



Bericht Lauf 2006

Saisonanalyse 2006 - Mittel- und Langstrecke 2. Teil – Freiluftsaison

Männer / Frauen

800 Meter

Vom internationalen Standard sind sowohl die Frauen als auch die Männer weit entfernt. Die Leistungen der Sommersaison 2006 lassen jedoch hoffen, dass doch einige Läufer(innen) das Hallen EM Limit 2007 erreichen könnten. Allen voran Andreas Rapatz, der sich sowohl über 400 als auch über 800 Meter gesteigert hat, sowie Pamela Märzendorfer mit PB über 800 Meter sollen an erster Stelle genannt werden. Aber auch Lukas Pallitsch, Mathias Kalkgruber und Elisabeth Niedereder sollten zumindest in die Nähe der Hallen-EM Norm kommen. Lisa-Maria Leutner, Dominique Audifax, Raphael Pallitsch und Philipp Frehsner waren 2006 die stärksten im Nachwuchsbereich.

1500 Meter

Daniel Spitzl war auch in dieser Saison unser bester Athlet auf der langen Mittelstrecke. Er schaffte die Norm für die Teilnahme an der EM, war jedoch im Vorlauf gegen die starke Konkurrenz chancenlos.

Vielleicht klappt es bei der Hallen EM 2007 mit einem Finalplatz.

Georg Mlynek und Lukas Pallitsch sind die Nächstplatzierten der Bestenliste. Beide konnten ihre persönliche Bestleistung aus dem Vorjahr unterbieten.

Auf die weitere Entwicklung der Nachwuchsathleten; Lisa Maria Leutner, Jahrgang 1990 (4. Platz bei der Gymnasiade), Raphael Pallitsch und Felix Kernbichler darf man gespannt sein.

5000/10000 Meter

Die beiden Hindernisläufer Günther Weidlinger und Martin Pröll sind auch auf den langen Bahnstrecken unsere Besten. Bei internationalen Einsätzen 2007 wird es mit Sicherheit weitere Bestleistungen für beide Athleten geben. Martin Steinbauer konnte sich über 5000 Meter mit dem Erreichen des EM Limits weiter steigern und war in Göteborg vom Finaleinzug gar nicht so weit entfernt. Christian Pflügl hatte seine beste Bahnsaison, wird aber 2007 auf die „Straße“ wechseln.

Susanne Pumper, die nur mehr gelegentlich auf der Bahn lief, und die Hindernisspezialistin Andrea Mayr waren auch in diesem Jahr die stärksten Läuferinnen auf den langen Bahndistanzen.

Bei weiterer positiver Entwicklung könnte Nada Pauer in den nächsten Jahren durchaus zur internationalen Mittelklasse aufschließen.

Vor allem im männlichen Nachwuchsbereich gibt es einige junge talentierte Läufer, die sich hoffentlich entsprechend weiter entwickeln werden.

Hindernis

Neben den vielen guten Ergebnissen bei internationalen Meetings konnten unsere beiden Hindernisläufer Günther Weidlinger und Martin Pröll auch bei der Europameisterschaft in

Göteborg ihre Klasse mit dem Einzug ins Finale bestätigen. Auch wenn dann im Finale eine vielleicht etwas bessere Platzierung erwartet wurde, waren die Plätze 7 und 9 keinesfalls eine Enttäuschung (ein Finale bei einem Großereignis muss erst mal erreicht werden!).

Andrea Mayr konnte sich diesmal leider nicht für die EM qualifizieren. Eine Knieverletzung im Juni und fehlende optimale Qualifikationswettkämpfe danach waren wohl der Hauptgrund dafür. Gerade die tollen Herbstleistungen im Hindernislauf und der Sieg bei der Berglauf World Trophy haben gezeigt, welch hohes und vielseitiges Niveau Andrea besitzt.

Mit Michael Golob, Valentin Pfeil und Christian Steinhammer gibt es Nachwuchsathleten, die 2007 an die Junioren EM Norm heran laufen könnten.

Halbmarathon/Marathon

Roman Weger war mit Abstand der beste Marathonläufer in dieser Saison. Schade, dass er die angepeilte EM Norm nicht schaffte. Mit Christian Pflügl gemeinsam sollten im nächsten Jahr Zeiten um 2:14 zu realisieren sein.

Pumper Susanne war bei ihrem ersten Marathonversuch (2:32:21) im Frühjahr in Wien noch besser als von vielen erwartet. Wir können uns schon jetzt auf den nächsten Marathon im Frühjahr 2007 freuen. Sehr gut auch die Leistung von Eva Maria Gradwohl. Eva Maria, die leider im Frühjahr durch eine hartnäckige Verletzung einige Wochen Trainingsausfall hatte, konnte im Herbst in Graz mit 2.37:32 eine tolle persönliche Bestleistung erzielen.

Zusammenfassung: Eine Menge an internationalen Aufgaben warten 2007 auf die Läufer(innen) des ÖLV. Es wird bestimmt ein spannendes Jahr mit hoffentlich vielen persönlichen Bestleistungen.

Bedanken möchte ich mich noch für die Zusammenarbeit bei meinen Kollegen Karl Sander und Willi Lilge, sowie bei den vielen Heimtrainern(innen) die mit ihrer täglichen Arbeit erst für die Erfolge der Österreichischen Läufer und Läuferinnen sorgen.

Millonig Hubert

Nationaltrainer Lauf / Männer - Frauen

Disziplingruppe Lauf, männlich Nachwuchs 2006

Teil 2 Sommer

ISF-Cross:

Erstmals gab es bei dieser ISF-Veranstaltung neben den teilnehmenden Siegerschulen aus Saalfelden und Lienz österreichische U18-Cross-Nationalteams. Vom 8. – 13. April 2006 waren die oben genannten Athleten (verletzungsbedingt wurde A. Polednak durch **Stephan Ender** ersetzt) in Riccione und erreichten einzeln Platzierungen im Mittelfeld und in der Mannschaftswertung den 10. Rang von insgesamt 15 Teams.

Für die Burschen war es auf dieser Ebene ihr erster internationaler Einsatz in einem Nationalteam, der neben dem Rennen durch die Eindrücke wesentlich zur Teambildung beigetragen hat. Obendrein sind einige der Teammitglieder in zwei Jahren beim nächsten ISF-Cross in Tschechien noch startberechtigt. (Berichte siehe ÖLV-hp, news vom 10. und 12. April 2006.)

Im Sinne einer Fortführung und Evaluierung ist es notwendig, ISF-CROSS NATIONAL-TEAMS im internationalen „Angebots-Kalender“ des ÖLV zu lassen.

ISF-Gymnasiade:

Die heuer erstmals ebenfalls ausschließlich vom ÖLV finanzierte 12köpfige Mannschaft (Sparmaßnahmen des bmbwk) erreichte nicht nur mit Rose Koppitsch eine Medaille, sondern großteils hervorragende Ergebnisse. (Siehe ÖLV-hp, news vom 1., 2. Juli. 2006). Aus dem Mittelstreckenbereich hatte sich **Philipp Frehsner** über 800m für die Gymnasiade qualifiziert und mit einem engagierten Rennen seine Nominierung gerechtfertigt.

Die Gymnasiade 2010 ist an Qatar vergeben, der Veranstalter hat „eingeladen“, was zumindest die Kosten vor Ort reduzieren sollte.

Freiluftsaison 2006:

Felix Kernbichler ist mit seinen 1:53,25 – 2:26,72 – 3:51,69 rückblickend der stärkste Läufer, er ist im U20-EM-Kader für 2007. Die **Cross-Mannschaft** konnte ebenfalls internationale Luft schnuppern und **Philipp Frehsner** war bei der Gymnasiade erfolgreich im Einsatz, er ist im U18-WM-Kader für 2007.

Michael Golob erreichte beim int. Meeting in Regensburg mit 9:35,45 über 3000mHi eine hervorragende Leistung.

Verletzungsbedingt gab es Ausfälle (Grün, Polednak), andere kamen nach Halle und Cross (Pallitsch, Pfeil, Zierler,) nicht mehr richtig in Schwung.

Bemerkungen zur ÖM 1500m, allg. Klasse:

Meiner Meinung war es von den Mittelstreckenläufern aus dem U20-Bereich die richtige Entscheidung, nach einer schon langen und intensiven ersten Saisonhälfte mit den U20-Meisterschaften aus dem Wettkampfeschehen auszusteigen und die Vorbereitung für die U23-Meisterschaften in Angriff zu nehmen. Die August-Ergebnisse und die Meisterschaften im Herbst bestätigen diese Auffassung.

Diese „Meisterschafts-Konstellation“ wie heuer sollte daher, aus der Sicht der Nachwuchsklassen, nicht mehr zutreffen; für 2007 ist der Meisterschafts-Kalender nahezu optimal gestaltet.

Tendenzen:

In diesen Jahrgängen zeigt sich ein großer, leistungsstarker Kaderkreis mit bereits internationalen Erfahrungen und gutem Potential für weitere Leistungsentwicklungen. Zu den Athleten in den Top-Kadern sollten, auch HSZ-bedingt, der eine oder andere Athlet noch dazu kommen können.

Ausblick Cross-EM:

Mit dem Qualifikationsrennen am 25. November 2006 in Neuhofen wird ein fünfköpfiges U20-Cross-EM-Team für die Cross-EM am 10. Dezember 2006 nominiert.

Karl Sander

ÖLV Spartentrainer Mittel- und Langstrecke männlich

Disziplingruppe Lauf, weiblich Nachwuchs, 2006

Teil 2 - Sommer

1. Entwicklung international

Im Jahr 2006 wurde die internationale Entwicklung am besten durch die Resultate der Junioren WM in Peking und der Weltbestenliste U 18/U 20 dokumentiert. Was für uns Europäer schon zu „befürchten“ war, ist in Peking eingetreten. 7 von 12 möglichen Medaillen über die Strecken 800m, 1500m, 3000m und 5000m gingen an die jungen Läuferinnen aus

Kenia, über 1500m und 3000m gab es jeweils sogar Doppelsiege. Auch über 3000m Hi ging der Sieg an Kenia. Mit einer hohen Dichte an guten Leistungen konnten weiters Japan und (Veranstalter) China aufwarten. Bei einer Analyse der Jugend (U 18) Weltbestenliste über die Jahre 2004 – 2006 zeigt sich aber, dass über die Strecken 800m und 1500m keine eindeutige Weiterentwicklung zu erkennen ist. Interessanterweise zeigt sich über 800m auch in diesem Altersbereich sogar ein tendenzieller Leistungsrückgang an der Weltspitze, was hoffentlich nicht durch effizientere Dopingkontrollen zu erklären ist. Dominierende Nationen sind auch in den U 18 Weltbestenlisten Kenia, Japan, China, Äthiopien, dazu einzelne Vertreterinnen aus Großbritannien.

Ein Blick auf die erzielten Leistungen (aktuelle Weltjahresbestzeiten: 2:04/4:08) könnte für unsere Athletinnen natürlich abschreckend wirken, aber diese Leistungen sind auch auf dem Hintergrund der bereits absolvierten Belastungen und der Belastungsreserven zu sehen und realistischerweise sollten wir unsere besten Athletinnen im ersten Schritt an der europäischen Spitze orientieren, wo die Leistungen schon eher in Reichweite liegen.

2. Leistungsentwicklung der Österreichischen Kaderathletinnen

Aufgrund der in der abgelaufenen Saison gezeigten Leistungen ist der Kaderentwurf für das kommende Jahr weitgehend identisch mit dem Vorjahr. Leider gab es gleich zu Beginn des Jahres 2006 die Nachricht, dass die Athletin Susanne Sichmann, die mehrere Jahre hindurch zu den besten 3 gehört hatte, zumindest vorübergehend mit dem Laufsport aufgehört hat. Ähnliches gilt für Eva Wutti und Caroline Oberer. Auf der anderen Seite konnten aufgrund positiver Leistungsentwicklung folgende Athletinnen neu für den Kader nominiert werden: Audifax Dominique (91), Baier Anita (88), Bürgler Petra (90), Eberhardt Tanja (90), Sagmeister Julia (91), Schmidt Stefanie (91) und Wenth Jennifer (91).

Die Athletinnen Nada Pauer (86) und Lydia Windbichler (87) gehören aufgrund ihres Alters im Jahr 2007 nicht mehr in den U 20 Kader, Simone Käferböck (86) hat leider auch mit der Leichtathletik aufgehört.

Innerhalb des U 18/ U 20 Kadern war einmal mehr Lisa-Maria Leutner (90) die herausragende Athletin. Hauptaugenmerk war in der Saisonplanung eine gute Platzierung bei der Gymnasiade, was mit dem 4. Platz (der besten Platzierung einer Läuferin, die es je gegeben hat) hervorragend gelungen ist. Sie steigerte in dieser Saison ihre Bestzeiten auf 2:10,84 (800m) und 4:31,26 (1500m) und ist auf nationaler Ebene nun schon seit 3 Jahren ungeschlagen in ihrer jeweiligen Altersklasse.

Auffallend auch die Leistungsentwicklung von Dominique Audifax (91) von 2:19 auf 2:16 über 800m bzw. von 3:08 auf 3:02 über 1000m, der „Einstieg“ von Anita Baierl (4:59 in ihrer ersten Saison über 1500m, dazu der 10. Platz bei der Berglauf World Trophy der Juniorinnen) und die Leistungen von Jennifer Wenth (91), die sich mit Audifax die U 16 Freilufttitel über 800m/2000m „aufteilte“. Veronika Gabriel (89) steigerte sich in der Halle über 800m auch auf 2:16, konnte diese Leistung in der Freiluftsaison aber leider nicht ganz bestätigen.

Bei der Crosslauf Gymnasiade in Riccione (It) war ein Österreichisches Team mit Leutner, Scheifinger, Lindner, Sperrer, Ender und Obermoser am Start, das sich im großen Feld den 8. Nationenrang holte und auch der gezeigte Teamgeist beeindruckte. Für diese Athletinnen war dieser Einsatz auch gleichzeitig der erste internationale Start für Österreich. Für die (Freiluft-) Gymnasiade konnte sich neben Leutner keine weitere Läuferin qualifizieren.

Nachstehend die Leistungsentwicklung der Kaderathletinnen im Detail:

		2005	2006 Halle	2006 Freiluft
Jugend-WM Kader				
Leutner Lisa-Maria (90)	800m	2:12,41	2:14,28	2:10,84
	1000m	2:51,64	2:59,24 (1.)	3:02,27 (1.)
	1500m	4:33,40	4:34,92	4:31,26
	3000m	10:05,87	10:58,46 (1.)	10:40,40 (1.)
	5km	17:27		17:41 (1.)
	Cross Pl.	1. (U 16)		1. (U 18)
U 18/U 20 Kader				
Audifax Dominique (91)	800m	2:19,18	2:18,28	2:16,61
	1000m	3:08,34	3:03,99	3:02,12
	1500m			4:56,04
	3000m			
	5km			
	Cross Pl.			
Baierl Anita (88)	800m			2:27,10
	1000m			
	1500m			4:59,53
	3000m			10:45,94
	5km			
	Cross Pl.			
Bürgler Petra (90)	800m	2:27,53		2:24,76
	1000m	3:09,29		3:06,31
	1500m			
	3000m	11:23,18		11:24,71
	5km			
	Cross Pl.			6. (U 18)
Eberhardt Tanja (89)	800m	2:26,70		2:26,92
	1000m	3:12,04		3:11,96
	1500m	5:13,33	5:11,49	5:07,47
	3000m	11:29,80	11:15,37	10:37,64
	5km			19:22 (4.)
	Cross Pl.			3. (U 18)
Ender Margaretha (91)	800m	2:21,55		2:24,12
	1000m	3:07,20	3:10,12	3:04,68
	1500m			5:11,55
	3000m		11:14,35	11:52,67
	5km			
	Cross Pl.			2. (U 16)
Gabriel Veronika (89)	800m	2:19,31	2:16,24	2:19,89
	1000m	3:07,30	3:02,91	3:02,91
	1500m	4:58,96		
	3000m			
	5km			
	Cross Pl.			
Lindner Renate (90)	800m	2:25,39	2:21,61	2:24,64
	1000m	3:14,91	3:08,61	3:12,8 h
	1500m	5:14,75		5:10,89
	3000m	10:55,90		11:07,72
	5km			19:14 (2.)
	Cross Pl.			2. (U 18)

		2005	2006	2006
Sagmeister Julia (91)	400m			59,76
	800m	2:28,48		2:24,24
	1000m	3:14,51		
	1500m			
	3000m			
	5km			
	Cross Pl.			12. (U 16)
Scheifinger Birgit (90)	800m	2:22,79		2:22,23
	1000m	3:05,68		3:05,68
	1500m	4:54,88		4:52,52
	3000m	10:47,38	10:49,16	11:07,06
	5km			19:16 (3.)
	Cross Pl.			4. (U 18)
Schmidt Stefanie (91)	800m			2:24,44
	1000m			3:13,42
	1500m			5:09,30
	3000m			
	5km			
	Cross Pl.			
Sperrer Christina (90)	800m			
	1000m			3:14,29
	1500m		5:08,92	5:05,70
	3000m	11:09,22		11:09,43
	5km			
	Cross Pl.			2. (U 20)
Wenth Jennifer (91)	800m			2:21,26
	1000m			3:06,45
	1500m			
	3000m			10:46,91
	5km			
	Cross Pl.			1. (U 16)

Mag. Wilhelm Lilge
Spartentrainer Lauf / NW weiblich