



## BERICHTE SPRINT / HÜRDEN 2006

---

### Bericht Sprint Männer 2006

Bei den Männern hat die Entwicklung im Sprint in der Freiluftsaison 2006 stagniert bzw. einen leichten Rückschritt erlitten.

Über 100m konnte Sergey Osovic (73) in Wolfsberg die Gunst der Stunde nutzen und bei optimalen äußeren Bedingungen in 10,45 Saisonbestleistung erzielen. Leider verfehlte er dabei das erwünschte EM-Limit von 10,40 Sek. knapp.

Martin Lachkovics (75) ersprintete, ebenfalls in Wolfsberg, mit 10,53 Sek. über 100m persönliche Jahresbestleistung und mit dem Gewinn der Staatsmeistertitel über 100m und 200m noch zwei gute Ergebnisse.

Roland Kwitt (82) ist schon relativ früh zu Saisonbeginn nahe an seine persönliche Bestleistung herangelaufen und liegt mit 10,52 Sek. auch an 2. Stelle der Jahresrangliste. Bei wichtigen Wettkämpfen wie z. B. im Europacup enttäuschte der Salzburger Sprinter trotz optimaler äußerer Bedingungen (100m in 10,95 bei +1,9m Rückenwind).

Clemens Zeller (84) konnte sich mit einem zufrieden stellenden Saisonabschluss zwar die Jahresführung über 200m in 21,22 Sek. holen, stagniert aber im Kurz sprint seit den letzten 2 Jahren. Jedoch wird auch für eine Steigerung im Langsprint seine Entwicklung über 100m und 200m in Zukunft eine zentrale Rolle spielen.

Eine deutliche Leistungssteigerung über 100m (10,64) und 200m (21,31) ist diese Saison Marco Steinbrecher (83) gelungen. Es bleibt zu hoffen, dass seine gute Entwicklung anhält und er für die Zukunft zumindest für die 4 x 100m-Staffel und über 200m für internationale Einsätze eine Option wird.

Deutliche persönliche Leistungssteigerungen über 100m haben auch Alexander Schriasi-Fard (83 – 10,67), Matthias Beham (81 – 10,70) und Karl Matzner (82 – 10,75) aufzuweisen.

Im Nachwuchs konnte Lukas Reiter (89) mit einer Steigerung auf 10,90 über 100m und 22,24 über 200m auf sich aufmerksam machen, ebenso wie Bernhard Chudarek (89 – 10,99) und Dominik Distelberger (90 - 11,09).

In diesem Alter ist aber eine Prognose über die Entwicklung im Sprint schwierig. Wie die Erfahrung der letzten Jahre gezeigt hat, wird zwar eine Zeit unter 11 Sekunden relativ bald erreicht, doch dann ist die Steigerung um das eine oder andere Zehntel ein dornenreicher Weg.

Eine Qualifikation für die U20-EM (100m-Limit: 10,75 Sek.) wird nur bei deutlicher Steigerung möglich sein - realistischer hingegen scheint die Normerfüllung für die EYOF-Spiele.

Wenngleich auch das Limit mit der 4x100m-Staffel Männer mit 39,75 Sek. für die EM in Göteborg knapp verfehlt wurde, bleibt diese seit Jahren nicht mehr erzielte Kollektivleistung, auf den Stützsäulen Lachkovics und Osovic ruhend, die beste Sprintzeit der Saison.

Bei angestrebter weiterer Intensivierung des Staffeltrainings und Wiedererreichen der Sprintleistungen der vergangenen Saisonen, scheint auch die Qualifikation für die WM in Japan mit der 4x100m Männerstaffel nächste Saison durchaus möglich zu sein.

### Bericht Sprint Frauen 2006

Bei den Frauen haben die Sprintleistungen durch die Babypause von Karin Mayer, das Karriereende von Elke Wölfling und die schwere Verletzung von Jennifer Schneeberger einen empfindlichen Aderlass hinnehmen müssen.

Wenngleich auch Bettina Müller-Weissina (73) nach langer Verletzungspause mit dem Erlaufen des EM-Limits und Saisonbestleistung in 11,43 Sek. ein fulminantes Comeback gelungen ist und Doris

Röser (83) sich auf 11,64 Sek. über 100m und 24,03 über 200m steigern konnte, scheint für internationale Platzierungen der Abstand zur Spitze zurzeit zu groß zu sein.

Mit für den Weitsprung sehr guten 11,88 Sek. konnte Bianca Dürr (76) die drittbeste 100m-Zeit der Saison laufen, gefolgt von der Hürdensprinterin Elisabeth Maurer (83 – 11,95), Betina Germann (76 – 11,95) und Victoria Schreibeis (12,05).

Für die erzielten Einzelleistungen war die ersprintete Staffelzeit von 45,11 Sek. zwar das beste 4x100m Ergebnis seit langem, doch ist das Staffelresultat deutlich unter den bestehenden Möglichkeiten einzustufen.

Geht man von einer 4x100m Zeit von den aufaddierten Einzelleistungen (11,60; 11,75; 11,90; 12,00 - ohne Windunterstützung) von 47,25 Sek. minus 3 Sekunden bei optimalen Staffelübergaben aus, wäre heuer eine Staffelzeit von 44,25 Sek. und eine EM-Qualifikation möglich gewesen.

Auch nächstes Jahr wird die Frauenstaffel aufgrund des bestehenden Potentials deshalb eine wichtige Zielsetzung im österreichischen Sprint darstellen und werden die Staffelmaßnahmen noch intensiviert werden.

Im Nachwuchs scheint mit Eva Burtscher (88 – 12,21), Junel Anderson (90 – 12,27), Lisa Holzfeind (88 – 12,30), Katrin Deubl (89 – 12,35), Viktoria Steinmüller (86 – 12,35) und der Senkrechtstarterin der Saison, Helena Suppin (92! – 12,39), eine noch selten da gewesene Breite an talentierten Sprinterinnen heranzuwachsen, wenngleich die Leistungen an die Zeiten des Goldjahrganges Röser, Maurer und Schneeberger nicht ganz heranreichen.

Bei weiterer Steigerung könnte sich sogar für das eine oder andere Talent das auf 12,00 Sek. herabgesetzte 100m EM-Limit U-20 ausgehen.

Das U-20 Staffel EM-Limit von 45,90 Sek. scheint beim derzeitigen Leistungsstand nicht erreichbar zu sein, würde die Normerfüllung bei optimalen Übergaben doch eine Durchschnittszeit aller 4 Läuferinnen von 12,20 Sek. (ohne Windunterstützung) voraussetzen.

Alles Gute für die Vorbereitungen für die neue Saison

Euer Edi Holzer

## Bericht Hürdensprint 2006

### **Die Freiluftsaison 2006 war im Hürdensprint sehr erfreulich!**

#### **EM06 in Göteborg:**

#### **Über die Kurzhürden war Österreich mit 3 AthletInnen vertreten:**

##### **Männer:**

Elmar Lichtenegger konnte sich in gewohnter Manier beim EC gut in Szene setzen und sich mit 13,70s souverän für die EM qualifizieren. Leider quälte ihn anschließend eine hartnäckige Verletzung im Beinbeuger, somit war keine weitere Steigerung in diesem Jahr mehr zu erwarten, bei der EM war für Elmar bereits im Vorlauf Endstation, mit 13,89s bei Gegenwind. Für den Aufstieg ins Semifinale wären 13,72s erforderlich gewesen.

International entwickelte sich die EM über die 110m-Hürden zur großen Chance. Mit 13,68s qualifizierte man sich fürs Finale, bei guten äußeren Bedingungen. Die Dichte in dieser Disziplin hat sich in Europa zurückentwickelt. Eine Chance bietet sich für unseren Nachwuchs sich in Zukunft gut in Szene zu setzen!

Das Finale bei leichtem Gegenwind entschied Stanislav Olijar für sich, mit über 2/10s Vorsprung, Silber ging an Thomas Blaschek mit 13,46s, für Bronze reichten sogar 13,52s!

##### **Weltbestenliste:**

Die unglaublich starke 110m-Hürdensaison der Weltbesten sollte natürlich noch extra erwähnt werden. Mit 12,88s brach Liu Xiang den Weltrekord von Colin Jackson aus dem Jahr 1991. 5 Athleten liefen heuer unter 13,03s. Arnold blieb mit 12,90s ebenfalls noch unter

der bisherigen Weltrekordmarke von 12,91s. Allen Johnson kam auf hervorragende 12,96s, Dayron Robles steigerte sich auf 13,00s und Terrence Trammel sprintete tolle 13,02s. Hier hat sich heuer einiges abgespielt, eine tolle Saison 2006 liegt leider bereits hinter uns.

### **Frauen:**

Sehr stark entwickelten sich Lisi Maurer und Victoria Schreibeis. Beide schafften die EM-Norm, Lisi setzte nach der tollen Hallensaison ihr großes Potential sofort in die 100m-Hürden um und steigerte sich auf hervorragende 13,12s (der ÖLV-Rekord steht bei 13,09s!), mit Wind unterstützten 13,03s kratzte Lisi bereits an der 13-Sekunden-Schallmauer. Victoria Schreibeis erreichte ebenfalls persönliche Bestleistung und lieferte ihr bestes Resultat im letzten Moment der EM-Qualifikation mit 13,34s ab.

Bei der EM schieden Lisi und Victoria mit 13,54s im Vorlauf aus, wobei die Erwartungshaltung unterschiedlich war. Lisi war aufgrund der internationalen Vorerfahrungen und Leistungen mit ihrer Zeit unzufrieden, eine Krankheit verhinderte eine optimale EM-Vorbereitung, für Victoria war es ihr erstes Antreten auf der internationalen Bühne, sie war mit ihrer Leistung nicht unzufrieden.

International spielten die Damen in Europa auch auf der Weltbühne eine hervorragende Rolle. Wunderbar der Sieg der Schwedin Susanna Kallur in tollen 12,59s. Silber ging an Kirsten Bolm zeitgleich vor der Hallen-Weltmeisterin Derval O'Rourke in 12,72s. Für den Einzug in das Semifinale reichten diesmal 13,30s, fürs Finale waren 13,04s nötig.

### **Nationale Saison 2006 Freiluft:**

#### **Frauen:**

Die starken Leistungen der EM-Starter wurden bereits angeführt.

Daniela Wöckinger lieferte Lisi Maurer und Victoria Schreibeis eine starke Konkurrenz und steigerte sich bei der Staatsmeisterschaft in Schwechat auf 13,59s. Im Finale entschieden nur Hundertstel über Sieg und Niederlage, alle 3 Athletinnen waren ebenbürtig. Diese Disziplin war eine der spannendsten Bewerbe der heurigen Saison.

#### **Männer:**

Auf nationaler Ebene war Elmar Lichtenegger wieder eine Klasse für sich.

Florian Kreuzhuber und Manuel Prazak lieferten sich auch spannende Duelle, jedoch hatte Florian immer das bessere Ende für sich und steigerte sich auf 14,63s in dieser Saison, Manuel Prazak konnte seine persönliche Bestmarke über die Männerhürden um knapp 7 Zehntel auf 14,77s steigern, damit ist er, gemeinsam mit Harald Modl, eines der aufstrebenden Hürdentalente Österreichs.

Unser Top-Zehnkämpfer Roland Schwarzl lief heuer gute 14,68s und belegte damit in der Jahresbestenliste den 3.Rang.

#### **U 20: Männer:**

Über die 0,99m hohen Hürden war Harald Modl der beste männliche Nachwuchsathlet Österreichs. Auf der Jagd nach dem Junioren-WM-Limit brachte er sehr gute und vor allem konstante Leistungen, leider reichten 14,13s knapp nicht für die Qualifikation nach Peking. Jedoch hat der U-20-Athlet noch ein Jahr in dieser Klasse, mit einer ähnlichen Leistung bzw. weiteren Leistungssteigerung sollte die Qualifikation für die U-20-EM kein Problem darstellen. Manuel Prazak lief sowohl die U-20-Hürden als auch die Männerhürden und konnte auch auf den „niedrigeren“ Hürden mit 14,86s, nach langer Verletzungspause, überzeugen.

#### **U 20: Frauen:**

Gleich vier Damen mit tollem Potential liefen Zeiten unter 15 Sekunden. Allen voran die Bronzemedallengewinnerin der Gymnasiade Rose Koppitsch mit 14,12s vor Beate Schrott

mit 14,34s, die sich im Weitsprung für die U-20-WM in Peking qualifizieren konnte. Auch Eva Burtscher mit 14,59s und die junge Claudia Scheriau mit 14,72s versprechen viel Gutes für die Zukunft des Hürdensprints der Damen.

### **U-18: Männer:**

Dominik Distelberger qualifizierte sich über die 110m-Hürden für die Gymnasiade. Dort lief er hervorragende 14,05s und stieg damit ins Semifinale auf. Im Semifinale sprintete Dominik nochmals gut, schied jedoch mit 14,41s aus. Er blieb aber auch mit dieser Zeit unter seiner alten Bestmarke, vor diesem internationalen Großereignis.

### **U 18: Frauen:**

Gleich drei Damen qualifizierten sich für die Gymnasiade über die 100m-Hürden, Rose Koppitsch, Claudia Scheriau und Ramona Oberlechner. Ramona Oberlechner gab einem Start über die 400m-Hürden den Vorrang, damit waren Rose und Claudia im Vorlauf am Start. Claudia Scheriau lief trotz großer Verletzungsprobleme gute 14,42s, schied mit dieser Zeit jedoch aus. Rose Koppitsch steigerte ihre persönliche Bestleistung bereits im Vorlauf auf 13,95s und stieg damit souverän ins Semifinale auf. Dort lief sie abermals Bestleistung, mit 13,88s schaffte sie sowohl den Einzug ins Finale als auch die Egalisierung des österr. U-18-Rekordes. Im Finale setzte sie noch mal zum Angriff an und eroberte in 13,89s die Bronzemedaille. Herzliche Gratulation!

Ebenfalls beachtlich sind die guten Zeiten von Katrin Deubl (14,67s) und Linda Thoms (14,73s).

Mit besten Grüßen

Mag. Leonard Hudec ÖLV - Spartentrainer Hürdensprint

## Bericht 400m und 400 m Hürden

### **International:**

Mit Jeremy Wariner / USA scheint ein echter Anwärter gefunden zu sein, der Michael Johnsons WR von 43,18sec unterbieten könnte. Mit seiner neuen Bestleistung von 43,62sec blieb er als einziger Athlet unter 44sec. Die Vormachtstellung der US Athleten wird mit 9 Läufern unter den ersten zwanzig der Weltbestenliste deutlich unterstrichen. Europa ist nur mit zwei Athleten – Leslie Djhone mit 44,91sec und Marc Raquil in 44,95sec, beide aus Frankreich, unter den besten 20 der Welt zu finden. Nationen mit großer Tradition über 400m, wie Deutschland, England und Polen, sind derzeit im Club der unter 45sec nicht vertreten.

Das Gegenstück zu den Männern ist bei den Frauen Sanya Richards / USA, die als einzige mit 48,70sec unter 49sec blieb. Mit neun Läuferinnen, angeführt von der Russin Olga Zaytsewa als zweite in 49,49sec ist hier Europa in der WBL Top 20 wesentlich besser vertreten als die Männer. Sowie über 400 m sind auch die US Athleten über 400 m Hürden dominant. Kerron Clement mit 47,39sec und Bershawn Jackson mit 47,48sec vor Periklis Iakovakis /GRE 47,82sec, führen die WBL an.

Für die europäischen Läufer war die EM in Göteborg der Höhepunkt. Neuer Europameister wurde Marc Raquil /FRA in 45,02sec vor Wladislaw Frolow /RUS in 45,09sec.

Europameister über 400 m Hürden wurde Periklis Iakovakis /GRE mit 48,46sec, vor Marek Plawgo /POL mit 48,71sec und Rhys Williams /GBR mit 49,12sec.

Bei den Frauen haben die Läuferinnen aus dem Ostblock klar die Oberhand. Neue Europameisterin über 400 m wurde Wania Stambolowa / BUL in 49,85sec vor den Russinnen Tatjana Weschkurowa in 50,15sec und Olga Zaytsewa in 50,28sec (zweite der WBL mit 49,49sec).

Europameisterin über 400m Hürden wurde Jewgenija Isakova / RUS mit 53,93sec vor der wieder erstarkten Fani Halkia / GRE in 54,02sec und Tatiana Tereschuk-Antipova /UKR mit 54,55sec.

#### **Junioren/innen:**

Für die U 20 Athleten/innen waren die Jun WM in Peking der Höhepunkt dieser Saison. Nicht nur für die Chinesen sondern auch für alle anderen Nationen war die Jun WM ein Probelauf für die Olympischen Spiele 2008.

Sowohl bei der männlichen, als auch bei den weiblichen Junioren ist das Niveau sehr hoch. Für alle drei Medaillen über 400 m musste man unter 46sec laufen. Über 400m Hürden der männlichen Junioren fehlte eine Zeit unter 50sec, für den dritten Platz waren jedoch 50,43sec im Finale notwendig.

Mit einer Junioren Weltjahresbestleistung von 50,78sec über 400 m legte die Kroatin Danijela Grgic (Jg. 88) eine außerordentliche Talentprobe ab. Auch über 400m Hürden lief Kaliese Spencer / USA mit 55,11sec eine neue WJB.

#### **Entwicklung National:**

##### **Männer / U23:**

Der Trend einer Leistungsentwicklung über 400m der Männer ist deutlich zu erkennen. Mit einer tollen Leistungssteigerung von 0,89sec stellte Clemens Zeller mit 46,63sec eine neue persönliche Bestleistung auf. Seine ausgezeichnete Form bei der ÖM U23 unterstrich er noch mit einer persönlichen Bestzeit über 200 m in 21,22sec.

Auch Matthias Beham mit 47,29sec, Benjamin Grill mit 47,64sec, Siegfried Fürtauer mit 47,70sec konnten sich in dieser Saison deutlich verbessern. Mit dem Staatsmeister Ralf Hegny in 47,41sec ist auch über 4 x 400m eine sehr gute Staffelzeit in der Saison 2007 möglich.

Über 400m Hürden konnte Gottfried Schöpf seinen Staatsmeistertitel verteidigen, für eine neue Bestleistung reichten die 52,27sec jedoch nicht. Auch Thomas Wannasek gelang mit zwei neuen Bestleistungen über 400 m in 48,60sec und mit 53,42sec über die 400m Hürden und dem U 23 Meistertitel eine gute Saison. Andreas Monitzer konnte sich über 400 m Hürden mit 53,42sec deutlich verbessern

##### **Frauen / U23:**

Nach langer Verletzungspause meldet sich Betina Germann mit einer neuen Bestleistung zurück. Mit 53,27sec siegte sie beim EC, verpasste jedoch knapp das Limit von 53,00sec für die EM. Auch über 100 m /11,95sec und 200m /24,55sec erzielte Germann neue persönliche Bestzeiten. Sabine Kreiner lief mit 54,58sec eine neue persönliche Bestleistung über 400 m; über 400 m Hürden blieb sie mit ihren 58,04sec nur knapp über ihrer persönlichen Bestleistung und als einzige Läuferin unter 60sec. Viktoria Steinmüller konnte nach gesundheitlichen Problemen sich mit 55,57sec über 400 m nicht verbessern, zeigte aber im Sprint gute Verbesserungen.

##### **U20 / U 18**

Bei den männlichen und weiblichen Junioren und Jugendlichen über 400 m und über 400 m Hürden gibt es einige viel versprechende Talente. Mit Stefan Ender, dem österreichischen Junioren Meister über 400 m (Bl. 50,36), Christan Kurz – österreichischer Jun Meister über 400m Hürden in 55,45sec (Bl. 400 m 49,83sec), Stefan Schönbauer – österreichischer Jugendmeister über 300m Hürden (Bl. 35,42sec und 38,48sec), sowie Lukas Mimmmler und David Mühlthaler, gibt es eine Reihe hoffnungsvoller Nachwuchsathleten, die sicherlich in den nächsten Jahren auf sich aufmerksam machen werden.

Mit Olivia Raffelsberger, österreichische U 23 Meisterin über 400m und 400 m Hürden sowie österreichische Jugendmeisterin über 400 m mit neuen Bestleistung von 57,08sec und

62,74sec, Ramona Oberlechner, Juniorenmeisterin über 400 m Hürden (Bl. 62,15sec) und Jugendmeisterin über 300 m Hürden (Bl. 43,18sec), sowie Julia Ecker, Julia Sagmeister, Linda Thoms, Michaela Gusenbauer und Raffaella Dorfer gibt es auch hier etliche hoffnungsvolle Läuferinnen.

Es wird jedoch noch etwas Zeit dauern, um international den Anschluss zu finden.

#### **Ausblick 2007:**

Im 400 m Bereich könnte mit Clemens Zeller ein zweiter ÖLV Läufer nach Christoph Pöstinger in den 45sec Bereich vorstoßen und auch seinen Rekord von 45,80sec unterbieten. Für eine schnelle 4 x 400 m Staffel und den 46sec Bereich über die 400 m gibt es mit Matthias Beham, Ralf Hegny, Grill Benjamin und Siegfried Fürtauer weitere vier Läufer, die in der Saison 2007 auf sich aufmerksam machen könnten. Auch Gottfried Schöpf könnte es gelingen, eine 51er Zeit über die 400 m Hürden zu laufen.

Betina Germann sollte es gelingen die 400 m unter 53sec zu laufen, Sabine Kreiner mit ihrer neuen Bestzeit über 400 m auch über 400 m Hürden im nächsten Jahr an die 57sec zu laufen. Das Hallen EM Limit über 400m für die Männer von 47,50sec und den Frauen von 53,70sec sollte doch einige Läufer und Läuferinnen motivieren, eine ernsthafte Hallensaison in Angriff zu nehmen.

Ach für die U 23 EM bestehen für Benjamin Grill über 400 m, Thomas Wannasek, Andreas Monitzer und Martin Fladenhofer über 400 m Hürden sowie Viktoria Steinmüller über 400 m große Chancen, das U 23 EM Limit zu erreichen.

Christian Kurz, Olivaia Raffelsberger und Ramona Oberlechner könnten sich für die Junioren EM in Hengelo qualifizieren.

Ich möchte allen Athleten und Athletinnen zu ihren persönlichen Leistungen nochmals herzlich gratulieren.

Danken möchte ich allen Heimtrainern und Heimtrainerinnen für ihre erfolgreiche und unermüdliche Arbeit. Allen Athleten und Athletinnen sowie Trainerkollegen und Kolleginnen wünsche ich für 2007 viel Erfolg.

Gert Weinhandl - ÖLV Spartentrainer 400m / 400m Hürden