



## BERICHTE SPRINT - HÜRDEN / HALLE 2008

### Kurzprint:

#### Männer:

Eine erfreuliche Vorstellung im 60m-Sprint gab der Neo-Salzbürger Ryan Moseley (82), der mit 6,75 Sek. die Hallenmeisterschaften dominierte und auch die heimische Jahresrangliste anführt. Es bleibt zu hoffen, dass der aus Barbados stammende Sympathieträger möglichst bald die österreichische Staatsbürgerschaft erhält, um unsere Sprintnationalstaffel entsprechend zu verstärken.

Auch Roland Kwitt konnte seine Vorjahresform bestätigen und wurde in 6,80 Sek. Vizestaatsmeister. Eine große Überraschung lieferte der an sich als Langsamstarter bekannte Nachwuchssprinter Bernhard Chudarek (89). Mit 6,87 Sek. wurde die junge Schwechater Sprinthoffnung beeindruckender Dritter und gab ein großes Versprechen für die Zukunft ab.

Benjamin Grill, Österreichs Blitzstarter, hatte mit 6,82 Sek. einen tollen Saisoneinstieg, verzichtete aber infolge einer Verletzung auf weitere Wettkämpfe.

Deutliche Verbesserungen von Karl Matzner (6,89), Philip Stanek (6,95), Siegfried Fürtauer (7,96), Isagani Psychär, Dominik Distelberger (6,97) und Markus Heschl (6,98) lassen auch eine gute 4 x100m Staffelzeit erhoffen.

International ist heuer leider kein Österreicher im Kurzprint in der europäischen Bestenliste platziert.

Über 200m gelang Roland Kwitt, mit neuer persönlicher Bestleistung in 21,46 Sek., mit dem Sieg über den etwas zu verhalten anlaufenden Clemens Zeller, eine Überraschung.

Positiv aufgefallen ist auch die Steigerung von Siegfried Fürtauer auf 21,72 Sek. Mit dieser 200m-Zeit wurde der Sportstudent, sowohl bei den Staatsmeisterschaften, als auch in der Jahresrangliste, hinter Roland Kwitt und Clemens Zeller (21,49) Dritter.

Eine kleine Sensation gelang dem großen Lauteracher Sprinttalent Stephan Ender (89) über die 200m in 22,05 Sek.

### Kurzprint:

#### Frauen:

Im Damensprint holte Bettina Müller-Weissina auf internationaler Ebene einmal mehr die Kastanien aus dem Feuer. Mit dem Aufstieg ins Semifinale und dem 19. Gesamtrang konnte die Hausmannstätterin bei der Hallen-WM in Valencia ihre bisher beste Platzierung bei einem internationalen Großereignis abliefern.

Mit der Saisonbestleistung von 7,35 Sek. konnte Müller ihre WM Nominierung durch den Verband rechtfertigen und bestätigte sich der genau getimte Formaufbau durch Trainer Mag. Walter Hable.

Bei anhaltender Leistungsentwicklung ist Müller-Weissina, trotz des hoch angesetzten Limits von 11,32 Sek., auch eine Teilnahme bei den Olympischen Spielen in Peking durchaus zuzutrauen.

Mit Bianca Dürr (7,55), der Vizestaatsmeisterin im 60m-Sprint, der Dritten Doris Röser (7,55 ex aequo Ranglistenzweite) und der stark verbesserten Victoria Schreibeis (7,61), ist auch heuer wieder eine für die Sprintstaffel erforderliche Leistungsdichte gegeben. Für

den Europacupeinsatz scheinen gute Voraussetzungen für ein Spitzenergebnis vorhanden, doch das Olympialimit liegt zurzeit leider in weiter Ferne.

Im 200m Lauf konnte Doris Röser den Hallenstaatsmeistertitel mit neuer persönlicher Bestleistung von 24,73 Sek., trotz des Handicaps der fehlenden Rundbahn, mit heim ins Ländle nehmen. Nach langwieriger Verletzungspause bestätigte Betina Germann mit 24,85 Sek. ihr tolles Comeback. Mit dieser Zeit holte die Kärntnerin den Vizestaatsmeistertitel und belegt Platz 2 in der Jahresbestenliste.

Eva Burtscher konnte mit Platz drei in der österreichischen Hallenrangliste und neuer persönlicher Bestzeit in 24,97 Sek. ihr großes Talent auf der 200m-Distanz erneut unter Beweis stellen.

Einen genau getimten Leistungssprung schaffte auch Lisa Holzfeind. Mit neuer 200m-Bestleistung wurde die junge Kärntnerin bei den österreichischen Staatsmeisterschaften in 25,29 Sek. Dritte.

**Dr. Holzer Eduard** / Spartentrainer Kurz sprint

### **400 m International:**

Der internationale Höhepunkt der Hallensaison 2008 waren die Hallen – Weltmeisterschaften in Valencia. Mit seiner neuen Hallenbestleistung von 46,58s waren die Chancen für Clemens Zeller groß, sich wie im Vorjahr (6. Platz HEM), bei der Hallen WM im Vorderfeld zu platzieren. Im 3. VL, gemeinsam mit dem späteren Weltmeister Tyler Christopher (CAN), lief C. Zeller 47,34s, das den 13. Platz bedeutete. Die 11. beste Zeit. reichte jedoch nicht, um in das Halbfinale aufzusteigen. Die Chancen sich für das Finale zu qualifizieren waren sehr groß, denn für das Finale benötigte man 47,13s.

Die neue Saisonbestleistung von Clemens Zeller mit 46,59s ist der 22. Platz in der Welt – JBL und der 6. Platz in der Europa – JBL 2008.

Einen knappen Doppelerfolg gab es bei den Frauen durch die zwei russischen Läuferinnen Olesya ZYKINA in 51,09s. (JWL) und Natalya Nazarova in 51,10s. vor Shareese Woods (USA) in 51,41s.

Den Sieg in der 4 x 400m Staffel der Männer holte sich die USA in 3.06,79s. vor Jamaica und der Dominikanischen Republik. Bei den Frauen siegte Russland mit 3.28,77s. vor Weißrussland und der USA

### **National:**

#### **Männer:**

Clemens Zeller, mit neuer BL. in 46,58s. und einigen niederen 47er Zeiten, hat sich zu einem europäischen Spitzenläufer entwickelt. Mit neuer BL. in 48,20s. ist Siegfried Fürtauer die Nummer zwei hinter Zeller. Marco Steinbrecher mit 48,84s nimmt nun doch die 400m ernsthaft in sein WK Programm auf. Neue Bestleistung lief auch Gabriel Meier mit 49,37s. Stefan Hämmerle ist mit seinen 49,41s nahe an seiner Hallenbestleistung von 49,36s (2005).

#### **Frauen:**

Nach der Verletzungspause im Sommer 2007 lief Betina Germann mit 54,45s. ihre zweitbeste Hallenleistung. Mit neuer persönlicher Hallen-Bestleistung in 55,49s. überraschte Doris Röser. Auch Elisabeth Nieredereder mit 56,98s und Oliva Raffelsberger - nach langen gesundheitlichen Problemen - mit 58,52s zeigen wieder ansteigende Form, Sabine Kreiner, Doppelstaatsmeisterin 2007 über 400m und 800m in der Halle und im Freien, fehlt wegen einer Babypause.

Die Möglichkeiten, sich in Österreich im Winter auf die 400m optimal vorzubereiten, sind nur in Wien und Linz möglich.

Mit den internationalen Hallen- Meetings Season Opening 2008, Indoor Clasic Vienna, Gugl Indoor und der ASKÖ Vienna Indoor Gala gab es jedoch für die ÖLV Athleten/innen sehr gute Startgelegenheiten.

### Analyse Teilnehmer und Leistungsentwicklung:

<b>Tab 1) Teilnehmer ÖM Allgem. Klasse - 400 m:</b>							
	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008
Männer	20	15	11	14	20	15	10
männl. U 23	6	2	3	6	5		5
männl. Junioren	4	2	2	2	4	2	3
Frauen	9	12	10	9	5	15	7
weibl. U 23	4	1	2	2	1	5	1
weibl. Junioren	1	1	1	1	0	2	1
<b>Tab 2) Leistungsentwicklung über 400 m: Analyse der Bestenlisten:</b>							
	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008
<b>Männer:</b>							
Bestleistung	46,90	48,02	48,24	47,79	48,62	46,64	46,58
BL. 3. Platz	48,49	48,47	49,18	49,26	48,85	49,27	48,84
BL. 5. Platz	48,55	50,85	50,34	49,36	49,22	50,29	49,37
BL. 10. Platz	49,30	51,44	51,50	50,35	50,90	51,30	50,35
<b>Frauen:</b>							
Bestleistung	55,29	55,27	55,59	55,50	56,39	54,13	54,45
BL. 3. Platz	55,99	57,40	56,46	56,96	56,87	56,67	56,98
BL. 5. Platz	56,63	57,58	57,30	58,81	57,44	57,65	58,67
BL. 10. Platz	60,97	61,31	62,75	60,13	61,14	60,83	60,12

### Nachwuchs:

Bei den männlichen Junioren konnte sich Stefan Ender deutlich steigern. Mit 49,79s blieb er als einziger Junior unter 50 Sekunden. Die Leistungsdichte beim männlichen Nachwuchs ist jedoch sehr gering. Nur drei Junioren waren über 400m bei der ÖM am Start.

Eine deutliche Steigerung gelang Linda Thoms. Mit 58,86s blieb sie als einzige Juniorin unter 60s. Auch bei den weiblichen Juniorinnen ist die Leistungsdichte sehr bescheiden.

### Vorschau Sommer:

Der Höhepunkt der Sommersaison sind die Olympischen Spiele in Peking. Für Clemens Zeller stehen die Chancen gut, das Limit von 45,55s zu erreichen. Siegfried Fürtauer, Benjamin Grill, Oliver Plattner, Marco Steinbrecher und Ralf Hegny sollte es gelingen, 47er Zeiten zulaufen und eine schlagkräftige Staffel für den EC zu stellen.

Über 400m Hürden könnte es Florian Sambs, Christian Kurz und Gottfried Schöpf gelingen, unter 52,0s zu laufen.

Auch Betina Germann sollte es möglich sein, wieder an ihre Bestleistung – 53,27s. (2006) anzuschließen. Mit Doris Röser könnte eine neue starke 400m Läuferin für den ÖLV zur Verfügung stehen. Ein Limit für Olympia ist jedoch bei den Frauen derzeit außer Reichweite.

Auf Grund seiner Steigerung über 400m in der Halle sollte es Stefan Ender möglich sein, das Limit über 400m Hürden für die Jun WM zu erbringen.

Auch Linda Thoms sollte auf Grund der Leistungssteigerung über 400m in der Halle sich über die 400m Hürden deutlich steigern können.

Ziel des ÖLV muss sein, viele schnelle 100m und 200m Läufer/innen zu einem Umstieg auf die 400m zu begeistern. erbringen werden.

Allen Trainerinnen und Trainern sowie allen Athletinnen und Athleten wünsche ich eine optimale Vorbereitung auf Sommersaison.

**Gert Weinhandl** / Spartentrainer 400m, 400m Hürden

## **Hürdensprint:**

### **International:**

#### **Männer:**

Die geforderte Norm für die Hallen WM in Valencia von 7,75s konnte leider kein österreichischer Athlet erbringen.

Für einen Aufstieg ins 24er-Semifinale sind diesmal 7,85s nötig gewesen. Für das Finale reichte eine Zeit von 7,64s. Dieses gewann der große Favorit auf Olympiagold, Liu Xiang, souverän in 7,46s vor Allen Johnson mit 7,55s, Bronze holte sich Stanilavs Olijars in 7,60s.

Dayron Robles, der Jahresbeste mit 7,33s verpasste durch ein Missgeschick das Semifinale.

#### **Frauen:**

Die geforderte Norm von 8,15s konnte leider keine österreichische Athletin erbringen.

Eine Zeit von 8,16s reichte für den Aufstieg ins 16er-Semifinale. Für das Finale reichte eine Zeit von 8,07s. Im Finale lief Lolo Jones in 7,80s ungefährdet zum Sieg, in 7,93s holte sich Candice Davis Silber, Bronze ging an Anay Tejeda.

Susanna Kallur verbesserte in Karlsruhe den Hallen-Weltrekord auf 7,68s, bei der WM musste sie leider verletzt nach dem Vorlauf ausscheiden.

### **National :**

#### **Frauen:**

Die 60m-Hürden bei den Hallen-Staatsmeisterschaften war wieder eine spannende Entscheidung. Daniela Wöckinger verteidigte erfolgreich Ihren Titel in 8,43s vor Victoria Schreibeis in 8,51s, die Bronzemedaille sicherte sich mit persönlicher Bestleistung von 8,68s Beate Schrott. Ebenfalls erfreulich waren die persönlichen Bestleistungen von Junel Anderson (8,72s) und Claudia Scheriau (8,85s) sowie das erfolgreiche Comeback von Rose Koppitsch (8,94s), alle drei Nachwuchs-Athletinnen haben bei konsequenter Arbeit gute Chancen sich für die U20-WM im Hürdensprint zu qualifizieren.

Lisi Maurer arbeitet fleißig an Ihrem Comeback und wird in den kommenden Monaten in die Wettkampfsaison wieder einsteigen.

#### **Männer:**

Bei den Staatsmeisterschaften holte sich der U23-Athlet Manuel Prazak seinen ersten Staatsmeistertitel über 60m-Hürden in 8,07s mit persönlicher Bestleistung. Martin Hackauf krönte seine starke Hallensaison mit Silber in 8,22s, wieder mit persönlicher Bestleistung. Bronze sicherte sich Florian Kreuzhuber in 8,34s.

Zehnkämpfer Roland Schwarzl zeigte auch über die Kurzhürden ein tolles Comeback und lief starke 8,20s (PB: 8,16s), Dominik Distelberger ist die große Hoffnung auf ein U20-WM-Ticket über die 110m-Hürden. Sein Debüt über die Männerhürde verlief mehr als Erfolg versprechend mit 7,00s über 50m-Hürden und 8,26s über die 60m-Hürden. Leider verletzte sich Dominik beim Aufwärmen zur Hallen Staatsmeisterschaft am Knöchel.

### **Nachwuchs:**

Tobias Tromet war bei der österreichischen U18 Meisterschaft eine Klasse für sich, mit 8,42s gewann er die Goldmedaille und war damit auch Jahresschnellster in der Halle über die 60m-Hürden der U18. Sehr erfreulich war die weitere Leistungsentwicklung von Sebastian Kapferer. Der U16-Athlet (Jg.93) gewann nicht nur die Silbermedaille sondern zeigte mit 8,46s, dass er auch sehr schnell über die U18 Hürden sprinten kann. Die Bronzemedaille sicherte sich Florian Wimberger. Leider konnte Florian Fuchs aufgrund einer Verletzung nicht in dieser Hallensaison über die Hürden antreten, jedoch befindet sich der aufstrebende Nachwuchsatlet nun im Aufbau und wird in der Freiluftsaison wieder am Start sein.

Stephanie Bendrat (Jg. 91) holte sich bei den österreichischen U18 Meisterschaften die Goldmedaille mit gelaufenen 9,00s. Silber schnappte sich Nicole Tobolka (Jg.92) in 9,06s knapp vor der U16-Athletin Katrin Beierl (Jg.93) in 9,11s, die somit den Umstieg auf die U18-Hürden bereits in der U16-Klasse hervorragend gemeistert hat. Die ersten 3 der Meisterschaft waren auch gleich die Jahresschnellsten der U18.

### **Vorschau Sommer:**

Die Olympischen Spiele 2008 in Peking sind natürlich das Highlight des Jahres, aber auch die U20-WM in Bydgoszcz steht für unseren Nachwuchs am Programm, hier erwarte ich mir das eine oder andere Hürdensprint-Limit von unseren starken Nachwuchsatleten bzw. Athletinnen. Dazu wünsche ich viel Erfolg und eine gute Vorbereitung!

**Mag. Hudec Leonard** / ÖLV - Spartentrainer Hürdensprint

### **Sprint Nachwuchs:**

Alles beim Alten – so könnte man die Situation bei den weiblichen Nachwuchs-Sprinterinnen treffend bezeichnen. Vergleicht man die Hallen-Bestenlisten 2007 und 2008, so kommt zu den altbekannten Sprinthoffnungen nur die ÖTB Salzburg-Athletin Nicole Tobolka (Jg. 92) hinzu, die sich mit 7,98s nun auch zu den Unter-8s-Läuferinnen zählen darf. Die Spezialistin Raffaella Dorfer (Jg. 91) konnte durch einen perfekt geglückten 60m-Lauf ihre BL doch noch auf 7,81s drücken und liegt in der 60m-Bestenliste nur 1, bzw. 7 Hundertstel vor den Weitspringerinnen Junel Anderson (7,82s) und Marina Kraushofer (7,88s), welche einige „Sprint-Spezialistinnen“ hinter sich lassen konnten.

Nachdem Eva Burtscher und Lisa Holzfeind nicht mehr der U20-Klasse angehören, sieht es auf der 200m-Strecke momentan nicht gerade rosig aus. Es fehlt generell vielleicht der Mut, sich auch zu einer längeren Sprintstrecke zu bekennen. Die Hürdenläuferin Rose Koppitsch (Jg. 89) führt die Liste mit 25,75s an, während das im Vorjahr nur für die 5.-beste Juniorinnen-Zeit gereicht hat. Verena Wiederin (Jg. 92), Sprinttalent aus Vorarlberg, lief schneller (25,94s) als im Jahr zuvor im Freien und ist vielleicht eine der Hoffnungen für die Zukunft.

Wenn man aber bedenkt, dass das Limit für eine Teilnahme an int. NW-Meisterschaften 24,64s (U20-WM) ist (letztes Jahr 24,60s f. U20-EM und U18-WM), wird sehr schnell klar, dass eine Teilnahme in Sprintbewerben für unsere schnellsten Mädchen eher unrealistisch sein wird. Vielleicht beginnt aber doch die eine oder andere NW-Hoffnung mit ihrem Trainer umzudenken und schafft den Umstieg auf die für einige Mädels doch mehr versprechenden längeren Sprintstrecken und bereitet das dafür notwendige Fundament frühzeitig vor.

Die U16-Athletinnen Angelika Span (Jg. 93), Carolina Petran (Jg. 94), Rosalie Tschann (Jg. 94) und Ivona Dadic (Jg. 93) könnten vielleicht in Zukunft wieder für etwas Schwung

in der Sprintszene bei den Mädels sorgen, wenngleich auch sie keine ausgesprochenen Sprintspezialistinnen sind, wenn man sich ihre übrigen Leistungen ansieht.

Bei den Burschen sieht's doch etwas besser aus und ich habe die berechtigte Hoffnung, dass dies auch Früchte tragen wird. Eine ganz fabelhafte Hallensaison mit dem krönenden Abschluss durch die Bronze-Medaille bei den Hallen-MS der allg. Klasse hatte Bernhard Chudarek (Jg. 89) und konnte seine 60m-Zeit auf sehr gute 6,87s drücken. Das ist nur 5/100s langsamer als der legendäre Christoph Pöstinger, welcher noch immer den U20-Rekord über 60m hält. Unser Alleskönner Dominik Distelberger (Jg. 90) hatte bis zu seinem Bänderriss auch eine fantastische Hallensaison hinter sich und verbesserte seine BL über beide Sprintstrecken auf 6,97s bzw. 22,11s. Lukas Reiter (Jg. 89) kam über 60m mit 7,06s knapp an seine BL heran und verbesserte sich über 200m in der Halle auf 22,11s. Eine riesige Überraschung lieferte der Vorarlberger Stephan Ender (Jg. 89), welcher bei den Hallen-MS der allg. Klasse 22,05s auf die Bahn knallte. Das lief er noch dazu auf Bahn 2 (!!!). Michael Laufenböck und Norbert Schrott (beide Jg. 91) lieferten sich packende Duelle, was nur gut für beide sein kann. Michael macht hervorragende Fortschritte mit seinem Trainer, dem ehemaligen 400m-Spezialisten Klaus Angerer und sein Weg wird sicher auch auf die längeren Sprintstrecken führen, was sich jetzt schon an seinen Leistungen ablesen lässt (7,13s bzw. 22,55s). Für Norbert freut es mich ganz besonders, dass er offensichtlich das sehr schwierige letzte Jahr, welches von massiven Verletzungsproblemen geprägt war, überwunden hat und jetzt ein großartiges „Comeback“ feiert. Seine BL über 60m steht bei 7,12s, womit er sich auch den Titel der U18 in der Halle sichern konnte. Zu den nachstrebenden Jungs Christoph Schenter (Jg. 92), Sebastian Kapferer und Patrik Insamer (beide Jg. 93) hat sich heuer eine weitere Sprinthoffnung hinzugesellt. Dominik Havor (Jg. 92) trainiert erst seit kurzem bei Herwig Grünsteidl und lief sehr gute 7,24s in seiner ersten Hallensaison. Ich bin gespannt, wie sich diese Jungs weiterentwickeln werden.

Wenn sich speziell die ganz schnellen Burschen auch im Freien so stark zeigen, können wir uns schon auf die 4x100m-Staffel freuen, die versuchen wird, das sehr schwierige Limit von 40,50s (U-20-Rekord 40,70s!!!) für die U20-WM in Bydgoszcz bei folgenden Wettkämpfen zu knacken. Am 24. + 25. Mai beim JM-10-Kampf in Wien, am 31. Mai beim AT-4 in St. Pölten, am 14. Juni beim U20-Länderkampf in Reutte und am 20./21. Juni bei der Junioren-Gala in Mannheim.

**Sascha Kratky** / Spartentrainer Sprint Nachwuchs