup gezeigt, dass wir auch einige schwache Disziplinen haben wie den Hochsprung, den Dreisprung und den Stabhochsprung der Männer, den Speerwurf, den Kugelstoß, den Hochsprung und den Dreisprung der Damen. Und dort, wo wir international mithalten können, fehlen uns die Leute dahinter. Das soll keine Verurteilung der jungen AthletInnen sein, man darf aber die Augen vor diesem Problem nicht verschließen.

Dass die Ausgeglichenheit und die Dichte nicht vorhanden sind, hat mehrere Gründe. Immer weniger Kinder werden in der Schule mit Grundformen des Laufens, Werfens und Springens konfrontiert. Ich kann das bei den Eignungsprüfungen zum Sportstudium oder zur Sportlehrerausbildung erkennen. Immer mehr Aufnahmewerber berichten, dass sie z. B. noch nie einen Tiefstart auf Kommando gemacht haben. An so einfachen Dingen sieht man, dass Leichtathletik in unseren

Schulen kaum stattfindet. In der Ausbildung der Turnlehrer hat die Athletik keinen Stellenwert mehr. „Spiel- und Fun-Pädagogen“ beherrschen die Szene und sind „Totengräber“ des österreichischen Sports. Denn die mangelnde Athletik entzieht den anderen Sportarten zusehends die physische Basis. Wir können in die Ausbildung der Lehrer nur bedingt eingreifen, daher müssen wir versuchen, zur örtlichen Lehrerschaft über die Vereine Kontakte herzustellen. Dann kommen wir an talentierte SportlerInnen heran und gewinnen die LehrerInnen zur Mitarbeit.

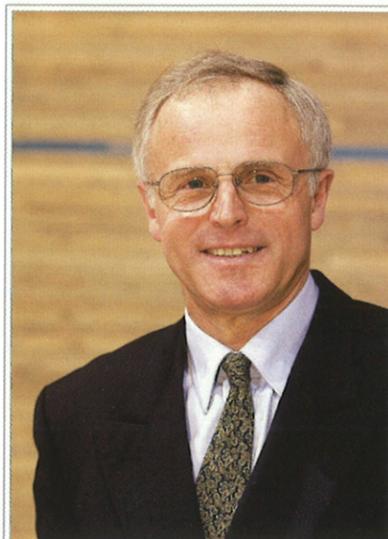
Auch in den Vereinen selbst müssen Aktivitäten gesetzt werden. Die Sportakademien (BAFLn) haben einige hundert Lehrwarte und Trainer ausgebildet, von denen aber nur wenige als solche tätig sind. Man muss die Gemeinden überzeugen, dass es notwendig ist, für die Betreuung der Jugend Geldmittel bereitzustellen. Notfalls muss man eben darauf hinweisen, dass die Vereine keine Bittsteller sind, sondern Recht auf Unterstützung bei der Jugendarbeit haben. Das muss man auch den Eltern klar machen, damit sie es wiederum bei den lokalen Politikern deponieren. In jeder kleinen Gemeinde wird der Fußballverein unterstützt und kauft dann einen ausländischen Kicker. Davon hat die Jugend des Ortes nichts. Einzig sinnvoll ist die Investition in eine Betreuungsperson.

Unsere Probleme in den technischen Disziplinen sind vor allem ein Betreuungsproblem in den Vereinen. Der ÖLV bekommt aus den Vereinen zu wenig gut ausgebildete Nachwuchssportler, für die man zentrale Trainingsmaßnahmen durchführen kann. Das soll jetzt keine Schelte für die Vereine sein, aber der ÖLV kann nicht die kommunalen Politiker auf ihre Verpflichtung ihren Vereinen und ihrer Jugend gegenüber hinweisen, das muss vor Ort passieren. In der in letzter Zeit immer stärker in den Vordergrund tretenden Forderung nach mehr Nachmittagsbetreuung in unseren Schulen sehe ich für den Sport

eine große Chance. Die Schulen sind oft räumlich und personell überfordert, dieser Aufgabe nachzukommen, und aus gesundheitlichen Gründen wird diese Zeit auch mit Bewegungseinheiten zu füllen sein. Da besteht eine Chance für unsere Leichtathletik-Vereine. Man muss den Verantwortlichen klar machen, dass das nur über einen Finanzierungs-Pool funktionieren kann, an dem sich die Schule, die Eltern, die Kommune, das Land und die Vereine beteiligen. Unsere Vereinsvertreter sind eingeladen, in ihrem Bereich in diese Richtung zu argumentieren.

Unbeschadet der strukturellen Probleme läuft die LA-Saison zügig dahin. Unsere AthletInnen sind auf Limit-Jagd oder dabei, sich für die WM in Topform zu bringen. Am Sonntag nach den Österreichischen Meisterschaften in Lienz (Freitag, Samstag) geht in Heiligenblut die Berglauf-EM in Szene. Da werden wir sicher ein tolles Event erleben. Eine spannende und für die ÖLV-AthletInnen erfolgreiche Saison wünscht euch

Johann Gloggnitzer
ÖLV-Präsident



JETZT BESTELLEN!

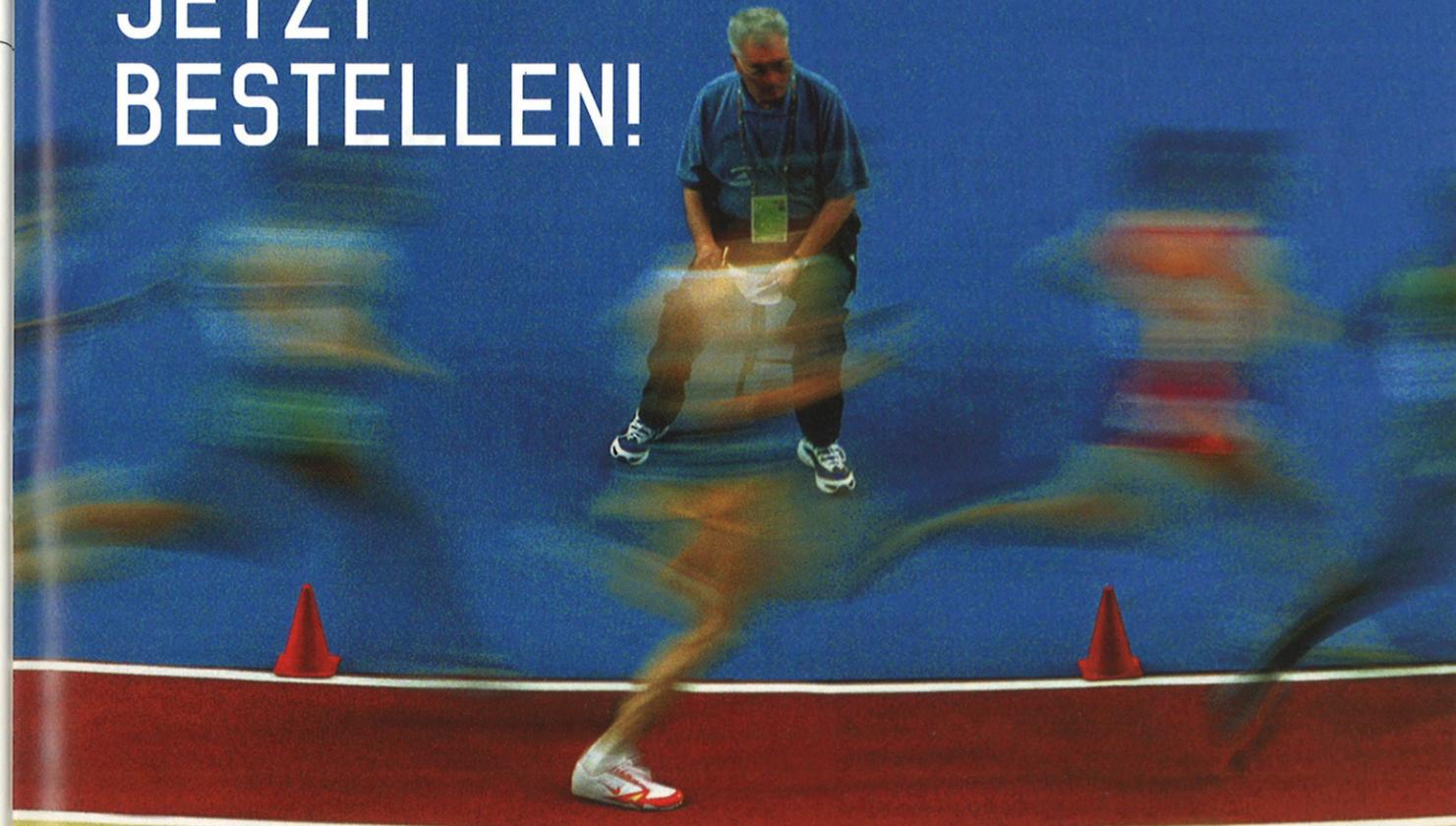


Foto: Plohe



+
GRATIS!

Zu jedem LEICHTATHLETIK
Abo gibt es jetzt ein
ODLO-Funktionsshirt
als Geschenk!



Kupon einsenden oder faxen an:
LEICHTATHLETIK Rosentalgasse 3, A-1140 Wien,
Tel.: 0650/911 98 76 Fax: 01/911 98 76

LEICHTATHLETIK

DAS MAGAZIN FÜR LEICHTATHLETEN UND LÄUFER

JA, ich möchte die LEICHTATHLETIK abonnieren!

Jahresabo: Inland € 27,-
(6 Ausgaben) Ausland € 35,-

NAME

ADRESSE

PLZ/ORT

TEL /FAX/E-MAIL

Alle Stadiontermine bis Oktober

JULI

01.07.	KLV U14-, U12- und U10-Meisterschaften	Wolfsberg
01.07.	OÖLV Meistersch. 3 x 800 m Fr. u. 3 x 1.000 m Mr.	Vöcklabruck
02.07.	Int. Norbert Ippisch Meeting	Ebensee
02.07.	TLV Schüler B Mehrkampf./LST U20/HM Cup	Schwaz
02.07.	35. Europ. LA Jugendspiele Diskus/Hammer	Inzing
02.07. - 03.07.	Österreichische Masters-Meisterschaften	Wien - Cricketplatz
02.07. - 03.07.	Mehrkampf-Europacup, Superliga	Bydgoszcz/POL
02.07. - 03.07.	Mehrkampf-Europacup, 1. Liga	Jyväskylä/FIN
02.07. - 08.07.	EYOF	Lignano/ITA
03.07.	Int. LA-Meeting (Styrian Golden 4)	Kapfenberg
03.07.	35. Europ. LA-Jugendspiele	Innsbruck
03.07.	TLV Meisterschaften 4 x 400 m + Hind. Jun.	Innsbruck
08.07. - 09.07.	Österreichische Staatsmeisterschaften	Lienz
13.07. - 17.07.	IAAF World Youth Championships (U18-WM)	Marrakesh/MAR
14.07. - 17.07.	U23-Europameisterschaften	Erfurt/GER
17.07.	Internationales Meeting	Lignano/ITA
21.07. - 24.07.	Junioren-Europameisterschaften	Kaunas/LIT
22.07. - 31.07.	World Masters Games	Edmonton/CAN
23.07. - 29.07.	FISEC-Spiele	Madrid/ESP
23.07.	Int. Meeting CUS Trieste	Triest/ITA
30.07.	Int. Leichtathletikmeeting	Wolfsberg
30.07. - 31.07.	Offene ungarische Masters-Meisterschaften	Tata/HUN
31.07.	Sommermeeting des ÖTB Leichtathletik Baden	Baden

AUGUST

03.08.	Haller Lauftage I mit TLV MS 10.000 m	Hall
06.08. - 14.08.	Leichtathletik-Weltmeisterschaften	Helsinki/FIN
08.08.	Ferisportmeeting	Wels
10.08.	Haller Lauftage II	Hall
11.08. - 21.08.	Universiade	Izmir/TUR
16.08.	Cricketmeeting	Wien - Cricketplatz
17.08.	Haller Lauftage III	Hall
17.08. - 22.08.	Versetzten-Europameisterschaften	Espoo/FIN
21.08.	NÖLV Masters-Meisterschaften	Baden
23.08.	Intersport Gugl-Meeting	Linz
23.08.	Cricketmeeting	Wien - Cricketplatz
23.08. - 03.09.	Masters-Weltmeisterschaften (Stadion)	San Sebastian/ESP
25.08.	100-Minuten-Zehnkampf	Wolfsberg
26.08.	Offene SLV 10.000-Meter-Meisterschaften	Salzburg
27.08.	Internationales EAP Meeting	Fribourg/SWZ
27.08. - 28.08.	ÖSTM Mehrkampf aller Klassen	Götzis
30.08.	Cricketmeeting	Wien - Cricketplatz
30.08. ab 19.30	WLV 10.000 m Meisterschaften (mit Masters)	Wien - Cricketplatz

SEPTEMBER

02.09.	27. Günther Pichler Gedenkmeeting	Vöcklabruck
03.09.	BLV Landesmeisterschaft Weitsprung U14 + AK	Eisenstadt
03.09.	8. Fabigan-Nachwuchsmeting 2005	Linz
03.09. - 04.09.	WLV U18-, U23- & Masters-Meisterschaften	Wien - Cricketplatz
03.09. - 04.09.	TLV U18- & U23-Meisterschaften	Innsbruck
05.09.2005	Seniorenmeeting	Fußbach
06.09.2005	Cricketmeeting	Wien - Cricketplatz
10.09.2005	BLV Landesmeisterschaft Stabhochsprung U16	Pinkafeld
10.09.2005	NÖLV 10.000 Meter Meisterschaften	Amstetten
10.09. - 11.09.	KLV U23- und U18-Meisterschaften	Feldkirchen
10.09. - 11.09.	OÖLV-Meisterschaften U23 und U18	Ried

10.09.	ARGE ALP Ländervergleich	Lugano/CH
10.09. - 11.09.	Jedermann-Zehnkampf	Linz
11.09.	WLV U20-Staffelmeisterschaften	Wien - Marswiese
11.09.	NÖLV Staffelmeisterschaften	Wien - Stadlau
13.09.	Cricketmeeting	Wien - Cricketplatz
14.09.	Hammerwurf-Meeting	Hainfeld
17.09. - 18.09.	Österreichische U23- und U18-Meisterschaften	Innsbruck
18.09.	Int. Erdölpokal	Wien - Stadlau
24.09. - 25.09.	NÖLV Mehrkampfmeisterschaften	St. Pölten
24.09. - 25.09.	OÖLV Mehrkampfmeisterschaften alle Klassen	Linz
24.09. - 25.09.	STLV Mehrkampf alle Kl. + Jedermann + Langst.	U18 Schielleiten
24.09. - 25.09.	TLV Mehrkampf alle Klassen + Hindernis-MS	Innsbruck
24.09. - 25.09.	Favoritner Jedermann-Zehnkampf	Wien - Grenzackerplatz
24.09. - 25.09.	Offene SLV Mehrkampf Meisterschaften	Salzburg-Rif
28.09.	VLV-Meisterschaften Langstaffeln (alle Klassen)	Dornbirn
30.09.	Alfred Tucek Gedächtnismeting	Wien-Donaustadt

OKTOBER

01.10.	Schüler-Abschlussmeeting	Linz
06.10. - 07.10.	Laufolympiade - Finale	Krems
07.10.	OÖLV 10.000-Meter-Meisterschaften	Neuhofen
08.10.	ULC-Stabhoch-Abschlussmeeting	Linz
23.10.	Werfermeeting des LCTI	Inzing
26.10.	LAC-Abschlussmeeting	Innsbruck



AUSSCHREIBUNGEN

Details und die Ausschreibungen für österreichische Staatsmeisterschaften und Meisterschaften finden Sie zeitgerecht auf der ÖLV-Homepage www.oelv.at unter **Wettkämpfe** ➔ 2005

www.oelv.at

JULI

03.07.	21. Göstlinger Eisenstraßenlauf, Göstling/Ybbs, 1,2/8,5 km, www.goestling.com
03.07.	4. Gapföhler Berglauf, Laterns, 4 km/440 m HD, www.laternsertal.at/schiverein
03.07.	Kobersdorfer Schlosslauf, Kobersdorf, Tel.: 0664/814 33 62, 0,5 bis 10 km
03.07.	Int. Schießlingberglauf (Elisabeth Rust Gedenklauf), Seebach-Au, 7,7 km/935 m HD
03.07.	4. St. Stefaner Ortsteilelauf, St. Stefan/Leoben, 10,5/21,1 km, www.st-stefan-leoben.at
09.07.	„run & roll“ Bucklige Welt Halbmarathon, Kirchschatz-Zöbern, 0,6 bis 21,1 km, www.run-and-roll.at
09.07.	20. Vöckla-Uferlauf, Timelkam, Tel.: 07672/927 29, 0,3 bis 8 km
09.07.	14. Int. Raiffeisen-Ortslauf, Schlierbach, Tel.: 07582/813 86, 0,4 bis 6 km
09.07.	Norbert Fernsebner Gedächtnislauf, St. Martin/Lofer, Tel.: 06588/80 00-20, 0,7 bis 7,1 km
09.07.	Montafon-Arlberg-Marathon, St. Anton-Silbertal, 42,2 km/1.300 m HD, www.montafon-arlberg-marathon.com
09.07.	3. Int. Sparkassen Stadtlauf Frohnleiten, 1,1 bis 9,6 km, www.frohnleiten.at
09.07.	6. Großglockner-Berglauf, Heiligenblut 13,6 km/1.200 m HD www.grossglocknerberglauf.at
10.07.	16. Int. Sparkassen Aisttal-Halbmarathon Pregarten, 8 km/21,1 km, www.askoe-pregarten.com
10.07.	Zwei-Länder-Lauf, Oberkappel, 0,3 bis 5,5 km, www.zweilaenderlauf.com
10.07.	8. Hofer Dorflauf, Hof bei Salzburg, 0,6 bis 9,3 km, www.hofonline.at
10.07.	7. Int. Gernkogel-Berglauf, St. Johann im Pongau, 2 km (207 m HD)/10,4 km (1.015 m HD), www.aufiowi.at
15.07.	Lauffestival beim 24-er, Wörschach, 0,1 bis 21,1 km, www.24stundenlauf.at
16.07.	6. Attergauer 5000er, St. Georgen/Attergau, Tel.: 07667/82 72, 5 km
16.07.	2. Krensdorfer Hotterlauf, Krensdorf, Tel.: 0664/302 40 52, 7 km
16.07.	Mirnockriese-Volkslauf rund um den Brennssee, Feld am See, Tel.: 04246/24 44, 3,7 km/7,5 km
16./17.07.	24-Stunden-WM & Benefizlauf, Wörschach, 24 Stunden, www.24stundenlauf.at
17.07.	Anninger-Berglauf, Mödling, Tel.: 02236/86 92 56, 6,7 km
17.07.	Mariazellerland-Berglauf, Mitterbach, 5,8 km/820 m HD, www.st-sebastian.at
17.07.	Schwartzgupflauf, St. Margareten, Tel.: 0463/25 73 85, 10 km/950 m HD
22.07.	Lauf zum Hochschwab, Thörl, Tel.: 0664/355 54 53, 5 km/10 km
23.07.	Jubiläumslauf „625 Jahre Stadt Maissau“, 0,5 bis 10 km, http://lurs.sil.at
23.07.	20. Raiffeisen Ortslauf, Aspang Markt, Tel.: 02642/523 06, 0,2 bis 10,6 km
23.07.	14. Int. Haunsberglauf, Nußdorf a. Hbg., 0,5 bis 5,8 km/412 m HD, www.nussdorf.salzburg.at
24.07.	6. Int. Berglauf vom Schloss Ochsenburg, St. Georgen, 0,4 bis 7,9 km/320 m HD, www.naturfreunde.at/og-ochsenburg
24.07.	9. Int. HAGE Zirbitzkogel-Berglauf, St. Anna/Lavantegg, 10,2 km/1.106 m HD, www.zirbitz-berglauf.at
24.07.	10. Int. Obergailtaler Berglauf, Kötschach-Mauthen, 8 km/800 m HD, www.oeav-obergailtal.at
29.07.	5 Wachauer Brückenlauf, Furth/Palt, 12,5 km, www.wachauamarathon.at
30.07.	Triebener Stadtlauf, Trieben, Tel.: 0676/378 59 32, 6 km/12 km
30.07.	18. Straßenlauf um die Gesäusetrophäe, Hieflau, Tel.: 03634/278, 0,4 bis 7,6 km
31.07.	Muckenkogel-Berglauf, Lilienfeld, 10,5 km/850 m HD, www.runnersworld.at
31.07.	2. Gmünder Lauf- und Radevent, Gmünd, 3 km/9 km, www.run-bike-gmuend.at
31.07.	7. Zehn-Mühlenlauf, Reichenenthal, 0,3 bis 14,6 km, www.reichenenthal.at

AUGUST

06.08.	3. Pielachtaler Erlebnislauf, Kirchberg/Ober-Grafendorf, 22,7 km, www.pielachtaler-erlebnislauf.at.tt
06.08.	8. Zipfer Geländelauf, Zipf, 6 km/10,7 km, www.zipfer.org
06.08.	Holzstraßenlauf, St. Peter a. Kammersberg, 0,4 bis 21,1 km, www.holzstrasse.at
06.08.	8. Volkslauf auf den Ulrichsberg, Maria Saal, Tel.: 0676/635 63 51, 9,1 km/550 m HD
07.08.	Self Transcendence Donauparklauf, Wien, 10 km, www.srichinmoyraces.org/at
07.08.	Lauf auf die Ruine Aggstein, Aggstein, 3 km/250 m HD, www.runnersworld.at
07.08.	Sonnberglauf, Leogang, Tel.: 0664/164 83 74, 12 km, www.sc-leogang.info
07.08.	Thermenlauf AQUA DOME, Längenfeld, 7 km/21,1 km, www.thermenlauf.com

07.08.	8. Int. Thörler Volkslauf, Thörl, Tel.: 0664/355 54 53, 0,7 bis 16,2 km
13.08.	Wienerwald-Marathon & Panorama-Halbmarathon, Mödling, 21,1 km/42,2 km, www.laufsportzentrum.at
13.08.	4. Wallseer Donau-Altarmlauf, Wallsee, 5,7 km/10 km, www.wsz.at
13.08.	7. Int. Gahberglauf, Weyregg, 6,3 km/400 m HD, www.sc-weyregg.com
13.08.	12. Mühlbacher Ortsrundenlauf, Mühlbach-Garsten, 0,4 bis 9 km, www.sv-muehlbach.at
13.08.	10. Stinatz Halbmarathon, Stinatz, 2 bis 21,1 km, www.lc-tiger.com
13.08.	Römerlauf, Leibnitz, 6 km/15 km/27 km, www.roemerlauf.at
14.08.	Josef Schöffel Trophy Nordic Walking, Mödling, Tel.: 0664/818 01 95, 12/21 km
14.08.	16. Gerloser Seelauf, Gerlos, Tel.: 05284/52 44, 0,5 bis 11 km, www.gerlos.at
14.08.	1. Int. 10 km-Straßenlauf, Wald/Schoberpass, 0,5 - 10 km, www.schoberpass.at
14.08.	20. Drei-Gipfelllauf, Wald/Schoberpass, 27 km/1.582 m HD, www.schoberpass.at
14.08.	16. Int. Bergmarathon, Kainach, 11 bis 42 km/2.000 m HD, www.bergmarathon-kainach.at
14.08.	24. Zwei-Seen-Lauf, Afritz/See, Tel. u. Fax: 04247/21 22, 0,5 bis 12 km
15.08.	Hinteralm „Brutal“, Lilienfeld, 7 km/980 m HD, www.runnersworld.at
15.08.	19. Sparkassen Sternstein-Berglauf, Bad Leonfelden, 1,9 km (170 m HD)/6,2 km (400 m HD), www.sportunionbadleonfelden.at
15.08.	Sickingen Rundlauf, Schörfling/Attersee, Tel.: 0664/611 22 76, 9,2 km
15.08.	23. Presseegger See Lauf, Hermagor, 0,8 bis 12,4 km, www.presseeggerseelauf.at
15.08.	Rund um den Klopeiner See, St. Kanzian, 0,5 bis 5,1 km, www.klc.at
19./20.08.	KÄRNTEN LÄUFT Kinder- und Familienlauf, Klagenfurt, 0,6 bis 10 km, www.kaerntenlaeuft.at
20.08.	10. Marktfestlauf, Markersdorf/Pielach, 1 km/9,8 km, www.pielachtal-laufcup.at
20.08.	Hohenauer Sommerlauf, Hohenau, Tel.: 0664/358 50 98, 5 km/10 km
20.08.	1. Grieskirchner 12-Stunden-Lauf, (Einzel/Staffel), www.laufteam-donaual.com
20.08.	19. Int. PSV-FUZO-Altstadtlaf, Leoben, 0,1 bis 8 km, www.polsv-leoben.at
21.08.	Novotel-Halbmarathon, Wien-Auhof, 21,1 km, www.runnersworld.at
21.08.	Altstadtlaf, Steyr, Tel.: 0664/524 95 30, 0,2 bis 5 km, www.laufrad.cc
21.08.	IS EYBL Altstadt-Duathlon, Steyr, 5/20/2,5 km, www.laufrad.cc
21.08.	25. Int. Fuschlseelauf, Fuschl am See, 0,3 bis 11,8 km, www.fuschlseelauf.at.tt
21.08.	Lungauer Erlebnismarathon, St. Michael/Lungau, 10 km/21,1 km/42,2 km, www.laufende-erlebniswelten.at
21.08.	8. Int. Kraftspende-Stuhlecklauf, Rettenegg, 9,6 km/925 m HD, www.sportunion-reettenegg.at
21.08.	KÄRNTEN LÄUFT Wörthersee-Halbmarathon, Klagenfurt, 21,1 km, www.kaerntenlaeuft.at
25.08.	Österreichischer Sparkasse-Firmenlauf, Wr. Neustadt, 5 km, www.firmenlauf.at
27.08.	18. Ybbsitzer Marktlauf, Ybbsitz, 0,3 bis 6,4 km, www.ybbsitz.at
27.08.	3. Neusiedler Windradlauf, Neusiedl/Zaya, Tel.: 0676/710 80 00, 6 km
27.08.	5. Zdrskehütten-Berglauf, St. Aegyd a. Nw., Tel.: 0664/593 09 22, 6,3 km/520 m HD
27.08.	3. Raiffeisen 1/3-Marathon, Loipersbach, 0,4 bis 14 km, www.lauftour.at
27.08.	5. Int. Pferdebahn-Marathon, Unterweikersdorf, 21,1 km/42,2 km, www.pferdebahnmarathon.com
27.08.	6. Stodertaler Volkslauf, Hinterstoder, 0,3 bis 10,5 km, www.huber-hinterstoder.at
27.08.	Rieder Stadtlaf, Ried im Innkreis, 0,4 bis 10 km, www.rieder-stadtlaf.at
27.08.	Lauf zur Weissbergerhütte, Wieting, Tel.: 0463/34 64 15, 10 km/1.000 m HD
28.08.	6. Schmidatal-Lauf, Großweikersdorf, 4,8 km/9,6 km, www.sportunion-gw.at/lauf
28.08.	27. Int. Kitzbüheler Hornlauf, 2,4 km (326 m HD)/12,9 km (1.234 m HD), www.lsv1990kitzbuehel.com
28.08.	15. Int. Weißensee-Panoramalauf, Stockenboi, Tel.: 04761/691, 0,2 bis 8 km

ALLES AUF EINEN BLICK

Einen Terminkalender mit allen Straßenläufen 2005 finden Sie auf WWW.LEICHTATHLETIK.CO.AT

Kleiner Verein, große Erfolge!



ATHLETIK-TEAM PINKAFELD: WAS VOR EINIGEN JAHREN MIT EINER KLEINEN LEICHTATHLETIK-TRAININGSGRUPPE IM ÖSTLICHSTEN ZIPFEL ÖSTERREICHS IN PINKAFELD BEGANN, KONNTE MIT VIEL EHRGEIZ IN BEACHTLICHE ERFOLGE IM NACHWUCHSBEREICH UMGESETZT WERDEN.

BEI DER DIESJÄHRIGEN Österreichischen U14-Mehrkampfmeisterschaft in Schwaz/Tirol erreichte das Athletik-Team aus Pinkafeld seinen bisher größten Erfolg in der noch jungen Vereinsgeschichte. Mit der Vorjahressiegerin Yvonne Zapfel und der Österr. Crosslaufmeisterin 2005 Katharina Tegischer konnte Trainer Werner Ulreich bei den Mädchen auf zwei sehr starke Nachwuchsathletinnen zurückgreifen. In souveräner Manier und mit tollen Einzelleistungen wie 9,71 sec (60 m Hü), 1,46 m (Hochsprung), Österr. BL 52,60 m (Vortex), Österr. BL 9,90 (75 m Sprint) und 3:43,7 min. über 1.200 m Cross schaffte die 12-jährige Yvonne Zapfel mit 3.980 Punkten eine erfolgreiche Titelverteidigung und wurde somit Österr. Meisterin 2005. Ihr um nichts nachstehen durfte natürlich die um ein Jahr jüngere Vereinskollegin Katharina Tegischer, sie erreichte mit 3.862 Punkten den Vizemeistertitel in der Einzelwertung. Mit Carina Posch als 7.-Platzierter mit 3.289 Punkten schaffte das erfolgreiche Trio sensationelle 11.131 Punkte und somit unangefochten die Goldmedaille auch in der Mannschaftswertung.

Auch bei den Burschen lief es nach Wunsch. Mit Rene Prenner konnte man auch hier einen Bronzemedailengewinner bei den österr. Crosslaufmeisterschaften in den Mehrkampf schicken. Durch konstant gute Leistungen in den einzelnen Bewerben blieb es bis zum abschließenden Crosslauf spannend. Rene Prenner konnte mit einer tollen Laufleistung nach über 4 Std. Wettkampfdauer auch die Goldmedaille ins Burgenland holen. In der Mannschaft mit Rene Prenner, Robin Böhm und Stefan Petrakovits erkämpfte das Athletik-Team auch noch Mannschaftsbronze. Somit erreichte das 8-köpfige Team aus dem Südburgenland dreimal Gold, einmal Silber und einmal Bronze bei den österr. Mehrkampfmeisterschaften U14.

WEITERARBEITEN – SICH ENTWICKELN

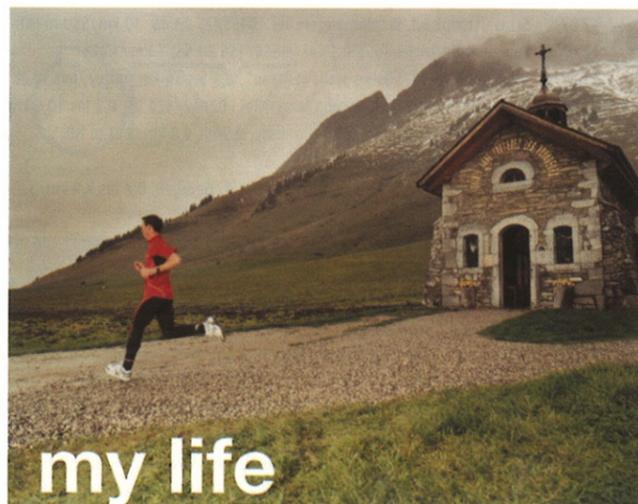
Als Sportwart des Burgenlands ist es nicht immer leicht, zuzusehen, mit welchen tollen Erfolgen und Leistungen viele „Großvereine“ in Österreich aufwarten können. Doch die zum Teil fehlende Infrastruktur und die viel zu geringen finanziellen Mittel, die der Leichtathletik im Burgenland zur Verfügung stehen, hindern oft die Leistungsentwicklung hoffnungsvoller Nachwuchsathleten burgenländischer LA-Vereine.

Es gehört zum Sport, Erfolge gebührend zu feiern. Wichtiger ist es aber, sich als Trainer gemeinsam mit dem Athleten weiterzuentwickeln und auch hin und wieder über den eigenen Tellerrand hinauszublicken. In diesem Sinne möchte ich mich hier beim StLV-Präsidenten DI Reinhold Haidinger und bei Bundesnachwuchstrainer Mag. Christian Röhring bedanken, die es immer wieder schaffen, fachkundige Referenten für interessante Seminare und Kurse zu engagieren und damit die Aus- und Weiterbildung im Trainerbereich gewährleisten. Sportwart Werner Ulreich

Infos und Termine unter: www.blv.de.vu



Das Athletik-Team Pinkafeld gewann bei der U14-Mehrkampfmeisterschaft in Schwaz in Tirol dreimal Gold und je einmal Silber und Bronze



my life
in balance



New Balance® Laufschuhe gibt es in bis zu 4 verschiedenen Weiten

MODELL
854

new balance
www.newbalance.de



Gute Nachwuchsarbeit im NÖLV

DIE VIELEN ERFOLGE DER LETZTEN JAHRE IM BUNDESLÄNDERCUP BEWEISEN, DASS DIE NACHWUCHSARBEIT IM NIEDERÖSTERREICHISCHEN LANDESVERBAND NICHT SO SCHLECHT IST.

DIE ERFOLGE IM NACHWUCHSBEREICH verdanken wir vor allem dem Umstand, dass wir über das ganze Bundesland verteilt Vereine haben, die sich mit der Stadionleichtathletik beschäftigen. Von hier kommen auch die wichtigsten Impulse in Richtung einer intensiven Arbeit mit Kindern, die später auch Leistungsträger werden sollen. Leider kommen sehr wenig Impulse in dieser Richtung aus den vielen Laufclubs, die wir in Niederösterreich haben. Dies ist deshalb sehr bedauerlich, weil auch hier viele Talente schlummern und diese meist nur bei Hobbyläufen an den Start gehen. Der NÖLV bemüht sich seit einigen Jahren die Vereine bei ihrer Nachwuchsarbeit zu unterstützen und hat daher Bewerbe für die Schüler B und C – heute U12 und U14 – ins Leben gerufen. Uns allen ist bewusst, dass sich besonders Kinder gerne mit anderen im Wettkampf messen. Diese beiden Bewerbe gehen über die gesamte Saison und sind wie eine Meisterschaft zu betrachten. Allerdings ist der Schüler C-Cup ein Mannschaftsbewerb und auf



Macht Spaß:
spielerisch
laufen beim
Schüler C-Cup

Spiel aufgebaut. Das bedeutet, dass keine echten leichtathletischen Bewerbe enthalten sind. Trotzdem ist die Begeisterung bei den Kindern sehr groß und es gelingt uns dadurch viele Kinder in den Schüler B-Cup weiterzubringen.

Der Schüler B-Cup ist bereits auf Leichtathletik ausgerichtet. Hier sind Mehrkampfelemente eingebaut. Es gibt fünf Bewerbungsgruppen, und zwar Sprint, Mittelstrecke, Hürden, Sprung und Wurf. Die drei punktebesten Bewerbe ergeben eine Wettkampfwertung. Die Richtigkeit dieses Weges seitens des NÖLV zeigt der Umstand, dass bei den U14 neun und bei den U12 zehn verschiedene Veranstalter Bewerbe zu den Cups durchführen. Dies ist ein erfreuliches Zeichen dafür, dass die Vereine die Ideen des Vorstandes mittragen und auch tatkräftig unterstützen.

Innerhalb des NÖLV wird mehrheitlich die Meinung vertreten, dass zumindest bis zur U14 Wettkämpfe auf Vereins- bzw. Landesebene stattfinden sollen. Dies ist sicherlich auch im Interesse der Vereine, Eltern und besonders der Kinder. Wir stehen daher österreichweiten „Meisterschaften“ eher skeptisch gegenüber und werden sie auch nicht ausdrücklich bewerben – aber fairerweise auch niemanden an der Teilnahme hindern.

Ein Aspekt sollte auch nicht vergessen werden. Die flächen-deckend verteilten kleinen und mittleren Vereine arbeiten gerade im Kinderbereich fast nur mit ehrenamtlichen Mitarbeitern, und denen ist oft die Entdeckung eines Talents zu verdanken. Schwierig für diese Vereine wird dann oft die weitere Entwicklung des Talents in einer höheren Altersklasse – vor allem, wenn die finanziellen Mittel fehlen. Hier müssten öffentliche Hand und andere Organisationen in Sachen Förderung umdenken. Aber das ist eine andere Geschichte – über die man aber sicher auch noch einmal reden sollte.

Ferdinand Stadelmayer

Die NÖLV-Geschichte

MIT DIESER SERIE WOLLEN WIR IHNEN EIN WENIG DIE GESCHICHTE DER LEICHTATHLETIK IN NIEDERÖSTERREICH NÄHER BRINGEN.

Im Jahr 1965 wurde mit dem KSV NÖ Energie ein neuer Verein gegründet, der sich unter Gunnar Prokop von Anfang an dem Spitzensport verschrieb. Einige Spitzenathletinnen wechselten damit von der UNION St. Pölten in die Südstadt und eine Erfolgsära des NÖLV begann. Liese Sykora (Prokop), Maria Sykora, Eva Egger (Janko) und Ilona Majdan (Gusenbauer) prägten mit der bei St. Pölten gebliebenen Inge Aigner Österreichs Leichtathletik. Die Männer standen damals doch etwas im Schatten der erfolgreichen Frauen. Volker Tulzer und Helmut Donner (Ex-ÖLV-Präsident) sind aber dennoch ein Begriff. Am 9. Oktober 1967 wurde vom ÖLV der Verein Tyrolia Schwechat neu aufgenommen. Daraus entstand in den folgenden Jahren der österreichische Spitzenklub SV Schwechat.

Mag. Helmut Baudis



Beim Werfen sind Geschicklichkeit
und Athletik gefragt

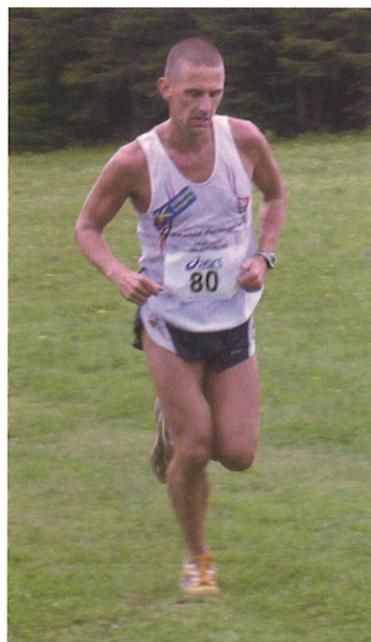
Berg(l)auf in der Steiermark



IN DER GRÜNEN MARK GIBT ES NICHT NUR VIELE BERGE, SONDERN AUCH VIELE GUTE BERGLÄUFER. MIT EINEM EIGENEN MOUNTAIN RUNNING TEAM WILL MAN IM STEIRISCHEN LANDESVERBAND DEN GRUNDSTEIN FÜR EINE ERFOLGREICHE BERGLAUFZUKUNFT LEGEN.



38 und kein bisschen langsam: Manfred Heit ist der zurzeit beste steirische Bergläufer



Berglaufreferent Jürgen Plechinger (links), Trainer von Steve Pauritsch (rechts), dem größten steirischen Talent, ist selbst noch als Bergläufer aktiv



Es geht STEIL BERGAUF im steirischen Berglauf!

Darum freut es mich, an dieser Stelle einige Schwerpunkte der „Berglauf-Arbeit“ innerhalb des STLV vorstellen zu dürfen:

- **Berglaufreferent:**

Ohne den geht gar nichts, darum habe ich seit dem heurigen Jahr diese Position im STLV übernommen.

- **Mountain Running Team:**

Die besten Bergläufer/innen werden in diesem Team aufgenommen. Über die Aufnahme entscheiden ein speziell entwickeltes Punktesystem sowie die Motivation der Sportler. Gemeinsam gibt's verschiedene Aktivitäten wie beispielsweise einen mehrtägigen Trainingsaufenthalt auf der Turracher Höhe.

- **Nachwuchs:**

Ist der wohl wichtigste Punkt meiner Arbeit. Und: Der Erfolg gibt dem steirischen Weg Recht. Würden doch die ersten vier (!) Plätze bei der letzten Österreichischen Berglaufmeisterschaft von steirischen Junioren (Weberhofer, Rois, Pauritsch, Moser) belegt. Darüber hinaus wurde Pauritsch Tages-Dritter bei der – sehr stark besetzten – Steirischen Berglaufmeisterschaft.

- **World Trophy die Erste:**

Auf Grund der überragenden Leistungen wird es auch seit vielen Jahren wieder ein Juniorenteam bei der World Trophy in Neuseeland geben.

- **World Trophy die Zweite:**

Ich habe mich mit dem Austragungsort Graz/Schöcklgebiet um die Ausrichtung der Bergmarathon World Trophy 2007 beworben. Sollte Graz den Zuschlag erhalten, wird dies natürlich für weitere positive Impulse sorgen.

- **Bergmarathon:**

Um der internationalen Entwicklung Rechnung zu tragen, werden heuer erstmals Steirische Bergmarathon-Meisterschaften ausgetragen.

Es würde mich freuen, wenn auch andere Bundesländer den Berglauf (noch) mehr fördern. Denn wir sollten uns keineswegs auf den Lorbeeren einiger österreichischer Ausnahmekönner ausruhen, ansonsten könnte es in ein paar Jahren sehr trist aussehen im österreichischen Berglaufsport.

Meint Jürgen Plechinger

(Steirischer Berglaufreferent)

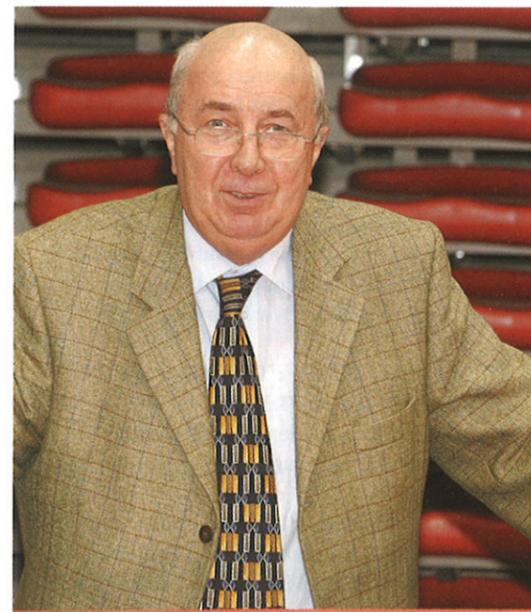
Weitere Informationen gibt's unter

www.lauf-plechinger.at oder www.stlv.at



In Oberösterreich tut sich immer was

LEICHTATHLETIK FÜR ALLE: EIN FLEISSIGER PENSIONIST, OHNE DEN IM ÖÖLV FAST NICHTS LÄUFT, EINE MEGA-TALENTESUCHE MIT FINALE BEIM GUGL-MEETING UND EINE EHRUNG FÜR DIE SPITZENATHLETEN.



DER MANN HAT KEINE RUHE

Kaum war Walter Seiser, beschäftigt im Vöest-Industrieanlagenbau, in Pension, suchte sich der Leondinger eine Nebenbeschäftigung. Seit dem Frühjahr 2001 steht er dem ÖÖ. Leichtathletikverband als Melde- und Ordnungsreferent zur Verfügung. Dass sich diese Funktion mit der Tätigkeit eines Generalsekretärs und Sekretariatsleiters verknüpft und der zeitliche Aufwand an eine Vollbeschäftigung heranreichen würde, ahnte er damals nicht. Seine korrekte Arbeitsweise brachte ihm zudem noch die Nebenjobs im Presseservice des Gugl-Meetings und die Mitarbeit bei der Guglmania ein. Als wäre dies nicht genug, ließ er sich auch auf den Megajob als Leiter des Technischen Informationscenters der Masters-

WM 2006 ein. Dennoch bereut er, auch wenn manchmal der Frust über schlampige Funktionäre groß ist, den Schritt nicht. „Es nervt, wenn Verbandsinfos von den Vereinen negiert werden“, ist er stets um gute Zusammenarbeit bemüht. „Ich will einfach, dass es funktioniert, und das geht nur, wenn sich jeder an die (Spiel-)Regeln hält“, handelt er aber stets nach dem Grundsatz „Gleiches Recht für alle“. Mit ein Grund für die hervorragende Organisation im ÖÖLV-Büro, im dem er von Inger Wakolbinger tatkräftig unterstützt wird, sind seine hervorragenden EDV-Kenntnisse. Im zarten Alter von 55 wagte er sich erstmals an PCs und wurde zum Freak. Seine LA-freie Zeit verbringt er am liebsten mit der Familie und findet Entspannung beim Wandern.

Coca-Cola GUGLMANIA 2005

TALENTEFINDUNG MIT NACHHALTIGKEIT

Die Guglmania geht mit dem neuen namensgebenden Hauptsponsor Coca-Cola ins dritte Jahr und präsentiert sich noch professioneller. Das Ziel dieser Aktion, Leichtathletik-Talente zu entdecken und zu fördern, ist bereits in den beiden ersten Jahren voll aufgegangen. Die Coca-Cola Guglmania 2005 liefert den besten Beweis dafür, dass die Begeisterung der oberösterreichischen Jugendlichen für den Sport nichts zu wünschen übrig lässt. Die beiden ersten Bewerbe in Vöcklabruck und Wels verzeichneten neue Teilnehmerrekorde. „Dabei ist die Teilnehmerzahl auf 20 pro Schule limitiert, d. h., wir haben mehr Schulen für die Teilnahme begeistern können“, so Gugl-Direktor Percy Hirsch. „Knapp 1.100 Kinder waren es im ersten Jahr, letztes Jahr steigerten wir uns auf 1.300, heuer werden wir mehr als 1.500 Teilnehmer zählen“, fügt er mit Stolz hinzu.

Die jeweils Besten in den Bewerben 100, 1.000 und Mixed-Staffel aus den 18 Bezirken Oberösterreichs haben ihren großen Auftritt beim Gugl-Meeting am 23. August,

dazu kommen noch Lucky Loser. Für alle Teilnehmer gibt es das Guglmania T-Shirt, Coca-Cola Getränkepackage, Urkunden und 2 Eintrittskarten für das Gugl-Meeting. Termine und Ergebnisse sind online auf www.guglmania.at zu finden.

Mit dieser Aktion soll Werbung für die Leichtathletik und für das Gugl-Meeting gemacht, aber auch in der weiteren Betreuung der Talente Nachhaltigkeit gezeigt werden. Bereits heuer schaffte eine Vereinsstaffel mit „Guglmania-Athleten“, betreut durch den ehemaligen 400-Meter-Topathleten Klaus Angerer, den Sprung aufs Siegespodest bei den ÖÖ. U16 Meisterschaften. Für die Zukunft sind weitere Aktionen wie etwa ein Ausbau der bestehenden Talentecamps mit professioneller Betreuung geplant.



ÖÖLV-Ehrung

AM 6. APRIL EHRTE der ÖÖ. Leichtathletikverband im Hotel Schillerpark in Linz seine erfolgreichsten Athleten. 19 Meistertitel und 44 Nachwuchstitel galt es zu feiern, zudem wurden die erfolgreichsten Trainer vor den Vorhang geholt. Landtagsabgeordnete Theresia Kiesel gab Tipps und Erfahrungen weiter, ÖLV-Präsident Mag. Johann Gloggnitzer und GS Roland Gusenbauer waren gern gesehene Gäste. Im Bild: Olivia Wöckinger, Sandra Baumann, Martin Pröll und Ex-Miss-Austria Patricia Kaiser.

Kärntner Leichtathletik im Aufwind



EIN SPEZIELLES PROGRAMM MIT ZIELGERICHTETER FÖRDERUNG DER LEICHTATHLETIK-TALENTE LÄSST FÜR DIE ZUKUNFT HOFFEN, DASS BALD EINE DER GROSSEN NACHWUCHSHOFFNUNGEN IN DIE INTERNATIONAL ERFOLGREICHEN FUSSSTAPFEN VON HÜRDENSprinter ELMAR LICHTENEGER TRETEN KANN.



Kärntens Weitsprung-Hoffnung Harald Modl schaffte das Limit für die Jugend-Weltmeisterschaft in Marrakesch

KLEIN, ABER FEIN präsentierte sich die Kärntner Leichtathletik im abgelaufenen Jahr. Das kleine Bundesland kann nicht mit Massen an Sportlern aufwarten, doch die Klasse findet sich in unserem Bundesland allemal. Insgesamt konnten die Athletinnen und Athleten aus Kärnten in der abgelaufenen Saison in fast allen Altersklassen österreichische Titel gewinnen – insgesamt waren es in der Saison 2004 mehr als 40 Titel. Wie sieht es aber international aus?

NACHFOLGER VON LICHTENEGER UND GRAF IN SICHT!
Derzeit ist Elmar Lichtenegger

**KÄRNTEN
SPORT**

(Dr. Auers) der einzige Kärntner Athlet von internationalem Format. Noch können sich die heimischen Talente an ihm orientieren und bei manchem Training über die Schulter sehen. Einige der Jungen haben auch durchaus das Zeug, in Elmars Fußstapfen zu treten.

Das absolute Aushängeschild des Kärntner Nachwuchses ist Christian Pirmann (LAC-Klagenfurt). Dem Schützling von Trainer Georg Frank dürfte ein „Rekorddurchmarsch“ gelingen. In der abgelaufenen Saison verbesserte er die österreichischen Rekorde im Kugelstoß und Diskuswurf der U14-Klasse, den Rekord im Kugelstoß in der U16-Klasse hat er heuer bereits verbessert, auf den Diskusrekord fehlt ihm nur noch ein halber Meter.

Christian hat, obwohl er erst 15 Jahre alt ist, sowohl im Kugelstoßen

als auch im Diskuswurf das Limit für die Jugend-Weltmeisterschaften, die in Marokko ausgetragen werden, bereits mehrfach überboten.

Vielversprechend auch Stefanie Waldkircher (LAC-Klagenfurt). Ohne Probleme schaffte das Talent zwei Limits für die Jugend-WM. Starke 4.902 Punkte im Mehrkampf und österreichischer Jugendrekord im Speerwurf mit 45,44 m.

NACHWUCHSTALENTE IN FELDKIRCHEN UM WM-LIMIT
Eine große Anzahl von Talenten hat auch die kleine Stadt Feldkirchen zu bieten. Zu den erfolgversprechendsten Nachwuchstalente zählen Lisa Holzfeind (TLC ASKÖ Feldkirchen) und Harald Modl (ATV Feldkirchen), beiden ist das Limit für die Jugend-WM zuzutrauen. Lisa ist derzeit im Sprint am Limit dran, Harald könnte die Fahrkarte im Weitsprung lösen.

Mit Andreas Rapatz hat auch der VST-Laas-Völkermarkt derzeit einen hochtalentierten Nachwuchsläufer für die 800-Meter-Strecke.

Durch ein spezielles Programm für den Sportnachwuchs gelingt es dem Land Kärnten mit der Abteilung „Kärnten-Sport-Koordination“ die Jugend zielgerichtet zu fördern.

WAS IST MIT DER ALLGEMEINEN KLASSE?

Seit Jahren gehören die Läufer des LC-Heraklith-Villach (Hohenwarter, Weger, Cramaro, Kröhn) in der Halbmarathon- und Marathondistanz zur absoluten österreichischen Spitze.

Die Stadionleichtathletik hat es in Kärnten aber extrem schwer, denn die Leichtathletikhochburg Klagenfurt verfügt über ein über alle Maßen unzureichendes „Stadion“. Ein Training in der kalten Jahreszeit ist nur auf der Winterlaufbahn in Feldkirchen möglich – wobei sich durch den sehr begrenzten Raum die Zahl der Disziplinen auf die Kurzsprints und den Weitsprung reduziert.

Es überrascht daher, dass es angesichts der schwierigen Trainingssituation doch immer wieder Staatsmeister aus Kärnten gibt. In der abgelaufenen Saison schafften das Franz Petter (SCA St. Veit / Siebenkampf), Betina German (KLC / 400 m Halle) und Günther Gasper (LAC-Klagenfurt / Hochsprung).

Ob sich die Kärntner Leichtathletik weiterentwickeln wird, ist abhängig davon, ob im Rahmen des geplanten Fußballstadions in Klagenfurt auch der Leichtathletik der ihr gebührende Platz eingeräumt wird.

Handbuch für Veranstalter

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM ÖSTERREICHISCHEN LEICHTATHLETIK-VERBAND (ÖLV) UND DEM LEICHTATHLETIK MAGAZIN IN NEUER AUFLAGE: VERANSTALTERHANDBUCH: „WIE PLANE ICH MEINE ERSTE VERANSTALTUNG“.

EINE GUTE VORBEREITUNG ist der halbe Erfolg. Gehen Sie daher in der Planungsphase möglichst gründlich und systematisch vor – das spart Zeit und Geld! Dieser Leitfaden soll keine starre Vorgabe für Ihre Volkslaufveranstaltungsplanung sein. Ich möchte damit Anregungen und Tipps, auf Grund meiner über 10-jährigen Erfahrung im Sporteventbereich an Sie weitergeben, damit auch Ihre Veranstaltung ein Erfolg wird. 50 Seiten voller Tipps, Musterformulare, Checklisten, Bedarfsermittlungen, Zeitplaner, ...



**NUR 19,80* EURO
INKL. UST.**
* (zzgl. Versandkosten
Österreich € 3,-, Ausland € 6,-)

ERHÄLTICH BEI:



Österreichischer Leichtathletik-Verband (ÖLV)
Prinz-Eugen-Straße 12, 1040 Wien

LEICHTATHLETIK
DAS MAGAZIN FÜR LEICHTATHLETEN UND LÄUFER

Leichtathletik Magazin
Christoph Michelic
+43 (0) 650/911 98 76
christoph.michelic@leichtathletik.co.at

Fitlike
www.fitlike.at

oder direkt bei Fitlike:
Fitlike Sportnahrung
+43 (0) 2757/27 11-2
www.fitlike.at, office@fitlike.at



zugunsten des clara fey kinderheims in 1190 wien

SAMSTAG, 10.9.2005

für kinder, anfänger, amateure, hobbyläufer & profis

- start beim manhattan um 15 uhr
- 2 strecken, 5 km und 10 km
- ziel jeweils apotheke zum weinberg
- anschließend siegerehrung & verköstigungen im festzelt
- startgeld € 30,-

ANMELDUNG:

manhattan fitness - heiligenstädter lände 17, 1190 wien
apotheke zum weinberg - grinzinger straße 83, 1190 wien
oder im internet: www.weinberglauf.at



Flector® EP Plaster ist in den Packungsgrößen zu 2, 5 und 10 Stück in den Apotheken rezeptfrei erhältlich.

www.flector.at



FLECTOR® EP

- das Schmerzplaster

bei Sportverletzungen, Muskelschmerz
und Verspannung

Flugshow vorm Goldenen Dachl

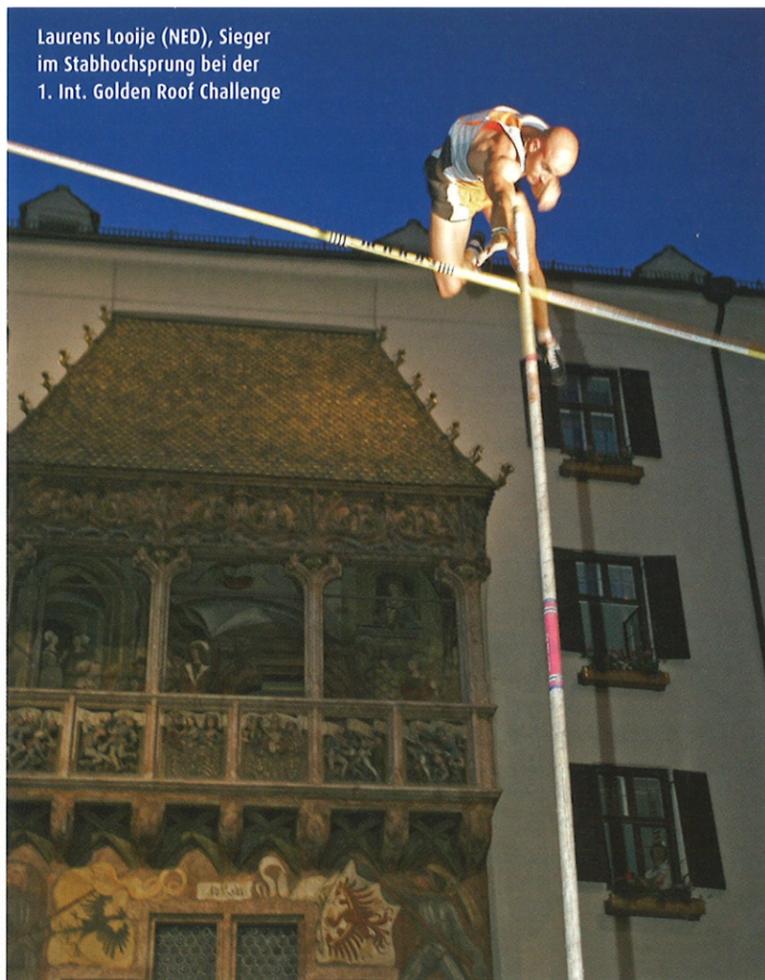


2.500 ZUSCHAUER WAREN VON DER GOLDEN ROOF CHALLENGE BEGEISTERT. AUCH VIEL SPORTPROMINENZ, ALLEN VORAN LH-STV. HANNES GSCHWENTNER, GENOSS DIE SPANNENDE SHOW UND DIE GEMÜTLICHE ATMOSPHERE VOR DER MALERISCHEN KULISSE DES INNSBRUCKER WAHRZEICHENS.

STIMMUNG, SPANNUNG, WELTREKORD: 2.500 Zuschauer bewunderten am 27. Mai die Weit- und Stabhochspringer der 1. Int. Golden Roof Challenge und sorgten mit viel Applaus für eine tolle Atmosphäre. Den Sieg holte sich bei den Stabhochspringern der Niederländer Laurens Looije mit 5,40 m. Im Weit-sprung waren die deutsche Hallen-EM-Bronzemedailengewinnerin Bianca Kappler (6,43 m) sowie der Deutsche Hallenmeister Peter Rapp (7,96 m) nicht zu schlagen. Lokalmatador Isi Psychär landete mit sehr guten 7,85 m auf Rang 2. Der Tiroler Stabhochsprung-Rekordmann Fabian Mores hielt sich mit guten 5,20 m und Rang 5 schadlos.

Die erste Auflage überzeugte durch gute Organisation und technisch sehr aufwändige Ausstattung wie 3 Kameralleute, 2 Video-Walls, DJ, Rundum-Beschallung und Flutlicht. Athleten wie Publikum waren einstimmig der Meinung, dass sie nächstes Jahr wiederkommen wollen! Von der guten Stimmung anstecken ließ sich auch die Behinderten-Weltrekordlerin Andrea Scherney. Sie bedankte sich beim Publikum mit einem 5,12 m-Sprung, der neuen inoffiziellen Weltrekord darstellt!

Bei der jump4fun junior challenge wurden großartige Weiten erzielt. Zwei Mädchen knackten sogar die 5-Meter-Grenze und lieferten sich ein packendes Duell. Die STRABAG rundete ihren Scheck bei der Benefiz-Aktion auf 1.000 Euro auf und übergab ihn an den mental behinderten Marco Puelacher, der als Special Guest bei der jump4fun junior challenge den österreichischen Rekord (inoffiziell) um ganze 50 cm auf 5,70 m verbesserte!



Laurens Looije (NED), Sieger im Stabhochsprung bei der 1. Int. Golden Roof Challenge

Vier Titel für Tirol bei den U16-Staatsmeisterschaften



Gute Leistungen gab es für Tirols Schülerinnen bei den Staatsmeisterschaften am 18./19. Juni in Feldkirchen, darunter auch vier Titel. Gleich zweimal erfolgreich war Junel Anderson (IAC Nachhilfe Köll, oben links). Sie gewann sowohl den 100-m-Sprint (12,58 sec) als auch den Weitsprung (5,63 Meter). Über 80-m-Hürden wurde Junel Zweite. Brit Grünberg (TS Sparkasse Innsbruck, oben Mitte, 2. v. l.) siegte im Stabhochsprung (2,81 Meter). Dritte wurde ihre jüngere Schwester Kira (3. v. l.). Für Maria Schneider (IAC Nachhilfe Köll, oben rechts) gab es den Titel im Hochsprung (1,64 Meter).



Vorarlbergs Schülerinnen als Titelhamster

KLEIN, ABER OHO! EIN KLEINES GRÜPPCHEN AN NACHWUCHS-ATHLETINNEN AUS DEM LÄNDLE SORGT BEI DEN ÖSTERREICHISCHEN STAATSMEISTERSCHAFTEN FÜR SCHÖNE ERFOLGE UND MEDAILLEN.



DREI STAATSMEISTERTITEL FÜR VORARLBERGS SCHÜLERINNEN

Daneben errang das kleine Grüppchen von Vorarlberger NachwuchsleichtathletInnen in Feldkirchen noch einmal Silber und zweimal Bronze.

Herausragend Tanja Lörenz (ULC Dornbirn). Sie gewann überlegen das Speerwerfen mit 45,37 m (400-g-Speer). Die Zweitplatzierte warf 36,60 m – also

rund 9 m Differenz! Das bedeutet auch neue Vorarlberger Schülerinnenbestleistung (bisher 42,52 m).

Sie war auch mit dabei in der 4 x 100-m-Siegerstaffel des ULC (Lörenz, Laura Rümmele, Julia Arnold, Raphaela Dorfer). Schließlich belegte Lörenz noch einen dritten Platz im Hochsprung (1,61 m) und einen 4. Platz über 80 m Hürden (12,65 sek).

Eva Burtscher setzte Highlight und sprang zur Jugend-WM

BEI DEN VLV-LANDESMEISTERSCHAFTEN gab es zahlreiche herausragende Leistungen und viele persönliche Bestleistungen.

Der absolute Höhepunkt dieser Titelkämpfe waren die 5,95 m von Eva Burtscher (LG Montfort), die damit als einzige Vorarlbergerin das Jugend-WM-Limit (5,85 m) erreichte. Burtscher gewann neben dem Weitsprung noch weitere 3 Bewerbe der Klasse U18: den 100-m-Lauf in neuer pBL von 12,41 sek, den Hochsprung mit 1,60 m und das Kugelstoßen mit 10,34 m.

Bei den Männern schonte Stefan Hämmerle (TS Jahn Lustenau) zwar sein verletztes Knie über seine Spezialstrecke (400 m), siegte aber über 800 m (1:58,13) und über 200 m (22,31 sek) in neuen pBL. Bei den Frauen gewann Simone Igl

(SV Lochau) den Speerwurf (45,22 m) und das Kugelstoßen (11,92 m). Bianca Dürr (TS Bregenz Stadt) sprang beachtliche 6,22 m im Weitsprung und Doris Röser (TS Lauterach) blieb mit 11,90 sek über 100 und mit 24,46 über 200 m die Vorarlberger Sprintkönigin.

U20-KLASSE:

Bei den männlichen U20-Athleten hervorzuheben ist Fabian Lampert (LGM), der über 800 m (1:58,34 min) und 1.500 m (4:04,71 min) mit zwei pBL der Stärkste war.

U18-KLASSE:

Den wohl größten Entwicklungssprung vollbrachte Philipp Sagmeister (LG Montfort). Im 800-m-Lauf verbesserte er seine

Ein talentierter Techniker kommt von der TS Bludenz: Jan Pfeiffer. Er wurde Staatsmeister im Hammerwurf mit 38,65 m.

Eine starke Leistung zeigte wiederum Laura Rümmele (ULC Dornbirn). Neben ihrer wichtigen Aufgabe in der 4 x 100-m-Siegerstaffel belegte sie im 100-m-Sprint den 3. Rang, im Weit-sprung wurde sie gar Zweite (5,32 m).

ECHT STARK

Nach langer Zeit haben alle österreichischen MehrkämpferInnen, von den Schülern A bis zur Allgemeinen Klasse, die Möglichkeit, im Stadion des weltgrößten Mehrkampfmeetings einen Mehrkampf zu absolvieren. Nachdem das Feldkircher Waldstadion umgebaut wird, finden die Mehrkampfmeisterschaften aller Klassen am 27. und 28. August in Götzis statt.

Am Vorabend gibt es eine Pasta-Party, auf welche die Veranstaltervereine LG Montfort und TS Raiffeisen Gisingen alle SportlerInnen und BetreuerInnen recht herzlich einladen.

Übrigens!! Die Veranstaltervereine überreichen allen TeilnehmerInnen als Geschenk das original Hypo-Meeting-T-Shirt.

Den neuen Zeitplan und die Adressen für die Quartierbestellung finden Sie unter

<http://sponsoring.vrz.net/LG-Montfort/>

Vorjahreszeit um über 12 Sekunden, gewann in tollen 1:59,61 min und war auch über 400 m in 51,94 sek. der Schnellste. Sehr stark Michael Dorfer (ULC Dornbirn), er lief über 100 m in 11,46 schneller als der Sieger bei den Männern.



Stolz präsentiert Eva Burtscher (LG Montfort) ihre Siegerweite. 5,95 Meter bedeuteten das Weitsprung-Limit für die Jugend-WM.

Ein Rebell wie einst James Dean

ER WAR DER ERSTE NIKE-LÄUFER. EIN DRAUFGÄNGER UND WIDERSPORN, DER SICH NIRGENDWO UND NIEMALS ANPASSTE. ER HATTE DAS CHARISMA EINES POPSTARS UND ZOG DIE MASSES IN DIE LEICHTATHLETIK-STADIEN. 30 JAHRE NACH SEINEM TRAGISCHEN TOD LEBT DER MYTHOS STEVE PREFONTAINE NEU AUF.



Der Lauf-Rebell war unnachahmlich bei den Endspurts. „Wer mich besiegen will, muss bluten“, lautete seine Kampfansage.

SONNTAG, 29. MAI 1975. Das legendäre „Hayward Field“ in Eugene, Oregon. Zwei Runden vor Schluss des 5.000-m-Laufes zieht Steve Prefontaine mit seinen raumgreifenden Schritten den unnachahmlichen Endspurt an und reißt die 7.000 Fans von den Sitzen. In 13:23,8 bleibt er nur wenige Sekunden über dem Weltrekord. Mit offenen Armen läuft er zu seinen Leuten an der Bande. Die Fotoreporter halten alles fest: die wehenden Haare, das gewinnende Lächeln, den Schnauzer und die längsten Koteletten seit Elvis. Steve Prefontaine, „one of a kind“, wie die Amis sagen oder wie es sein Mentor und Nike-Co-Gründer Bill Bowerman († 1988) ausdrückt: „Ich habe noch nie jemanden so laufen sehen wie Pre!“ Nach dem Rennen stößt Prefontaine mit Freunden und Verwandten auf den Sieg an. Kurz nach Mitternacht verlässt er die After-Race-Party und braust gemeinsam mit Freundin Nancy und Marathon-Olympiasieger Frank Shorter davon. Nancy hatte ihr Auto in der Nähe geparkt, sie steigt wenige Minuten später aus. Prefontaine und Shorter besprechen noch die gemeinsame Taktik im Kampf gegen den sturen US-Verband, der den Amateuren jeden Preisgeld-Dollar aus der Tasche zieht. Die Läufer-Kollegen verabschieden sich, und Prefontaine verschwindet in seinem gelben MG-Sportwagen in die dunkle Nacht.

DIE PR-KAMPAGNE STARTET 30 JAHRE NACH DEM TOD
In einer Kurve, die Prefontaine hunderte Male im Training gelaufen ist, schießt das Gefährt über die Sperrlinie, kommt von der Straße ab, kracht gegen eine Felswand und bleibt auf dem Überrollbügel liegen. Prefontaine, der nicht angeschnallt ist, wird im Wagen eingequetscht. Der Aufprall hatte einen Nachbarn alarmiert. Der sieht noch einen zweiten MG mit quietschenden Reifen davonbrausen und versucht vergeblich, das Wrack in die Höhe zu stemmen. Beim Eintreffen der Rettungskräfte ist „Pre“, wie er überall genannt wird, bereits tot. Der Fahrer des zweiten MG wird gefunden. Mit seiner Behauptung, er sei in Panik losgefahren, um Hilfe zu holen, passiert er den Lügendetektor-Test. Die näheren Umstände des Unfalls werden rätselhaft bleiben. Passend zum Mythos Steve Prefontaine.

Bei uns nur Insidern ein Begriff, hat Prefontaine in den USA Legenden-Status. 30 Jahre nach dem Tod des Idols startet Nike mit dem Mann, der die allerersten Schuhe des späteren Sportartikel-Giganten rennmäßig nutzte, eine neue PR-Kampagne:

„He was not a runner, he was a rebel who happened to run.“ Legendär die Story, als „Mr. Nike“ Bill Bowerman das Waffeleisen seiner Gattin missbrauchte, um flüssigen Gummi hineinzugießen. Die berühmte Waffel-Sohle war erfunden, und „Pre“ hatte eine Alternative zu seinen adidas-Sneakern. Ende der 90er Jahre kamen zwei Filme ins Kino. Nachdem „Prefontaine“ (1997) von der Kritik zerrissen wurde, griff Hollywood-Superstar Tom Cruise das Thema auf. Erst wollte er selber den Lauf-Star mimen, dann begnügte er sich mit der Rolle des Produzenten. Die Warner-Brothers-Produktion „Without Limits“ schaffte es sogar ins ORF-Fernsehen. Trotz 25-Millionen-Dollar-Budget und Stars wie Donald Sutherland als Bowerman kommt der Streifen aber nicht an die Nike-Doku „Fire on the Track“ mit ihren bewegenden Originalkommentaren heran.

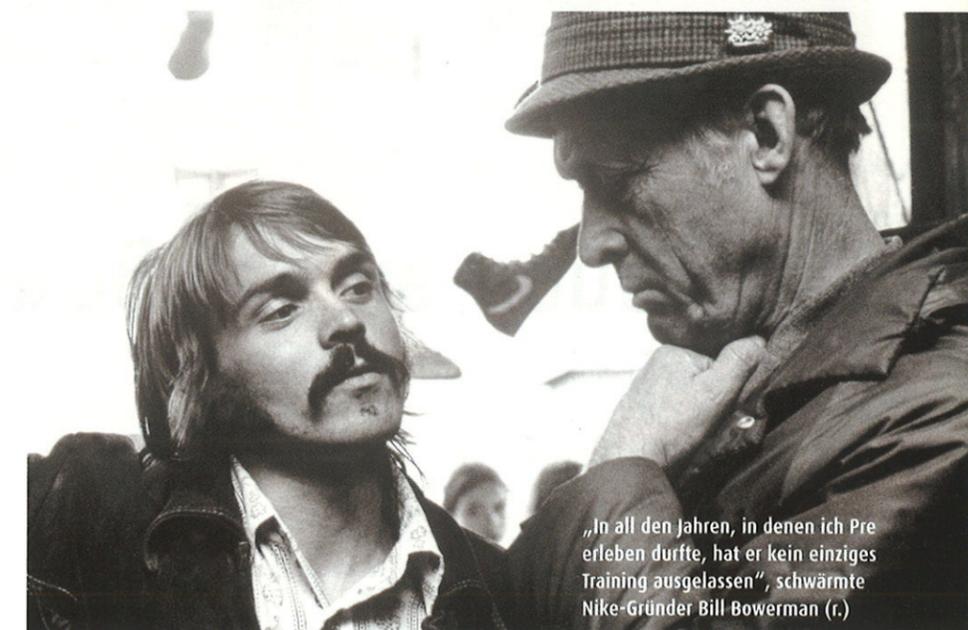
„WER STEVE PREFONTAINE LIVE GESEHEN HAT, WIRD IHN NIE VERGESSEN“

Worauf gründet sich nun der Mythos dieses Mannes? „Wer Pre jemals live gesehen hat, wird ihn nie vergessen“, schwärmt US-Sportreporterin Wendy Ray. „Er hatte das gewisse Etwas, das nur ein paar Sportler, Schauspieler und Rockstars haben.“ Etwas, dem sich, so US-Marathon-Guru Jeff Galloway, keiner entziehen konnte: „Selbst wenn du nicht sein Fan sein wolltest, zog er dich in den Bann.“

Pre war der typische Frontrunner. Er dominierte die Konkurrenzen von der Spitze weg. Jedes Rennen lief er, als wäre es sein letztes. Bei jedem seiner Auftritte scharten sich die Reporter um ihn. Und er gab ihnen immer genau das, was sie hören wollten. „Ich gehe nicht raus, nur um zu laufen. Ich will den Leuten etwas Aufregendes bieten!“ – „Siegen alleine ist mir zu wenig. Bei meinen Rennen möchte ich kreativ sein wie ein Künstler.“ – „Die meisten laufen, um zu sehen, wer der Schnellste ist. Ich will wissen, wer den größten Mumm hat.“ – „Wer mich besiegen will, muss bluten!“ – „Als Läufer darfst du erst mit einem Weltrekord zufrieden sein.“ ...

Prefontaine zog in einem Wohnwagen durch die USA und lebte für drei Dinge, die ihm erstrebenswert erschienen: Er liebte es, mit Freunden zu laufen und danach auf ein Bier zu gehen. Er liebte Wettkämpfe. Und er träumte von einer olympischen Goldmedaille. Prefontaine brachte es auf 15 US-Rekorde zwischen

2.000 und 10.000 Metern. Von 102 Rennen zwischen 1970 und 1975 gewann er 82. Das wichtigste allerdings verlor er: das Olympia-Finale 1972 in München, für das Prefontaine, mit 21 der jüngste Teilnehmer, als Geheimfavorit gehandelt worden war. Vielleicht hatte ihn auch das Attentat auf die israelischen Ringer aus der Konzentration gebracht. „Pre“ hatte die verummumten Terroristen im olympischen Dorf von seinem Balkon aus beobachtet. Vor dem Endlauf war er von seinen Betreuern in Tirol abgeschirmt worden. Im Rennen verschenkte er Bronze und musste sich mit Platz vier begnügen. Schon beim Auslaufen rief „Pre“ dem finnischen Olympiasieger Lasse Viren zu: „Wir rechnen in



„In all den Jahren, in denen ich Pre erleben durfte, hat er kein einziges Training ausgelassen“, schwärmte Nike-Gründer Bill Bowerman (r.)

vier Jahren in Montreal ab!“ Von diesem Vorhaben konnte ihn nicht einmal ein 200.000-Dollar-Angebot der neu gegründeten Profi-Tour abhalten.

BEWEGENDE TRAUERFEIER FÜR „PRE“

Je näher die Olympischen Spiele '76 kamen, desto schneller wurde Prefontaine. Doch das Schicksal machte ihm auf tragische Weise einen Strich durch die Rechnung. Bei der Trauerfeier waren die Tribünen im Hayward Field bis auf den letzten Platz gefüllt. Seine Läuferkollegen erwiesen ihm im Trainingsanzug die letzte Ehre. Bei den Bildern, bei denen im Stadion die elektronische Uhr während eines imaginären 3-Meilen-Rennens tickt, läuft einem noch heute die Gänsehaut über den Rücken.

„He was not a runner, he was a rebel who happened to run.“

Nike-Kampagne für Steve Prefontaine

PERSONLICHES

Steve Roland Prefontaine

Geboren: 25. Jänner 1951 in Coos Bay, Oregon

Bestleistungen

Meile: 3:54,6
2.000 m: 5:06,2
3.000 m: 7:44,2
2 Meilen: 8:19,4
5.000 m: 13:22,4
6 Meilen: 27:09,4

Erfolge

14 US-Rekorde
82 Siege bei 102 Outdoor-Meetings zwischen 1970 und 1975 (1 Meile bis 10.000 m)
3 Siege bei NCAA Cross-Country-Meisterschaften
Sieg bei den U.S. Olympic Trials 1972 (5.000 m)
Mit 21 jüngster Olympia-Teilnehmer 1972



Mit Freude an der Bewegung



EIN ANGEBOT, DAS SIE NUTZEN SOLLTEN: SPORTWOCHE FÜR LÄUFERINNEN UND LÄUFER PLUS FAMILIE MIT DER LEICHTATHLETIK UND DEM ****FITNESSHOTEL THERESA IM ZILLERTAL. IM PAUSCHALPAKET ENTHALTEN IST AUCH EIN PERSÖNLICHER LAKTAT-TEST UND EIN INDIVIDUELL ABGESTIMMTES TRAININGSPROGRAMM.

TERMINE

2. 7. bis 9. 7. 2005 und 9. 7. bis 16. 7. 2005

LEISTUNGEN

7 Nächte inkl. Wellness-Genießer-Pension „Alles inklusive“ (außer alkoholischen Getränken) mit Energiefrühstück von Tiroler Biobauern, Wellness-Lunchbuffet zu Mittag sowie abwechslungsreichen 5-Gang-Abendmenüs (zur Wahl, auf Wunsch Sportler-Menüs); romantische Saunalandschaft, top-moderner Fitnessbereich, Indoor- und Outdoorpool, Gratisverleih von Fahrrädern und Mountainbikes, hauseigene Tennisplätze.

TRAINING & BETREUUNG

Nach persönlichem Laktat-Test individuell abgestimmtes, abwechslungsreiches Trainingsprogramm mit LEICHTATHLETIK-Herausgeber Christoph Michelic (LA-Lehrwart) und Ultra-Marathonläufer Stefan Egger, Techniktraining (Laufschule, Laufkoordination), Stretching, Laufausgleichsgymnastik, evtl. Krafttraining, Gespräche

über Trainingsprinzipien und Ernährung, auf Wunsch geführte Mountainbiketouren, Familienwanderungen und spielerisches Kindertraining, 1 Sportmassage sowie Tipps und Trainingsbegleitung für zu Hause im Preis inbegriffen; Kinderbetreuung durch geschulte Animatoren, Schönheitsprogramme nicht nur für die Damenwelt (Aufpreis).

PAUSCHALPREIS

Ab € 672,- p. P. (Basis Ferienzimmer), Kinder bis 11 im Zimmer der Eltern frei (im Appartement € 200,- / 225,-), bis 15 Jahre € 200,- (bzw. € 280,- im Appartement)

BUCHUNG & INFOS

Theresa Sport- und Wellnesshotel für Genießer, Zell im Zillertal, A-6280 Tirol, Tel. 05282/228 60, Fax 05282/42 35, E-Mail: info@theresa.at; www.theresa.at
LEICHTATHLETIK, Rosentalgasse 3, A-1140 Wien, Tel. 0650/911 98 76; E-Mail: christoph.michelic@leichtathletik.co.at; www.leichtathletik.co.at



Das Fitnesshotel Theresa im Zillertal bietet alles, was des Sport-Urlaubers Herz begehrt

Vienna City Marathon Running-LESER HABEN'S EINFACH BESSER!

Wählen Sie unter vier sensationellen Angeboten aus:

1 1 Jahr **Running**
+ Polar B3
Pulsmesser



Das Modell für Einsteiger: Wasserdicht, EKG-genaue Herzfrequenz-Anzeige, einstellbare Ober- und Untergrenze, integrierte Uhr, Trainingszeit-Angabe und Stoppfunktion.

statt € 80,-

nur € 49,-

2 1 Jahr **Running**
+ Polar F4
Pulsmesser



Das Modell für die Sportlerin: Wasserdicht, EKG-genaue Herzfrequenz-Anzeige, Wahl zwischen automatischer Einstellung der Grenzwerte aufgrund des Alters und manuell einstellbarer Grenzen.

statt € 100,-

nur € 85,-

3 1 Jahr **Running**
+ Polar S120
Pulsmesser



Das Modell für Läufer: Wasserdicht, EKG-genaue Herzfrequenz-Anzeige, Stoppuhr mit 3 unabhängigen Timern, 60 Zwischenzeiten, 3 frei programmierbare Zielzonen, abrufbare Trainingseinheit.

statt € 155,-

nur € 85,-

4 1 Jahr **Running**
+ Vossen-
Badetuch



Spezial-Edition RUNNING für alle Sportler nach dem Laufen oder der Dusche. Höchste Badetuch-Qualität!

statt € 45,-

nur € 29,-

JA, ich bestelle

- Angebot 1 um nur € 49,-
- Angebot 2 um nur € 85,-
- Angebot 3 um nur € 85,-
- Angebot 4 um nur € 29,-



Portokosten nicht inbegriffen

aborunning@morawa.com

NAME _____

STRASSE _____

WOHNORT _____

UNTERSCHRIFT _____

Kupon einsenden oder faxen an: Morawa & Co, Postfach 7, 1141 Wien, Tel.: 01/910 76-320, Fax: 01/910 76-318. Das RUNNING-Abo verlängert sich automatisch, wenn es nicht sechs Wochen vor Abo-Ende abbestellt wird.