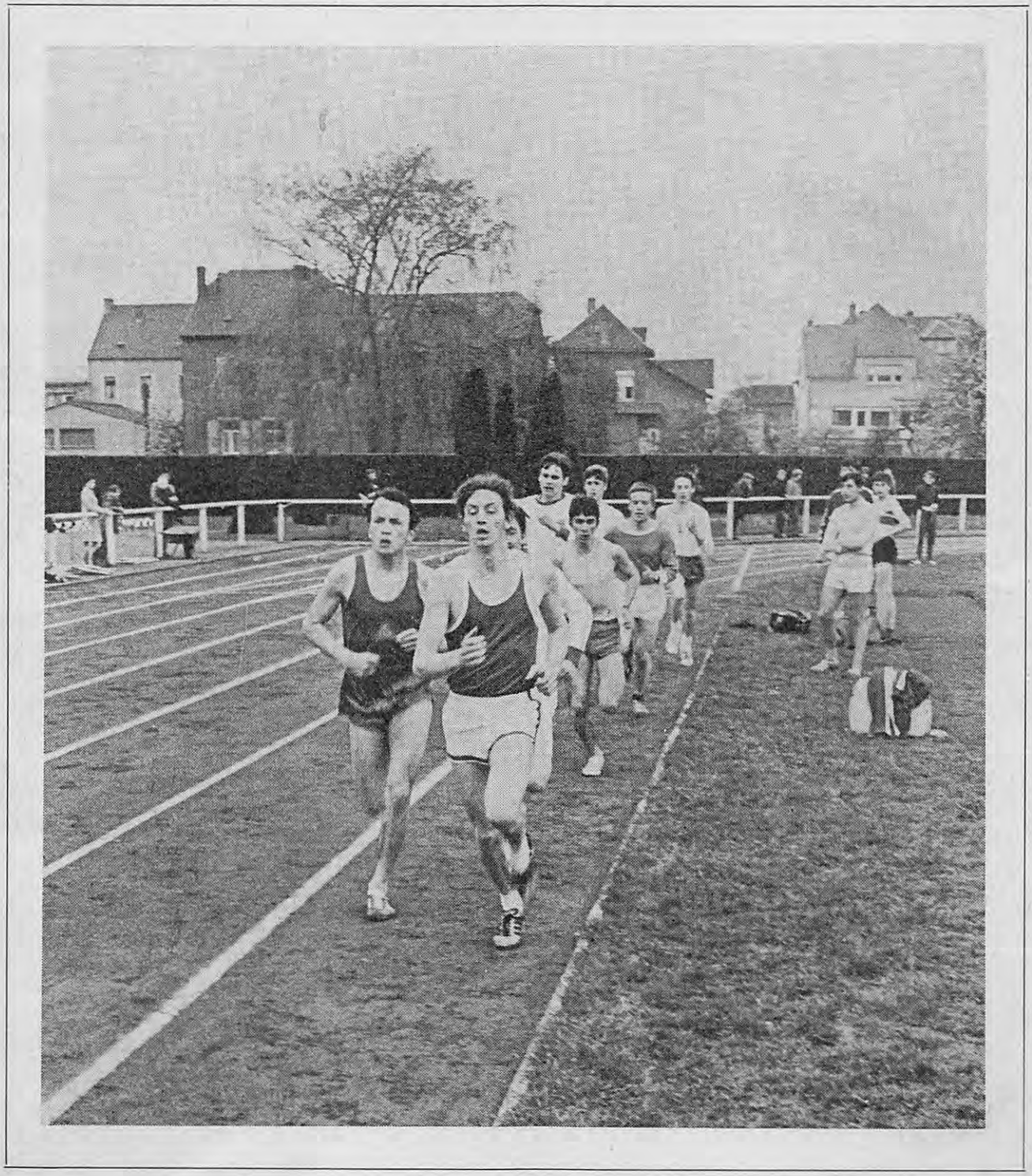
ATHLETISME

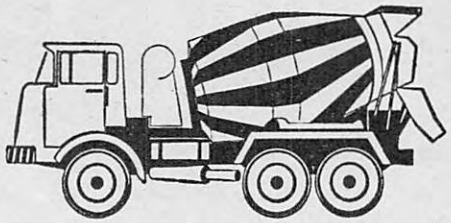
3/69

Bulletin de liaison de la Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme

Numéro 50 / Juin 1969
Prix 10.- fr. / Abonnement annuel 50.- fr.
Paraît 8 fois par an

Administration et rédaction:
F. L. A. case postale 175
C. C. P. 200 03 Luxembourg





Feidt Frères

S. E. N. C.

Carrières - Sablières - Gravières
Béton préparé

LUXEMBOURG - 36, av. des Archiducs
Tél. 2 13 53 - 4 69 25 - 2 74 59

B B
B B
B

En Humpe Be'er vun der
Brauerei Bofferding
Bascharage

Pilsen an Edel

Siew et vum Krun oder
aus der Fläsch, e Genoss

DER
SPORTSCHUH DER
WELTBESTEN MIT
220 WELTREKORDEN



adidas

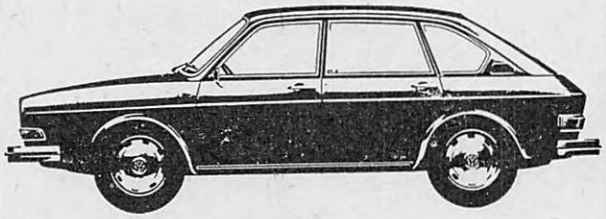
Generalvertretung :

Frieden-Sports

LUXEMBOURG
54, avenue de la Liberté

ESCH-SUR-ALZETTE
37, rue de l'Alzette

VW 411



Importateur général :

Garage Martin Losch

LUXEMBOURG-BONNEVOIE
88, route de Thionville - Téléphone 48 40 11

EDITORIAL

Propos d'actualités

Les longs mois d'hiver ont été caractérisés par l'organisation méthodique de stages de perfectionnement à l'intention de nos espoirs les plus prometteurs. Ce programme a été complété par des stages de week-end en Allemagne ainsi que par le traditionnel stage de Pâques dans les Landes. Un grand merci en passant aux fédérations et entraîneurs allemands et français qui ont une fois de plus rendu de très précieux services à l'athlétisme luxembourgeois.

Le Comité-Directeur était conscient de la nécessité d'un programme d'entraînement hivernal plus suivi et n'a pas hésité à consentir l'indispensable et important effort financier. D'ores et déjà il est décidé à poursuivre, sinon à intensifier cet effort en faveur de nos jeunes et avant même la fin de la saison d'été un programme très copieux sera établi en vue de l'hiver prochain. Pour autant évidemment que nos entraîneurs trouvent le temps nécessaire pour répondre aux initiatives de notre directeur sportif.

Tout n'a certes pas été parfait. Ce programme n'exige pas seulement des sacrifices financiers. Les dirigeants fédéraux sont malheureusement tout comme ceux de nos clubs des bénévoles auxquels les obligations professionnelles et familiales ne laissant pas toujours le loisir de s'occuper comme ils souhaiteraient le faire de l'organisation et du déroulement d'un programme s'étendant sur plusieurs mois. Nous en sommes les premiers conscients et navrés. Nous notons cependant avec satisfaction que dans l'ensemble l'organisation de ces stages a donné entière satisfaction aux athlètes qui en redemandent le plus rapidement possible. A vrai dire nous n'avons pris connaissance que d'une seule critique: s'il faut en croire le bulletin de liaison d'un de nos clubs, par ailleurs le principal bénéficiaire de cet effort fédéral, les tapis de réception ont fait une fois défaut lors d'un stage pour sauteurs en hauteur.

Si vraiment cette lacune était la seule et la plus grave, alors les deux principaux responsables de ce programme d'entraînement, le directeur sportif et le secrétaire général, ont droit à des félicitations unanimes. Ils ne croyaient certainement pas si bien faire.

— — —

Le lecture du bulletin „Relais" du C.A. Spora — puisqu'il en est question — nous apprend encore que le Comité Directeur mérite des reproches parce qu'il n'a pas envoyé de représentants luxembourgeois au congrès international des entraîneurs, qui s'est tenu au début de l'année à Athènes. C'est un fait: il n'y eut pas de Luxembourgeois à ce congrès. Pourquoi ?

Le Comité-Directeur a estimé qu'en dépit de son intérêt indéniable, ce congrès ne pouvait pas justifier les sommes considérables qu'une participation luxembourgeoise n'aurait pas manqué d'entraîner. Il était et reste d'avis que si nos entraîneurs éprouvent vraiment le besoin de se perfectionner, ils peuvent parfaitement profiter d'autres occasions, moins onéreuses, pour enrichir leurs connaissances.

Il en eut été autrement si le Conseil Supérieur d'Education Physique avait assumé une part aussi large que possible de ces énormes frais de déplacement. A l'encontre de ce qu'avance fort légèrement le porte-parole du „Relais" l'usage en la matière n'est pas du tout de demander après coup un subside en remboursement de frais exposés. Il faut bien au contraire préalablement obtenir un accord de principe de la part du Conseil Supérieur, qui à juste titre n'accepte pas d'être mis devant un fait accompli. C'est ce que le Comité-Directeur avait fait. Or, il n'a pas reçu de réponse affirmative dans les délais et crut dès lors devoir réserver ses propres fonds au financement d'une participation luxembourgeoise aux Championnats d'Europe qui se dérouleront en septembre dans la même ville d'Athènes.

— — —

Une cinquantaine de concurrents au Critérium des Sauts et des Lancers, une participation analogue aux championnats nationaux de triathlon et de pentathlon pour cadets/minimes: il ne fait plus de doute qu'à une exception près, le CA Spora, nos clubs n'attachent pas à ces réunions destinées à la masse l'intérêt et l'importance que le Comité-Directeur tient tant à les voir revêtir. Le but essentiel, une mobilisation de masse, n'a pas été atteint, loin de là.

Certes, le temps n'a guère été favorable, certes, ces compétitions arrivent très tôt dans la saison; certes, l'absence de halls équipés de façon adéquate empêche nos clubs de s'occuper des hommes de concours comme ils le font des coureurs. Mais tous les arguments, que les clubs peuvent avancer pour expliquer leur désintéressement, ne sont guère convaincants. Le Comité-Directeur s'inquiète sérieuse-



Unser Titelbild

Leider litt der Saisonanfang bislang unter recht ungünstigen Witterungsverhältnissen, so daß die vielerorts erwarteten Leistungen größtenteils noch ausblieben. Doch aufgeschoben ist nicht aufgehoben; hoffen wir alle zusammen auf einen weiteren sonnenreicheren Verlauf der diesjährigen Bahnsaison, damit der besonders bei einer Mehrzahl jugendlicher Athleten spürbare Drang nach Leistungssteigerung sich voll entfalten kann. Photo: Michel Medinger.

Sommaire

Editorial : Propos d'actualités	3
Offizielles : 100m Hürden für Frauen ab 1. 5. 1969 Tribune libre	4
Und wieder ist es soweit . . .	5
Aus dem Verband	10
Athlétisme-Lehrbeilage : Der Dreisprung	11
Challenge Canada Dry - Source Rosport	15
Benelux-Rekorde am 1. 1. 1969	16
Im Rampenlicht : André Pierrard 3 Sterne für Charles Sowa	17
Die Trainingsmethode für Mittel- und Langstreckenläufer	18
Für Sie notiert . . . Rekordmitgliederzahl des Verbandes	19
Des considérations de Mil Jung Calendrier de la saison 1969	21
Challenge Monopol-Scholer 1969 Ein verheißungsvoller Start	22

ment d'une situation qui procède à son avis d'une conception très discutable de la part de nos entraîneurs de club. Il en est de cette trop maigre participation comme de celle à des courses sur route (genre Grand Prix de la Ville de Luxembourg). A l'étranger les plus grands athlètes prennent part à de telles courses sans pour autant compromettre le moins du monde leur saison d'été. Que faut-il donc faire de ces deux compétitions ? Les abolir purement et simplement ? Ce serait évidemment la solution de facilité pour le Comité-Directeur, mais une telle décision ne ferait qu'admettre le bien fondé du désintéressement de nos clubs. Essayer de convaincre nos clubs de l'utilité de ces organisations en avançant l'exemple de l'athlétisme allemand qui tire sa force précisément de la faveur dont jouissent les compétitions multiples auprès des jeunes ? Ce serait une mission exaltante mais dont le succès est plus que douteux car ces mauvaises habitudes nous paraissent trop solidement ancrées dans les esprits.

Est-ce que nous avons vécu cette saison le dernier Critérium des Sauts et des Lancers et les derniers championnats de triathlon et de pentathlon ? Il appartient aux clubs et aux entraîneurs de prendre position. Une position que le Comité-Directeur souhaite aussi claire et . . . aussi positive que possible.

— — —

D'ordinaire les décisions de la Fédération Internationale d'Athlétisme Amateur (IAAF) ne touchent guère le commun des athlètes. Il se contente d'en prendre connaissance sans éprouver le besoin de les commenter. Ce ne sont d'ailleurs que des décisions d'ordre technique qui peuvent l'intéresser. Cette fois il n'en est pas de même: la décision d'interdire toute publicité sur les ustensils et surtout l'équipement a dérouté, c'est le moins qu'on puisse en dire. Obliger des millions d'athlètes à porter des chaussures blanches — pourquoi le blanc et pas le noir ou le rouge ? — parce que quelques centaines d'athlètes se sont laissés exploiter à des fins publicitaires, semble une sanction sans rapport avec le délit incrimé.

Sur le plan purement technique les vénérables dirigeants de la Fédération Internationale nous réservent généralement des surprises agréables. C'est ainsi qu'à Mexico ont été modifiés de façon très heureuse quelques points des règlements sportifs. Mais la décision qu'ils viennent de prendre maintenant laisse supposer qu'ils se tiennent trop éloignés des réalités. Ils méconnaissent manifestement la situation financière de l'athlétisme à travers le monde (à quelques exceptions près). Cet athlétisme n'est généralement pas tellement riche pour qu'il puisse se passer des quelques supports financiers, qui acceptent de le secourir sans une contrepartie équivalente à celle que peuvent leur concéder d'autres sports sans risquer pour autant de perdre leur étiquette d'amateurisme.

Dans ce contexte le commun des athlètes — et pas seulement celui-là — constate avec amertume que des cyclistes, transformés en hommes-sandwich, avouant ouvertement n'avoir aucune profession et disputant des courses dotées le plus officiellement du monde de prix en espèces, puissent parfaitement participer aux Jeux Olympiques alors que lui, le „pauvre“ athlète, auquel la pratique du sport coûte encore de l'argent, risque de perdre sa blanche hermine parce qu'il affiche un dossard portant l'inscription d'une marque quelconque. Il est amateur de coeur et de conviction mais des discriminations de ce genre sont susceptibles de l'irriter et de le vexer. Et de là à douter de la compétence de ceux qui entendent diriger son sport il n'y a qu'un pas rapidement franchi.

Vraiment, il y avait d'autres moyens de lutter contre l'amateurisme marron. Ce sera là notre première et provisoire conclusion en attendant que des voix plus puissantes que la nôtre fassent rapporter cette aberrante et ridicule décision. Nous n'aurons aucune gêne à y mêler la nôtre car pour ce qui est de l'amateurisme nous n'avons de leçons à recevoir de personne, même pas de l'IAAF.

tout va
bien mieux
avec Coke
MARQUE DEPOSEE
BUVEZ
Coca-Cola
MARQUE DEPOSEE

OFFIZIELLES

100 Meter Hürden für Frauen ab 1. 5. 1969

Durch I.A.A.F.-Beschluß ist ab 1. 5. 1969 die 80-m-Hürdenstrecke für Frauen durch einen 100-m-Hürdenlauf ersetzt worden. Diese Neuerung ist ebenfalls gültig für den weiblichen Fünfkampf.

Ab sofort darf also kein weiblicher 80-m-Hürdenlauf ausgeschrieben werden.

Die technischen Merkmale der neueingeführten Strecke sind folgende :

Höhe der Hürden: 84 cm (also eine bisher nicht bestehende Hürde, auf welche unsere Vereinsverantwortlichen die Stadionwarte aufmerksam machen wollen);

Abstand vom Start bis zur ersten Hürde: 13 Meter;

Abstand zwischen den Hürden: 8,50 m;

Abstand zwischen der letzten Hürde und dem Ziel: 10,50 Meter;

Zahl der Hürden : 10.

Diese neue Strecke bedingt die weiteren Aenderungen auf nationalem Plan :

1. Zur Anerkennung eines Landesrekordes hat der Verband als Minimum 16.5 Sekunden festgesetzt.
2. Die erforderlichen Minimal-Leistungen um in die Leistungsklassen eingestuft zu werden, sind 14.7 Sek. (Internationale Klasse), 15.2 Sek. (Nationale A-Klasse) und 15.6 Sek. (Nationale B-Klasse).
3. Die verschiedenen Leistungsgruppen des „Challenge Monopol-Scholer“ sehen wie folgt aus :
   Gruppe A: 21.6 - 20.0
   Gruppe B: 19.9 - 19.2
   Gruppe C: 19.1 - 18.2
   Gruppe D: 18.1 - 17.8
   Gruppe E: 17.7 - 17.2
   Gruppe F: 17.1 - 16.5
   Gruppe G: weniger als 16.5

TRIBUNE LIBRE

„Athlétisme“ s'estime heureux de pouvoir compter sur la collaboration d'un jeune, excellent athlète de surcroît. Nos colonnes seront toujours ouvertes à Mill Jung, comme à ceux qui imiteraient son exemple. Ceci dit, il est évident que toutes les idées développées par Mill Jung ne peuvent pas trouver l'accord du Comité-Directeur de notre Fédération. Il en est ainsi de celle qu'il expose aujourd'hui. Nous ne rejetons certes pas a priori cette suggestion, mais avant même d'en analyser toutes les incidences nous tenons à formuler les plus expresses réserves.

L'idée étant lancée, nous ne manquerons certes pas de fixer notre attitude. Mais auparavant nous aimerions bien connaître l'avis des autres parties intéressées, à savoir nos clubs. „Athlétisme“ se fera naturellement un plaisir de publier les réactions des clubs et d'autres athlètes, qui pourraient lui parvenir. „ATHLETISME“



I. Chronik einer Saison

Und wieder ist es soweit...

Was können die Wintermonate lang sein ! Da die Waldlaufsaison dem Chronisten keine Begeisterung abgewinnen kann, erwartet er jedes Jahr mit Ungeduld die erste Bahnveranstaltung. Aehnlich wird es wohl den meisten Aktiven ergehen. Es lebe also die neue Sommersaison, die wir uns zusammen so sonnenreich und leistungsstark als nur möglich wünschen.

Zum sechstenmal bereits wird der Chronist sich bemühen, die Geschehnisse getreu und farbig wiederzugeben. Er hat jedoch die Absicht, dieses Jahr seine Chronik weniger als vergangene Saison in eine einfache Aufzählung der besten Ergebnisse ausarten zu lassen, sondern nimmt sich vor, die Saison in stärkerem Maße kritisch zu beleuchten. Unsere Tagespresse berichtet ausführlich genug über unsere Veranstaltungen, so daß diese Chronik allzu oft nach einer Wiederholung aussah.
Der Zentralvorstand unseres Verbandes würde sich gegebenenfalls nicht scheuen, an dieser Stelle geäußerte Meinungen gutzuheißen und zu verteidigen. Dennoch hält der Chronist darauf noch einmal zu betonen, daß er gewohnt ist, für seine Meinungen und Kritiken die ganze Verantwortung zu übernehmen. Beanstandungen sind also an seine Adresse zu richten.
Und nach diesem offenen Wort: hinein ins Geschehen. **E. T.**

1. März: Einige Aktive des CA Spora beteiligen sich an einem ersten Werfertag in Trier. Begreiflicherweise sind die Leistungen noch mäßig.

8. März: Etwas besser klappt es bereits gelegentlich des zweiten Werfertages bei der Germania Trier. Nach den in der vollen Saison geltenden Kriterien verdient aber auch diesmal noch keine Leistung belobigende Erwähnung.

23. März: Während auf dem Escher „Galgebierg" die Cross-Country-Meisterschaften mit dem bekannten Erfolg über die Bühne gehen, beteiligt sich unser Gehermeister Charles Sowa an einer ersten internationalen Konkurrenz. Er startet in Tarrasa (Spanien) und darf mit seinem ersten Auftritt voll zufrieden sein. Denn hinter dem bestbekannten Italiener Pamich, dem Deutschen Stuck, dem Franzosen Delerue und dem Italiener Nigro belegt er einen sehr guten fünften Platz in einem „Berggehen" über 16 km. Charles Sowa scheint also gewillt, auch diese Saison noch seinen Mann auf internationalem Gebiet zu stellen.

29. März: Und wieder begaben sich eine Reihe Spora-Athleten nach dem nahen Trier, um an einer Bahnveranstaltung teilzunehmen. Diesmal werden zwei ansprechende Leistungen geboten. Altmeister Jeannot Bigelbach wird auch weiterhin tonangebend im Hammerwerfen bleiben, denn zu so frühem Zeitpunkt erscheinen seine 51,87 Meter als vielversprechend. Fast würde man voraussagen, daß auch diese Saison nicht vergehen wird, ohne daß Bigelbach seinen Landesrekord verbessert.

Mit ihm zeichnet sich Theo Genson besonders aus: Er siegt nicht nur in einem 10.000-Meterlauf, sondern verbessert auch noch in 31.20.2 Minuten seinen „Hausrekord" um etwa 20 Sekunden. Ob der Knoten bei Genson endlich platzen wird ?

30. März: Die CAL-Verantwortlichen sind nicht zufrieden. Das ist wohl das wenigste, was man über ihre Gemütsstimmung vor, während und nach der 6. Auflage ihres „Grand Prix de la Ville de Luxembourg" sagen kann. Grund dazu haben sie ohne Zweifel, denn die Beteiligung an ihren Rundkurs-Rennen auf dem Glacis ließ mehr als zu wünschen übrig. Sie machten keinen Hehl aus ihrer Verwunderung und ihrem Aerger darüber, daß neben CA Schifflingen und CAE Grevenmacher kein luxemburgischer Verein am Start erschien. Und da die ausländische Beteiligung ebenfalls hinter derjenigen der Vorjahre zurückblieb, kam es zu einem erneuten haushohen Doppelerfolg der Lütticher Phalanx, welche sieben der acht Rennen für sich entschied. Lediglich Minime-Crossmeister Josy Wampach konnte im ersten Lauf die Ehre retten.

Wie ist nun die Interesselosigkeit der einheimischen Vereine an dieser propagandistisch wertvollen Veranstaltung zu erklären ? Der Termin schien wohl nicht sehr glücklich gewählt, denn eine Woche nach den Waldlauf-Meisterschaften wurden dieselben Athleten angesprochen. Außerdem fiel dieser Grand Prix wieder mit den Lehrgängen des französischen Verbandes in den Landes zusammen, und unter diesen Umständen litt der Organisator am meisten, mußte er doch auf seine „Stars" Altmann und Jopa verzichten.

Diese Erklärungen scheinen uns nicht zwingend. Uns scheint eher, daß das Zusammenleben unserer Vereine leider immer mehr zu wünschen übrig läßt. Das geht bereits aus der bedauerlichen Tatsache heraus, daß unsere Vereine es nicht mehr der Mühe wert halten, Einladungen einheimischer Vereine zu beantworten, weder im positiven noch im negativen Sinne. Unsere Vereinsverantwortlichen müßten genau im Gegenteil sich davon überzeugen, daß bestimmte Veranstaltungen — und zu diesen gehört ohne Zweifel die CAL-Organisation — eine Anstrengung aller Vereine verdienen, da sie in irgendeiner Form die nationalen Belange der Leichtathletik berühren. Eine „Kirch-

Sportifs, Clubs Sportifs,
Organisations Sportives !

Pour vos livres et revues sportifs ...
Pour l'approvisionnement régulier
de vos bibliothèques ...

Adressez-vous en toute confiance
à la

Librairie du Centre

Maison spécialisée
Propr.: J.-P. KRIPPLER

LUXEMBOURG
49-51, boulevard Royal
Tél. 2 79 99

Le Phénix Belge

Luxembourg
1, Pl. W. Churchill
Téléphones:
2 22 83 - 4 18 16

L'ASSURANCE
DES SPORTIFS

Mondorf-les-Bains
Station thermale de l'Etat
Foie - Nutrition - Rhumatismes
Sportifs
Profitez des belles piscines
en plein air
et des courts de tennis
de Mondorf-Etat

turm-Politik" hat noch nie weit geführt. Unsere Vereinsverantwortlichen werden sicher nicht verfehlen, als Entschuldigung oder Ausrede anzuführen, daß ihre Athleten, und darunter besonders die besten, eine Abneigung gegen Straßenläufe haben. Da aber Weltklasse-Athleten sich nicht scheuen, auf der Straße zu laufen, wäre es an der Zeit, diese Haltung als das dahinzustellen, was sie ist, nämlich lächerlich. Und anstelle eine solche Einstellung zu fördern, wäre es eher angebracht, daß unsere Verantwortlichen ihre Schützlinge zu einer bescheidenen Einstufung ihres Könnens bringen.

Schließlich beteiligt sich der FC Lüttich mit all seinen (wirklichen) Spitzenkönnern jedes Jahr an einer Reihe Straßenläufe, ohne daß sie dadurch verhindert werden, in der folgenden Bahnsaison großartige Zeiten zu erzielen. Bescheidenheit ist nicht nur eine Zierde, sondern in diesem Falle sogar eine Notwendigkeit.

5. April: Eine Woche nach seinem Trierer Sieg über 10.000 Meter geht Theo Genson an den Start des traditionellen „Paderborner Osterlaufes" über 25 km. Nachdem er letztes Jahr an 27. Stelle gelandet war, wartet er dieses Jahr mit einer gewaltigen Steigerung auf, indem er einen vorzüglichen 9. Platz erzielt. Sein Abstand auf den Sieger Sievers beträgt 3.42 Minuten, aber da er weniger als eine Minute auf einen bekannten Langstreckenspezialisten wie Wiggershaus einbüßt, darf man auf Gensons weitere Entwicklung gespannt sein. Ob er wohl dieses Jahr das Abeuteuer eines ersten Marathonlaufes eingehen wird ?

12. April: Nur der Vollständigkeit halber sei erwähnt, daß an diesem Samstag Spora-Werfer Jomi Reuter in Trier an einem weiteren Werfertag teilnimmt.

13. April: CA Fola und Marini stürzen sich zuversichtlich in das Abenteuer eines ersten Marathonlaufes. Für beide verlief dieses Experiment eher unglücklich. Ein Marathonlauf durch die Landschaft ist keine Veranstaltung im geschlossenen Raum und bedingt eine noch straffere Organisation. Die Escher Verantwortlichen haben diese Erfahrung gemacht und so besteht Aussicht, daß eine zweite Auflage, wenn es eine solche geben wird, in dieser Hinsicht besser klappen wird. Unvorsichtig waren die Escher jedoch, als sie die Strecke „über den Daumen" maßen, denn nachdem der Arloner Sosson die gute Zeit von 2.25 Stunden erzielt hatte, gab es verständlicherweise Bedenken an der vorgeschriebenen Strecke von 42.192 Meter. Eine genaue Nachmessung ergab denn auch, daß die Teilnehmer nur 40.400 Meter durchlaufen hatten, so daß von einer Homologierung als Marathonzeit leider verbandsseitig keine Rede gehen konnte.

Auch Domenico Marini wird diesen ersten Versuch über die längste Laufstrecke sicherlich nicht in guter Erinnerung behalten. Diese Feststellung bringt uns zum Rennverlauf, der denkbar einfach war. Der kleine Arloner Sosson setzte sich sofort ab und wurde nicht mehr wiedergesehen. Lange Kilometer sah es aus als ob Marini ihn noch einholen könnte, da sein Rückstand bei Kilometer 35 nur etwas über 2 Minuten betrug. Doch dann erlitt Marini eine unwahrscheinliche Schwäche, verlor Minute um Minute, mußte seinen Ehrenplatz an den Deutschen Elle abgeben und beendete das Rennen in kläglichem Zustande. Für Marini gilt dasselbe als für den Organisator: ein Marathonlauf darf nicht improvisiert werden. Marini hätte besser getan, zuerst Rennen über 25 und 30 km zu bestreiten, anstatt daß er sofort von der Semi-Marathon-Strecke der „Route du Vin" auf die doppelte Distanz ging. Ein verhältnismäßig gutes Rennen lief sein Vereinskamerad Schalk, welcher dank eines starken Schlußrennens einen achtbaren 5. Platz herauslief.

Propagandistisch hatte dieser Marathonlauf auch nicht den gewünschten Erfolg. Infolge des naßkalten Wetters hatten sich nur spärliche Zuschauer auf der Strecke von Esch über Düdelingen nach Bettemburg und zurück eingefunden.

19. April: Nur 42 Teilnehmer aus drei Altersklassen finden sich an diesem Samstagnachmittag im Stade Jacoby in Schifflingen zum ersten Teil des „Critérium des Sauts et des Lancers" ein. Eine ausgesprochen schwache Beteiligung an einer als Massenveranstaltung gedachten Organisation. Sicher, es war noch fühlbar kalt, aber der Umstand, daß Spora die Hälfte der Teilnehmer stellt, läßt doch auf eine gewisse Interesselosigkeit der andern Vereine schließen.

Die Witterung ließ natürlich keine großen Leistungen zu. Bester Einzelkönner war erwartungsgemäß Roby Rippinger, welcher mit 14,11 Meter nur 16 cm von seinem Dreisprung-Landesrekord landete. Dieser Rekord wird sicherlich nicht die ersten Veranstaltungen überleben. Cadet Kaiser (Fola) brachte annehmbare Leistungen im Kugelstoßen und im Diskuswerfen, doch war der gefeierste Athlet an diesem Tage Minime Philippe Chantalat (Spora). In einem technisch bereits ansprechenden „Fosbury-Flop" überquerte er zwischen 1,40 und 1,70 Meter sämtliche Höhen im ersten Versuch. Diese 1,70 Meter würden neue luxemburgische Bestleistung bedeuten, wäre Chantalat nicht Franzose.

Der Erfolg des Spora-Minime wird wohl weitere Hochspringer dazu bringen, sich in dieser Stilart zu versuchen. Um Unfälle zu verhüten, muß also dafür Sorge getragen werden, daß unsere Hochsprung-Anlagen diese Sprungart erlauben.

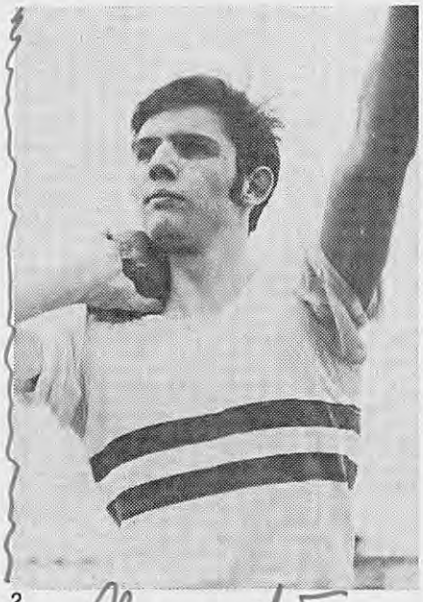
20. April: Nico Schneider (CAD) begibt sich nach Bonn und nimmt an einem 1 000-Meterlauf teil. Trotz der frischen Witterung gewinnt er nicht nur diesen Lauf, sondern erzielt auch in 2.30.2 Minuten persönliche Bestzeit. Der Düdelinger scheint vor einer großen Saison zu stehen.

27. April. Nach der schäbigen Beteiligung am ersten Teil des Springer- und Werfer-Kriteriums war kaum mit Andrang zu rechnen gelegentlich des zweiten Teils, welcher umständehalber an diesem Sonntagmorgen im Stade E. Mayrisch ausgetragen werden mußte. 13 Junioren, 17 Cadets und 19 Minimes nahmen insgesamt an der diesjährigen Auflage dieses Kriteriums teil, so daß sich bereits jetzt die Frage stellt, ob es einen Sinn hat, diese Veranstaltung weiterhin durchzuführen. Ihren Zweck hat sie bis jetzt jedenfalls nicht erfüllt. Anstatt daß die Beteiligung von Jahr zu Jahr sich vergrößern würde, trat das Gegenteil ein. Der Verband wird sich also wohl mit der bedauerlichen Tatsache abfinden müssen, daß die Vereine, außer Spora, den Sinn seiner Initiative nicht verstanden haben oder nicht verstehen wollen.

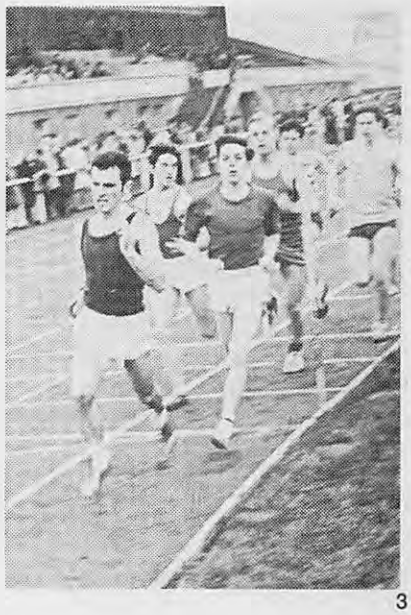
Ideal war es nicht an diesem Sonntagmorgen. Es ist also verständlich, daß es keine überragenden Leistungen gab. Dennoch müssen die guten Weitsprünge von R. Rippinger (6,70 m) und Moris (6,42 m), das versprechende Saisondebüt von Hilbert (59,48 m) im Speerwerfen sowie die 4 m der Senioren Schleck und Sax im Stabhochsprung hervorgehoben werden. Einzelsieger dieses zweiten und wahrscheinlich letzten Kriteriums wurden der Minime Clement, der Cadet Schiltz und der Junior R. Rippinger, während drei der vier Vereinssiege verdientermaßen an den CA Spora fielen.



1

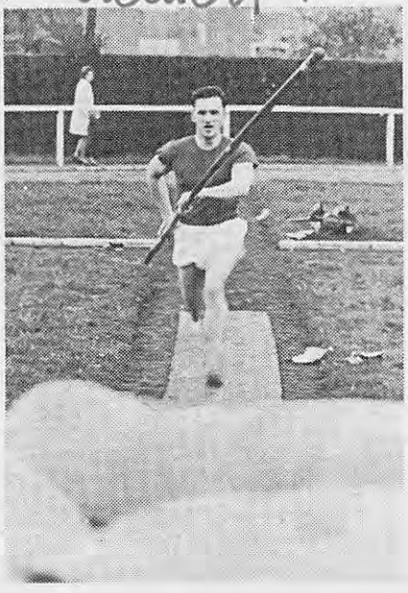


2

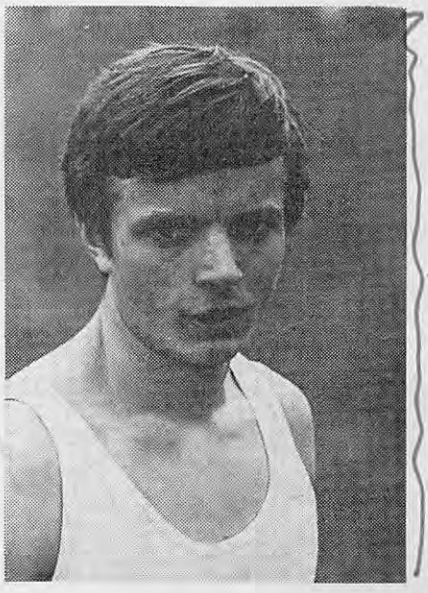


3

Clement Tun



4



5

Aly Thinnes

1. Camille Schleck (Spora) scheint gewillt, sich im Stabhochsprung der Rekordmarke von G. Sax zu nähern. — 2. Der Schifflinger Clement beim Kugelstoßen. — 3. Josy Bettendorf möchte nicht nur als Cross-Spezialist gelten, sondern auch auf der Bahn mit guten Ergebnissen aufwarten. — 4. Georges Sax (Fola) ist unseren Nachwuchs-Stabhochspringern nicht nur ein guter Lehrmeister, doch zählt er selbst noch immer zu den Besten dieser Disziplin. — 5. Aly Thinnes (CAS) dürfte ob seiner natürlichen Klasse auch bei den Junioren überzeugen.

29. April. Emsiges Treiben herrscht im hauptstädtischen Stadion: über 200 Athleten aus sämtlichen Vereinen (!) haben sich eingefunden, um die Sommersaison offiziell zu eröffnen. Sommersaison ? Vom Sommer spürt man leider noch nichts an diesem recht kühlen Dienstagabend, und die Kühle verwandelt sich sogar im Verlaufe des Abends in eine unangenehme Kälte. Die Rekordbeteiligung bringt eine weitere unangenehme Begleiterscheinung mit sich: zum erstenmal seit Jahren kann der Zeitplan nicht eingehalten werden und die letzten Wettkämpfer, die 3 000-m-Läufer, werden mit einer halben Stunde Verspätung auf die Strecke geschickt. Eine Erklärung für diesen ungewöhnlichen Umstand gibt es wohl — die 11 ausgeschriebenen Rennen bedingen nicht weniger als 31 Zeitläufe — aber für nächstes Jahr muß unbedingt dieser immer stärker werdenden Beteiligung am Meeting d'Ouverture bei der Aufstellung des Zeitplanes Rechnung getragen werden.

Infolge einerseits der frischen Witterung und anderseits des Umstands, daß das schlechte Wetter der letzten Wochen kaum Trainingsmöglichkeiten auf der Bahn zugelassen hatte, gab es trotz der erfreulich guten Beteiligung keine herausragenden Ergebnisse. Aber die Saison hat ja erst begonnen und was nicht ist, hat noch lange Zeit zu werden.

Für die beste Leistung sorgte Mill Jung, welcher über 200 Meter Martinelli klar hinter sich ließ und in 22.2 Sekunden einen recht guten Eindruck hinterließ. Sein Lauf, noch immer elegant, scheint kräftiger geworden zu sein. Bleiben wir in der Männerklasse, um zu unterstreichen, daß Baer die 40-m-Marke im Diskuswerfen übertraf, daß Gales im Kugelstoßen mit 14,48 Meter dieses Jahr wieder rekordverdächtig ist und Mostert zu seiner besten Form aufzuschließen scheint, und daß im 3 000-m-Lauf Altmann sich mit einem leichten Sieg in einer für ihn mittelmäßigen Zeit begnügte, hingegen Nico Sonntag sich mächtig über eine 20-Sekunden-Verbesserung freute.

In den Frauen-Mittelstreckenläufen tut sich was: Zitha Baum wird von Harsch zu schnell über die erste Runde gehetzt und verfehlt so knapp den 800-m-Rekord. Dieser wird wohl in bälde fallen, genauso wie die Bestleistung über 600 Meter der Juniorinnen, an der Julie Quaring an diesem Abend nur knapp scheiterte. Ein dritter Frauen-Rekord war in Gefahr, da die Spora-Staffel Kaufhold - Baum - Quaring - Berger 50.4 Sekunden erzielte.

Die Cadets-Wettbewerbe sahen Kipgen und überraschenderweise auch Schiltz in 16.1 Sekunden die Hürden überlaufen, sieben Teilnehmer im Hochsprung über 1,55 m und einen verbesserten Erbs im Diskuswerfen. Berna erreichte einen Doppelerfolg in der Minime-Klasse über die beiden Sprint-Strecken und Clement erzielt „Hausrekord" im Kugelstoßen. Aber daß der dritte bereits unter 10 Meter blieb, ist beängstigend und müßte den Vereinsverantwortlichen zu überlegen geben.

1. Mai. Bei etwas besserer Witterung — allerdings findet ja auch die Veranstaltung am Nachmittag statt — bietet sich dasselbe Bild gelegentlich des zweiten Teils des Meeting d'Ouverture, welcher in Düdelingen ausgetragen wird. Nochmals ist die Beteiligung mehr als zufriedenstellend und nochmals bleiben die Spitzenleistungen aus.

Allerdings nicht ganz, denn Josy Wampach legte über 600 Meter einen Sturmlauf hin, welcher wirklich begeistern konnte. Er setzte sich sofort an die Spitze des Feldes und eilte dem Felde in einem Blitzstart davon. Seine Zwischenzeit über 400 Meter rief allgemeines Erstaunen hervor: 52.5 Sekunden. Wohl eine „dicke" Sekunde zu schnell, obschon der talentierte Schifflinger die letzten 200 Meter gut durchhielt, um das Ziel nach großartigen 1.22.3 Minuten zu passieren. Eine Zeit, welche nicht nur neue Minimes- und Cadets-Bestleistung bedeutet, sondern darüber hinaus einer Zeit von etwa 1.55 Minuten über 800 Meter entspricht. Die Leistung des jungen Schifflinger gewinnt noch an Gewicht, wenn man bedenkt, daß er sie ohne Konkurrenz herauslief. Bei etwas langsamerer Zwischenzeit dürfte er sogar diese neue Rekordzeit noch unterbieten.

Die anderen Ergebnisse verblassen etwas im Vergleich mit diesem Husarenritt unseres Cross-Country-Meisters. Bleiben wir bei unsern Jüngsten und heben wir noch hervor, daß Rock glatt unter 1.30 Minuten über derselben Strecke blieb, und daß Clement sich im Weitsprung auf 5,90 Meter steigerte.

In der Cadets-Klasse beherrschte der Arloner Daniel Schmit Jopa klar über 1 000 Meter, verbesserte sich Lauer gewaltig und blieb zum erstenmal unter 2.40 Min., nahm in einem zweiten Lauf Cross-Vizemeister Thilges eine erstaunlich glatte Revanche über Cross-Meister Bettendorf und erreichte Feltz gute 6,29 Meter im Weitsprung.

In der Männerklasse revanchierte sich Martinelli über 100 Meter für seine Niederlage über 200 Meter durch Jung, hinterließen weder Medinger noch Pierrard einen überragenden Eindruck über 400 Meter, übertraf Hilbert wieder die 60-m-Marke vor einem etwas enttäuschenden Schmit und einem „Hausrekord" erzielenden Prommenschenkel (den wir mit Freude nach einem Jahr Abwesenheit wiedergesehen haben), und begnügten sich unsere Stabhochspringer mit durchschnittlichen Leistungen auf einer allerdings wenig leistungsfördernden Anlage.

Der 1 000-m-Lauf endete mit einer Ueberraschung: der Lütticher Salvé hatte sich um ein mäßiges Tempo bemüht und schien kaum zu schlagen zu sein. Als er aber in der Zielgerade von Ries angegriffen wurde, stieg er überraschenderweise und ohne offensichtlichen Grund aus dem Rennen. Armand Ries hinterließ einen guten Eindruck und scheint vor seiner besten Saison zu stehen. Während Thinnes für seinen Einstand in der Männerklasse sofort auf gute 2.30.6 Minuten kam.

War diese Bahn-Eröffnung nun schlechter als in den Vorjahren ? Wohl kaum. Höhepunkte gab es nicht viele, aber insgesamt gesehen waren die Ergebnisse doch recht zufriedenstellend, wenn man die prekären Witterungs-

anzeigen

im tageblatt
vermitteln hohen umsatz
und gewinn

drucksachen jeder art
von der feinen visitenkarte
bis zur
kunstvollen broschüre
im mehrfarbendruck liefert die
genossenschaftsdruckerei
esch-alzette

und Bahnverhältnisse in Betracht zieht. Trägt man der Rekord-Beteiligung Rechnung (es gab ungewöhnlich viele neue Gesichter), so ist die Schlußbilanz bestimmt nicht negatif zu werten.

Die Saison ist noch lang. Und besseres Wetter wird sie uns hoffentlich auch noch bringen.

4. Mai. „Export-Produkt" Nummer Eins unserer Leichtathletik ist und bleibt weiterhin Charles Sowa, welcher seine Enttäuschung von den Olympischen Spielen überwunden hat und es noch einmal wissen will. Er startete in Zürich über 20 km und siegte unangefochten mit über 6 Minuten Vorsprung auf den Zweiten. Er ist wieder für schwerere Aufgaben bereit.

6. Mai. Feuchtkalt war es an diesem Dienstagabend, aber die widrige Witterung kann doch nicht allein erklären, daß sich nur 21 Minimes zur Dreikampfmeisterschaft einschrieben. Die Interesselosigkeit unserer Vereine an als Massenveranstaltungen gedachten Verbandsorganisationen beginnt wirklich beängstigend zu werden. Die Frage stellt sich, ob es sich lohnt, daß weiterhin 3 Abende für die Jugend-Mehrkämpfe vorgesehen werden sollen. Besonders da unsere Vereine diese Meisterschaften ebensowenig wie das „Springer- und Werfer-Kriterium" auch nur einigermaßen vorbereiten. Was man an diesem Abend im Weitsprung und im Kugelstoßen mitansehen mußte, war direkt beschämend.
Der Meistertitel ging an den vielseitigen Schifflinger Toni Clement, welcher dieses Jahr ohne Zweifel eine der herausragenden Figuren der Minimes-Kategorie sein wird.

7. Mai. Das Wetter war etwas freundlicher und mit dem Wetter war auch die Beteiligung an dem Cadets-Dreikampf mit 32 Teilnehmern zufriedenstellender, ohne aber sämtliche Wünsche zu erfüllen. Bereits kurz nach dem 100-m-Start fiel mit Feltz einer der Favoriten aus und so kam es zum Duell zwischen Sabèse und Erbs. Der Schifflinger konnte im Kugelstoßen, trotz guten 12,12 Metern, den Vorsprung, den Sabèse sich dank seinen 11.2 Sek. über 100 Meter gesichert hatte, nicht mehr ganz aufholen und mußte Sabèse den Titel mit einem Vorsprung von 11 Punkten überlassen. Die beste Leistung des Abends bot jedoch Kipgen, welcher im Weitsprung mit 6,39 Meter „Hausrekord" erzielte. Genau wie am Vortage holte sich der CA Luxemburg den Mannschaftstitel.

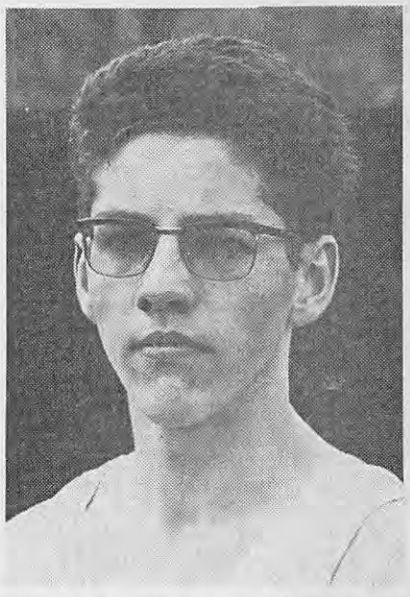
8. Mai. Mit sage und schreibe 7 Minimes und 13 Cadets war die Beteiligung an den zwei letzten Wettbewerben des Fünfkampfes direkt ungenügend. Die Dreikampf-Meister waren nicht mehr zur Stelle, und so konnte Chantalat (Minimes) und Erbs (Cadets) zu Meisterehren kommen. Der Sieg des Schifflingers war nie gefährdet, hingegen landeten die vier ersten Minimes innerhalb 90 Punkten. Im Hochsprung gab es keine überwältigende Leistung — „Fosbury-Flop-Spezialist" Chantalat kam „nur" auf 1,65 Meter —, dagegen gab es eine erfreuliche Ueberraschung im 1 000-m-Lauf. Minime Kaiser, Vize-Crossmeister, erzielte in einem Start-Ziel-Lauf und in einem leichtfüßigen Stil trotz der für die Saison „bitteren" Kälte die vorzügliche Zeit von 2.43.2 Minuten. Wampach ist nicht allein „auf weiter Flur" in den Minimes-Mittelstrecken.

10. Mai. Wie lange geht es wohl noch zu, bis wir eine Veranstaltung unter Sonnenschein erleben? Auch an diesem Samstagnachmittag regnet es und die Temperatur ist alles andere als sommerlich. Die offene Veranstaltung des CA Spora verzeichnet darobhin nicht den erhofften Beteiligungserfolg und doch sollten einige recht gute Ergebnisse erzielt werden.

Allen voran natürlich der 500-m-Lauf. Weder Jung noch Medinger hatten Rekordabsichten, aber „im Feuer des Gefechtes" sollte dann doch eine neue Bestzeit heraussprungen. Jung führte über die 250 ersten Meter, Medinger griff Mitte der Gegengerade an, aber Jung ripostierte und setzte sich dann in der Zielgerade unwiderstehlich ab, um in 63.2 Sekunden Medingers Landesrekord um eine halbe Sekunde und Lieschs Juniorenbestleistung um 9 Zehntelsekunden zu verbessern. Wir sind nun gespannt auf Jungs ersten 400-m-Lauf. Und, in entfernter Sicht, erwarten wir mit Ungeduld sein Debüt auf 800 Meter.
Bemerkenswerte Ergebnisse gab es weiterhin durch Minime Berg, welcher in 11.2 Sekunden über die niedrigen Hürden fegte, durch den kräftigen Linster, welcher die für einen Scolaire gute Zeit von 1.17.0 Sek. über 500 Meter erreichte, durch die Junioren Mariani (11.2 Sek.) und Jacobs (11.3 Sek.) über 100 Meter sowie durch Genson in 4.04.6 Minuten über 1 500 Meter.
Zur gleichen Zeit wickelte sich in Düdelingen ein Vierkampf der Werfer ab, den Schroeder knapp vor Gales, Ley, Baer und Mostert gewann. Hervorzuheben sind die 14,29 Meter von Gales und besonders die 13,92 Meter (persönliche Bestleistung) von Mostert im Kugelstoßen sowie die 40,50 Meter von Baer im Diskuswerfen.

11. Mai. Trotz ersatzgeschwächter Mannschaft kommt CA Fola in Reims zu einem unerwarteten Sieg über den Stade de Reims. Dank der beiden Staffeln behält Fola mit 88 - 84 Punkten die Ueberhand. Diesen Sieg verdanken die Escher in erster Linie ihren Läufern, denn in den technischen Wettbewerben kamen nur Sax (Stabhochsprung), A. Betz (Weitsprung) und Wagner (Speerwerfen) zu Siegerehren. Die Mannschaftsschwierigkeiten brachten mit sich, daß Schulté und Schalk die Punkte im Kugelstoßen sicherstellen mußten und daß Sax ... und Marini sich um die Punkte im Hammerwerfen bemühen mußten.

Bester Einzelkönner der Escher war ohne Zweifel Roger Martinelli, welcher nicht nur einen schönen Doppelerfolg in den beiden Sprintstrecken landete, sondern auch noch in 10.8 Sek. und 22.4 Sek. vorzügliche Zeiten lief. André Pierrard sorgte für einen weiteren Doppelerfolg über 400 und 800 Meter, ehe er maßgeblich am Staffelerfolg über 4 x 400 Meter beteiligt war. Hervorzuheben sind weiterhin die 1.58.4 Min. von Cadet Friedrich über 800 Meter und die 55,64 Meter von Wagner im Speerwerfen. Eine bessere Vorstellung hatte man sich von Marini und Britz über 3 000 Meter erwartet. Besonders der Letztgenannte enttäuschte mit einer für ihn unwürdigen Zeit von 9.11.0 Minuten.



Beim 2. Teil des Meeting d'Ouverture ließ Josy Wampach (CAS) über 600 m Minimes mit großartigen 1.22.3 aufhorchen, was zugleich neue Minimes- und Cadets-Bestleistung bedeutete.

DEA Heizöl
46 044
46 045

Aus dem Verband

Rege Lehrgangstätigkeit

Der Verband hat im Laufe der letzten Monate eine rege Lehrgangstätigkeit entfaltet. Es fanden u. a. statt: zwei Zusammenkünfte des Nationalkaders (am 15. Dezember 1968 und am 12. Januar 1969), sechs Wochenendlehrgänge in den verschiedenen Disziplinen für den Nachwuchskader (am 4. und 5. Januar 1969: Sprint, Weit- und Dreisprung; am 11. und 12. Januar: Mittelstrecken; am 18. und 19. Januar: Hoch- und Stabhochsprung; am 1. und 2. Februar: Speer- und Hammerwurf; am 8. und 9. Februar: Sprint, Weit- und Dreisprung; am 22. und 23. Februar: Kugelstoßen und Diskuswurf; am 15. und 16. März: Hochsprung und Hürden), ein Stabhochsprunglehrgang unter der Leitung des französischen Nationaltrainers Maurice Houvion (am 15. und 16. Februar) sowie regelmäßig Trainingszusammenkünfte unserer besten Stabhochspringer. Den Trainern Ahnen, Begma, Bigelbach, Konsbrück, Sax, Schulté, Seidel und Wagner, die sich uneigennützig in den Dienst der Verbandslehrgangstätigkeit gestellt haben, ist unsere Leichtathletik zu Dank verpflichtet.

Im Ausland haben zusätzlich mehrere Athleten an Trainingslehrgängen teilgenommen, so vom 14. bis 16. März Zitha Baum, Roby Rippinger und Nico Hilbert in Frankfurt, Dortmund und Leverkusen; Mil Jung vom 21. bis 23. März in Heidelberg; vom 30. März bis 11. April Fernand Altmann in Mimizan, Mil Jung in Lacanau, Roby Rippinger in Bayonne, Roby Jopa, Carlo Friedrich und Ali Thinnes in Seignosse.

Es darf erhofft werden, daß diese Vielzahl von Lehrgängen unserer Leichtathletik neuen Auftrieb geben und zu einer fühlbaren Leistungssteigerung führen werden.

Am 12. und 13. April haben FLA-Sportwart Jemp Hoffmann sowie die Trainer Jang Aniset und Michel Begma an einem vom neuseeländischen Trainer Arthur Lydiard geleiteten Kolloquium über den Langstreckenlauf teilgenommen.

„Challenge Canada Dry - Source Rosport" für Wurf und Sprung

In unserer letzten Ausgabe wurde das Reglement des „Challenge des sauts et des lancers" veröffentlicht, den der Verband im Hinblick auf eine Förderung der Wurf- und Sprungwettbewerbe ab dieser Saison eingeführt hat. Die Firma „Canada Dry - Source Rosport" hat ihre finanzielle Unterstützung in Form von Geräten an die Vereine und Einzelpreisen an die erfolgreichsten Athleten zugesagt. Der „Challenge" erstreckt sich über die ganze Saison. Für die Athleten der Altersklassen Minimes, Cadets, Junioren und Senioren werden alle von der F.L.A. homologierten Ergebnisse, ob sie im In- oder Ausland erzielt wurden, in Betracht gezogen. Beim einzelnen Athleten zählt jeweils, d. h. in den diversen Disziplinen, die im Laufe der Saison erzielte Bestleistung. Die Wertung geschieht nach der deutschen 1.000-Punkte-Tabelle. Es wird sowohl ein Einzel- wie auch Klubklassement in den einzelnen Kategorien aufgestellt. Das Schlußklassement wird durch Zusammenzählen der Punkte der in den 4 Kategorien erzielten Resultate der Athleten eines jeden Vereins ermittelt. Die Ueberreichung der Preise erfolgt am Ende der Saison in den Geschäftsräumen der Firma Canada Dry - Source Rosport.

Beteiligung der U.L.A. Arlon an Verbandssportfesten

Angesichts der Schwierigkeiten, die sich der „Union Lorraine Athlétique" Arlon durch das Fehlen von Leichtathletikanlagen in der belgischen Provinz Luxemburg in sportlicher und finanzieller Hinsicht stellen, hatte der Verbandsvorstand letztes Jahr, im Einvernehmen mit den F.L.A.-Vereinen, der U.L.A. die Teilnahme an mehreren offiziellen Sportfesten gestattet. Diese Entscheidung wurde für die Saison 1969 erneuert; die U.L.A. wurde allerdings — aus rein sportlichen Erwägungen — nicht mehr zu den Interklub-Meisterschaften der Juniors / Seniors und der Cadets / Minimes zugelassen.

Kontaktnahme mit den Sportautoritäten

Eine Vertretung des Verbandsvorstandes wurde am 17. März vom neuen Sportminister, Hrn. Gaston Thorn, und am 1. April vom neuen Sportkommissar, Hrn. Camille Polfer, zu einer ersten Kontaktnahme und einen Gedankenaustausch über allgemeine Probleme des luxemburgischen Sportwesens und spezielle Probleme der luxemburgischen Leichtathletik empfangen.

Europa-Pokal 1970

Der Verbandsvorstand hat prinzipiell die Einladung des Europa-Komitees des internationalen Leichtathletik-Verbandes zur Teilnahme an den Ausscheidungen um den Europa-Pokal im Jahre 1970 angenommen, gleichzeitig aber auf die finanziellen Schwierigkeiten hingewiesen, die sich durch die Bestimmung des Austragungsortes ergeben könnten.

Benelux-Athletic

Der Verbandsgeneralsekretär hat am 12. April in Brüssel an einer Vorstandssitzung von „Benelux-Athletic" teilgenommen, bei welcher u. a. Einzelheiten über die beiden Vergleichskämpfe Frankreich - Benelux für Junioren, am 10. August in Vittel, und Norwegen - Benelux, am 6. und 7. September in Oslo, besprochen wurden.

DEA Heizöl
sparsam + preiswert

Sitzung der Vereinssekretäre

Am 18. März hat in Luxemburg eine Besprechung zwischen Mitgliedern des Verbandsvorstandes und den Vereinssekretären über Verwaltungsfragen stattgefunden.

Amtliche Wettkampfbestimmungen

Die „Amtlichen Leichtathletik-Wettkampfbestimmungen", Ausgabe 1969, des Deutschen Leichtathletik-Verbandes sollen Ende Mai erscheinen. Unser Vorstand hat bereits eine gewisse Zahl von Exemplaren bestellt, die ihm sofort nach Fertigstellung geliefert werden. Interessierte Vereine sind hiermit gebeten, ihre Bestellungen beim Verband einzureichen.

horlogerie nouvelle
E. P. WAGNER
Horlogerie - Bijouterie - Joaillerie
Orfèvrerie
Luxembourg
5, av. de la Porte-Neuve - Tél. 2 63 70

ATHLETISME
LEHRBEILAGE

Juni 1969

Der Dreisprung

- Viktor Sanejew Dreisprung-Olympiasieger
- Hop, Step — und Weltrekord
- Neue Wege im Dreisprung

HOP, STEP — UND WELTREKORD !

Bereits viermal war im olympischen Dreisprung-Wettkampf in Mexiko-City der Weltrekord von Josef Schmidt (Polen), 17,03 m vom 5. August 1960, überboten worden: Guiseppe Gentile (Italien) 17,10 m und 17,22 m; Viktor Sanejew (UdSSR) 17,23 m, und Nelson Prudencio (Brasilien) 17,27 m; ehe der wohl unbekannteste Olympiasieger Viktor Sanejew zum „goldenen" Sprung und Weltrekord ansetzte. Hop, Step — und — 17,39 m !

Sanejew begann seine sportliche Aktivität beim Basketball. Dann widmete er sich dem Hochsprung und übersprang als 17jähriger 1,90 m. Sein erster Trainer Akop Karselian riet ihm zum Dreisprung. Sanejew's erster Erfolg datiert aus dem Jahre 1963, als er drei Goldmedaillen bei der Spartakiade in Georgien erringen konnte: 100 m - 10"9; Weitsprung - 6,95 m; Dreisprung - 14,88 m.

Im darauffolgenden Jahr wurde der 19jährige Silbermedaillengewinner bei den ersten Junioren-Europameisterschaften in Warschau: Weit - 7,42 m; Drei - 15,71 m. Nach einer Verletzung im Jahre 1966 kam der große Durchbruch erst im Jahre 1967 und 1968 die Olympiaselektion und schließlich der Olympiasieg.

Viktor Sanejew hofft noch auf eine weitere Steigerung seines phantastischen Weltrekordes und vertraut der Gleichung eines Großen der sowjetischen Leichtathletik, Professor Nikolai Ozoline, die besagt: Die Leistungs-Möglichkeit eines Dreispringers entspricht seinem persönlichen Weitsprungrekord, mit 2 multipliziert + 1,80 m; also im Falle Sanejew:

7,90 m × 2 + 1,80 m = 17,60 m !

Wenden wir diese Gleichung im Moment auf unsern jugendlichen Dreisprung-Rekordmann Roby Rippinger an, so ergibt dies bereits eine recht beachtliche Weite:

6,96 m × 2 + 1,80 m = 15,72 m !

Mit der neuen Lehrbildreihe von Toni Nett, den neuesten Erkenntnissen in puncto Dreisprung-Training vom UdSSR-Fachman für Dreisprung, Juri Werchoschanski, und dem recht interessanten Beitrag von Michel Begma über den Lehrgang mit dem weltberühmten Mittelstrecken- und Langstreckentrainer Arthur Lydiard hoffen wir, daß auch die zweite Auflage der Athlétisme-Lehrbeilage dem Wunsche unserer Trainer und Aktiven entspricht und ihnen in ihrer Arbeit behilflich sein wird.

Jean Engel

Juri Werchoschanski, UdSSR

Neue Wege im Dreisprung

Der nachstehende Beitrag, wohl der aktuellste über Dreisprung-Training, stammt aus der Feder des russischen Spezialisten Juri Werchoschanski, ist aus „Legkaja athletika" entnommen und ist von H. v. Quillfeldt vom DDR-Verband DVfL übersetzt worden.

Auf der Grundlage mehrjähriger praktischer Erfahrung gestaltete sich ein bestimmtes Trainingssystem für Dreispringer. Jedoch erfordern neue Rekordmarken eine ständige Vervollkommnung der Trainingsmethoden, das Suchen rationeller Wege zur Erlangung hochgradiger sportlicher Meisterschaft. In Übereinstimmung mit der verhandenen Methodik arbeitet der Sportler an der Sprungtechnik, wobei er sich eines verkürzten Anlaufes bedient. Die Sprünge mit vollem Anlauf bringen bei den ersten Wettkämpfen gewöhnlich eine Enttäuschung bezüglich des Ergebnisses. Die Technik „klappt nicht". Erst nach einem entsprechend großen Zeitraum, wenn sich die Kette der Mißerfolge verringert — charakterisiert durch die schwankenden Ergebnisse, aber mitunter auch ärgerlichen Verletzungen — erlangt der Sportler die Fähigkeit, bei vollem Anlauf und hoher Schnelligkeit zu springen. Das kommt daher, daß Sprünge mit kurzem und mit vollem Anlauf, ungeachtet der äußerlichen Ähnlichkeit, im Grunde genommen prinzipiell unterschiedliche Übungen sind. Am Erlernen der einen arbeitet der Springer gewissenhaft im Training, die andere erarbeitet er sich mühsam und lange im Wettkampfprozeß. Folglich ist hier ein offenkundiger Widerspruch vorhanden.

Auf der anderen Seite unterstreicht die Logik die Notwendigkeit des Erlernens und der Vervollkommnung der Technik im Training durch Sprünge mit vollem Anlauf — andererseits existiert eine keinesfalls gerechtfertigte Furcht, diesen Weg zu beschreiten, die hervorgerufen wurde durch die Behauptung — von der Unzulässigkeit einer hohen Zahl von Trainingssprüngen mit vollem Anlauf.

Wie soll es nun sein? Die Wirklichkeit liefert Beispiele dafür, wie die Praxis die dunkelsten Voraussagen von den Grenzen der Möglichkeiten des Menschen, seiner sportlichen Leistungsfähigkeit den „Gipfelpunkt" der Rekorde umwirft. Das, was vor einigen Jahren unerreichbar schien, gilt heute als gewöhnliche Erscheinung. Das aber bedeutet schon heute, ernsthaft darüber nachzudenken, daß es an der Zeit ist, eine der ältesten Legenden zu zerstören, die den Fortschritt der Trainingsmethodik von Dreispringern hemmen sowie auch die Suche eines Weges der Einführung von Sprüngen mit vollem Anlauf in das Training.

In diesem Artikel wird ein solcher Weg dargelegt, der bei der Arbeit mit jungen Springern erprobt wurde. Der Dreisprung fordert einen hohen speziellen und generellen Trainingszustand — Muskelkraft und -reaktion, gute Grundschnelligkeit und Sprungausdauer. Das Schaffen der Grundlage eines solchen Trainingszustandes ist eine unabdingbare Voraussetzung bezüglich des vorgeschlagenen Trainingssystems. Einen breiten Raum nehmen in der Etappe des einleitenden Trainings Sprint und vielseitige Sprungübungen ein, welche der Aneignung des grundlegenden Elements der Sprungtechnik — dem aktiven Ab-



1



2



3



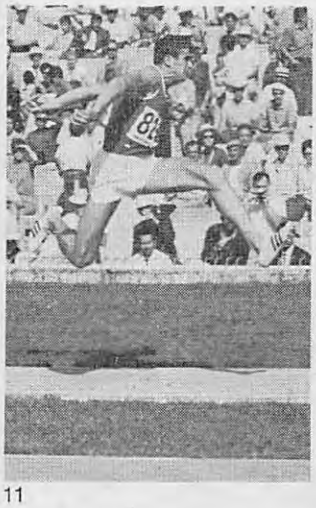
4



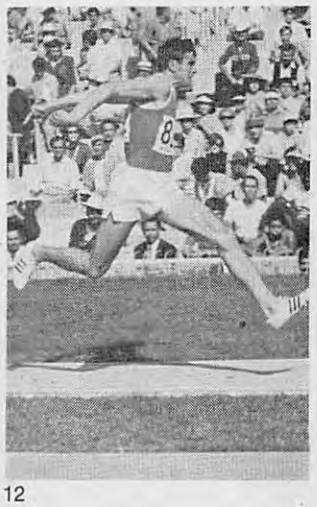
9



10

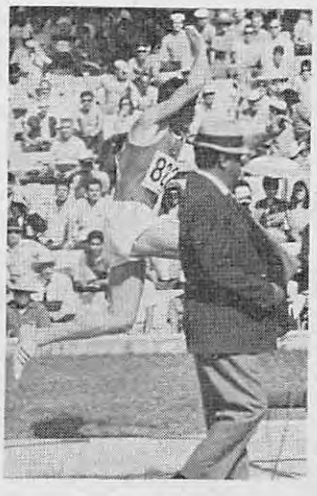


11

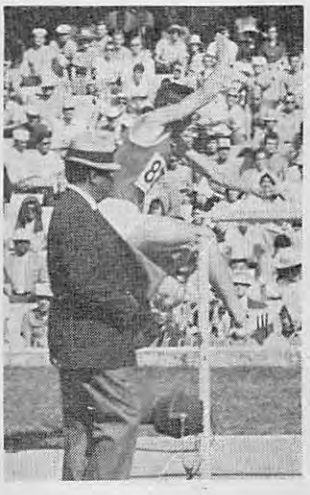


12

17

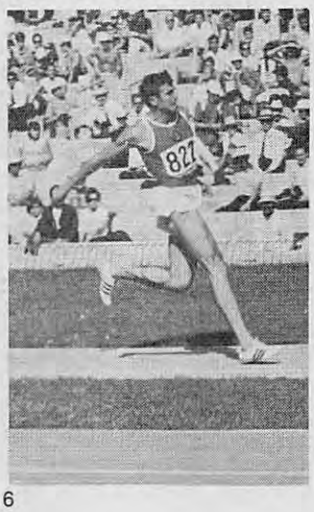


18

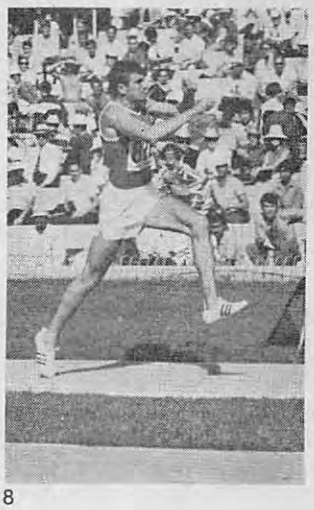


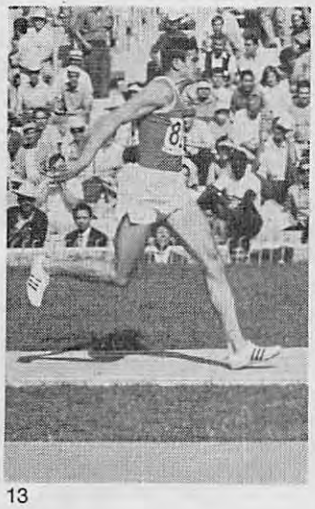
Viktor Sanejew, geboren am 3. Oktober 1945 in Sukhumi (Georgien, UdSSR). 1,88 m - 76 kg. Student der Landwirtschaft. Trainer: Vitold Kreer, Akop Karselian. Olympiasieger und Weltrekordinhaber mit 17,39 m. Persönliche Rekorde: 100 m - 10"5; Weitsprung - 7,90 m. Entwicklung: 1963: 14,88 m; 1964: 15,78 m; 1965: 15,80 m; 1966: verletzt; 1967: 16,67 m; 1968: 17,39 m.

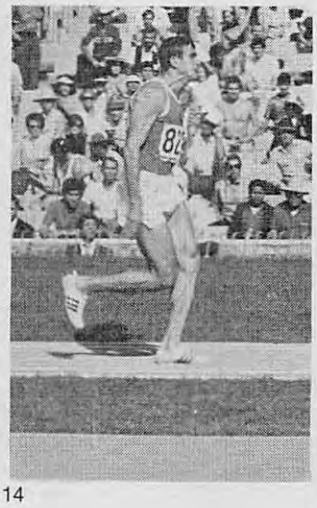

5

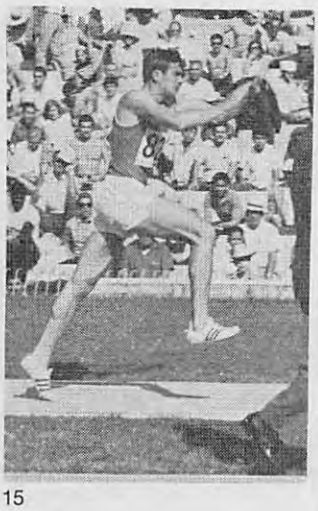

6


7


8

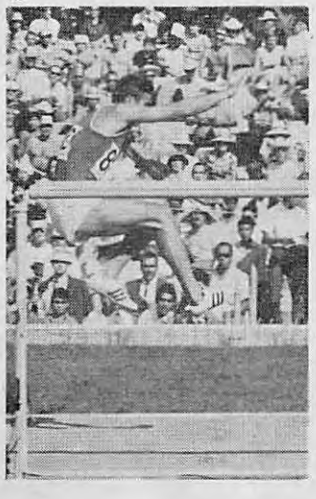

13


14

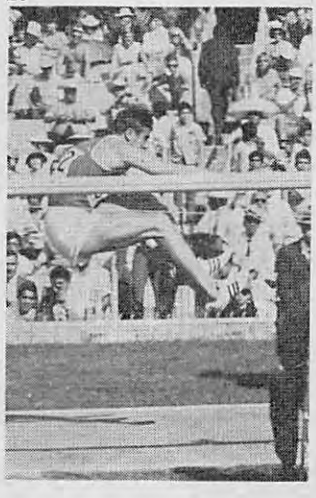

15


16

19



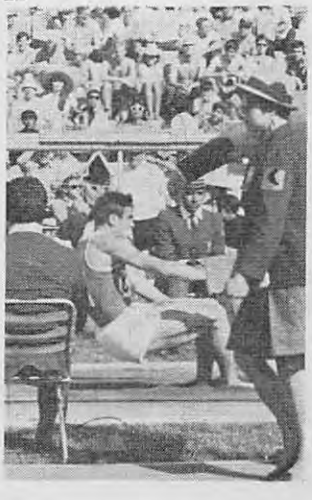
20



21



22



sprung nach der Flugphase im Zusammenhang mit Schwungbewegungen fördern.

Was den Sprung an sich betrifft, so muß sich der Springer sein Schema zunächst mit kurzem und darauf auch mit mittlerem Anlauf aneignen und die vorhandenen Empfehlungen anwenden. Jedoch soll er sich nicht durch die Sprünge mit kurzem Anlauf zu sehr begeistern, sobald aber das Sprungschema in den allgemeinen Teilen angeeignet ist und die Beine genügend kräftig wurden, soll man zum Spezialtraining übergehen.

Betrachten wir ein solches Trainingssystem im Maßstab eines Jahreszyklus, der in ein technisches, ein Sprint- und ein spezielles Krafttraining aufgeteilt ist. Was das allgemeine körperliche Training und die Methodik der Entwicklung grundlegender Bewegungseigenschaften betrifft, so wurde darüber schon sehr viel und Qualifiziertes geschrieben, und wir werden das nicht wiederholen.

Technisches Training

Das technische Training in der Vorbereitungsperiode wird in vier Etappen aufgeteilt. Die erste beginnt mit Wiederholung und Festigung des Sprungschemas bei kurzem und mittlerem Anlauf. Die Aufmerksamkeit wird der Fähigkeit zugewandt, einen richtigen Absprung, ohne Verzögerung, auszuführen. Dafür sind Schwungbewegungen anzuwenden und das Gleichgewicht in den Flugphasen zu bewahren. In der zweiten Etappe geht der Sprinter dazu über, die Aneignung und Vervollkommnung der Sprungtecknik mit vollem Anlauf bei allmählicher Schnelligkeitssteigerung. Der erste Teil des Anlaufes (12 bis 14 Laufschritte) wird mit halber Kraft gelaufen, aber auf den sechs folgenden Schritten vergrößert sich die Schnelligkeit bis zu 75 Prozent der maximal möglichen.

Der Sprung wird mit niedriger Flugkurve und mit dem Auftrag schnell vorwärtszukommen, ohne an Schnelligkeit zu verlieren, ausgeführt. Subjektiv muß der Springer empfinden, daß es ihn im Sprung „vorwärtsträgt" und ihm nichts anderes zu tun übrigbleibt, als die Füße „umzustellen". Äußerst wichtig ist, daß sich in dieser Etappe der Springer die Schnelligkeit aneignet und es lernt, sie anzuwenden und gleichzeitig seine Handlungen beim Sprung zu kontrollieren, rechtzeitig aktiv abzuspringen, ohne dabei das Gleichgewicht zu verlieren.

Es ist darauf hinzuweisen, daß im gegebenen Fall die Schnelligkeit beim Übergang zum Sprung z. B. eine solche ist wie auch beim Anlauf, mit 8—12 Laufschritten, die mit voller Kraft ausgeführt werden. Der Wert der vorgeschlagenen Variante besteht jedoch darin, daß der Springer von einer übermäßigen Verkrampfung beim Übergang zum Sprung befreit ist, welche typisch ist für Sprünge mit kurzem Anlauf. Der Springer entgeht dadurch der Gefahr der Verkrampfung vor dem Absprung. Aus dem Gehen „läuft" er hinein in den Sprung, was die Herausbildung eines richtigen Übergangs vom Anlauf zum Sprung ohne Schnelligkeitverlust fördert.

Zum Ende der ersten Etappe muß man beharrlich und vorsichtig die Höhe der Flugphase des zweiten Sprunges erhöhen und seine Länge vergrößern. In der dritten Trainingsetappe wird die Anlaufschnelligkeit analog erhöht. Die ersten 12 bis 14 Schritte werden mit 75 Prozent Kraftaufwand, aber die letzten sechs mit submaximaler Geschwindigkeit gelaufen. Der Springer soll sich anfangs nach der neuen Schnelligkeit richten, indem er sich dabei durch die methodischen Hinweise der vorangegangenen Etappe leiten läßt und erst dann die Flugbahn des zweiten und dritten Sprunges etwas erhöht. Besondere Aufmerksamkeit ist auf ein aktives Aufsetzen des Fußes auf den Erdboden zu richten, was einen Schnelligkeitsverlust und die Möglichkeit einer Fersenprellung ausschließt.

In der vierten Etappe erhöht sich die Anlaufgeschwindigkeit infolge energischen Anlaufens in sprungähnlichen Schritten, die mit voller Kraft ausgeführt werden. In Wahrheit wendet der Springer die für ihn maximal mögliche Anlaufschnelligkeit noch nicht an, sondern er lernt gleich, vom Anlauf zum Sprung bei maximalem Kraftaufwand der Anlaufschritte überzugehen.

Anfangs wird der Sprung genauso wie in den vorangegangenen Etappen niedrig ausgeführt, damit er der neuen Schnelligkeit angeglichen werden kann. Danach werden folgerichtig, auch wieder nur bis zur optimalen Grenze, die Flugbahn des zweiten, dritten und dann auch des ersten Sprungs erhöht.

Die Aufmerksamkeit ist auf ein weiteres wichtiges Detail zu richten. Wenn bei einem Springer, der sich noch nicht die Anlauftechnik angeeignet hat, die Endgeschwindigkeit des Anlaufes registiert werden soll, wie in der vierten Etappe, dann kann man den Unterschied in der Schnelligkeit feststellen. Das spricht davon, daß lockere, nicht verkrampfte Beschleunigung im gegebenen Augenblick einen großen Effekt ergibt. Außerdem unterstreicht das den Vorzug einer Vervollkommnung des Anlaufes, mit steigender Schnelligkeit, welche die Zweitrangigkeit des Laufes ausschließt, und gleichzeitig ist dadurch ein genaues Schnelligkeitsempfinden bezüglich 50 und 75 Prozent der Kraft gegeben.

Auf solche Weise soll sich der Springer gegen Ende der Vorbereitungsperiode des Trainings die Fertigkeit angeeignet haben, den Sprung mit vollem Anlauf bei submaximaler Geschwindigkeit und relativ niedrigen Flugphasen auszuführen. Das sichert ihm die Möglichkeit, leicht zu Sprüngen mit maximaler Geschwindigkeit unter Bedingungen der Wettkampfsaison überzugehen.

Es ist interessant festzustellen, daß ein Springer, der nach einem solchen System trainiert, nicht richtig mit kurzem Anlauf springen kann. Dafür fühlt er sich wohl bei einem Sprung mit vollem Anlauf. Und das ist das Wichtigste! Bei der Arbeit an der Technik müssen folgende methodischen Grundsätze beachtet werden :

1. Es empfiehlt sich solange nicht, auf Leistung zu springen, bis die Aufgaben der 4. Etappe gelöst sind. Sollte der Springer jedoch an Hallenwettkämpfen teilnehmen, so soll er den Sprung in der Schnelligkeit der entsprechenden Etappe ausführen (obwohl sich diese Gesetzmäßigkeit nicht auf erfahrene Springer bezieht, darf man sie jedoch nicht vergessen).

2. Die Flugbahnen bei den Trainingssprüngen sollen niedrig sein, damit nicht unnütze Belastungen bei den Absprüngen bestehen. Jedoch sind die niedrigen Flugphasen eine Zeiterscheinung. In der Wettkampfperiode erhöhen sich die Flugphasen bis zu dem optimalen Grad, bei welchem es möglich ist, eine große Sprunglänge bei minimalem Schnelligkeitsverlust zu erreichen.

3. Gegen Ende der Vorbereitungsperiode verringert sich die Anzahl der Sprünge in einer Trainingseinheit mit vollem Anlauf von sechs bis acht in der zweiten Etappe bis auf zwei bis drei in der vierten.

4. Das optimale Verhältnis zwischen der Länge der einzelnen Sprünge in der 4. Etappe soll in den Grenzen von 35, 31 und 34 Prozent liegen, aber in der Wettkampfperiode bei 36,5, 29 und 34,5 Prozent. Falls irgendein technisches Detail im gesamten Sprungschema berichtigt werden muß, ist es besser, die Schnelligkeit des vollen Anlaufes herabzusetzen, als ihn zu verkürzen. Gleichzeitig mit dem Erlernen und der Vervollkommnung der Sprungtechnik beginnt ab der 2. Etappe die erforderliche Arbeit an der Vervollkommnung des vollen Anlaufes, der mit maximaler Geschwindigkeit ausgeführt wird.

(Wird fortgesetzt)

Trink CANADA DRY

Dein Geschmack ist dabei

FABULA — Orange mit natürlichem Fruchtsaftextrakt und reinem Zucker, ungefärbt
HI-SPOT — klare Zitrone mit reinem Zucker (sprich Hei-Spott)
SPUR-COLA — ein amerikanisches Cola mit reinem Zucker

Challange Canada Dry — Source Rosport

Bigelbach, R. Rippinger, Kipgen und Clement übernehmen die Führung

Im neugeschaffenen „Challenge des Sauts et des Lancers", welcher von „Canada Dry - Source Rosport" in großzügiger Weise dotiert wird, heißen die ersten „Leaders" Jeannot Bigelbach (Senioren), Roby Rippinger (Junioren), Fernand Kipgen (Cadets) und Antoine Clement (Minimes).

Die Zahl der in Betracht gezogenen Veranstaltungen ist verständlicherweise noch gering, so daß diese ersten Wertungen im Verlaufe der Saison noch manche Aenderung erfahren werden. Besonders, da eine Reihe Athleten noch nicht in die Wertung aufgenommen werden können, da sie erst an einem Sprung- oder Wurfwettbewerb teilgenommen haben.

In der Mannschaftswertung führt CA Spora in drei von vier Klassen und selbstverständlich auch in der Gesamtwertung. Aber auch diese Stellung kann noch gefährdet werden.

Nachstehend die Wertungen, so wie sie sich am 12. Mai ergaben :

Senioren :

1.	Bigelbach (Spora)	1.485 P.
2.	Gales (CAD)	1.393
3.	Kops (Spora)	1.376
4.	Konsbruck (Fola)	1.362
5.	Prommenschenkel (RB)	1.301
6.	Baer (Ind.)	1.278
7.	A. Betz (Fola)	1.275
8.	Mostert F. (CAD)	1.254
9.	Wagner (Fola)	1.228
10.	Ley (CAD)	1.174

Mannschaftswertung :

1.	CA Spora	3.937 P.
2.	CA Fola	3.865
3.	CA Düdelingen	3.821

Junioren :

1.	R. Rippinger (Spora)	1.546 P.
2.	Moris (Spora)	1.374
3.	Hilbert (Spora)	1.295
4.	Arrensdorff (Spora)	1.252
5.	Isekin (CAL)	1.246
6.	Hammang (CAS)	1.243
7.	Reuter (Spora)	1.222
8.	Schroeder (CAD)	1.190
9.	Nimax (Spora)	1.152
10.	Ginter (Fola)	1.062

Mannschaftswertung :

1.	CA Spora	4.215 P.
2.	CA Düdelingen	3.047
3.	CA Schifflingen	2.769

Cadets :

1.	Kipgen (CAL)	1.230 P.
2.	Erbs (CAS)	1.218
3.	Feltz (Fola)	1.196
4.	Kaiser (Fola)	1.191
5.	Schiltz (Spora)	1.145
6.	Kaiser (Spora)	966
	Sabèse (CAL)	966
8.	Steffen (CAEG)	957
9.	Majerus (CAL)	954
10.	Zenner (Spora)	933

Mannschaftswertung :

1.	CA Luxemburg	3.150 P.
2.	CA Spora	3.044
3.	CA Fola	3 043
4.	CA Schifflingen	2.758
5.	Red Boys	1.889
6.	CAE Grevenmacher	1.829
7.	CA Düdelingen	1.687

Minimes :

1.	Clement (CAS)	1.230 P.
2.	Quintus (Fola)	1.211
3.	Chantalat (Spora)	1.161
4.	Zeimetz (CAL)	1.033
5.	Klitz (Spora)	979
6.	Kraus (Fola)	966
7.	Vernier (Spora)	927
8.	Wolter (CAS)	900
9.	Bigelbach (Spora)	880
10.	Heinz (Spora)	816

Mannschaftswertung :

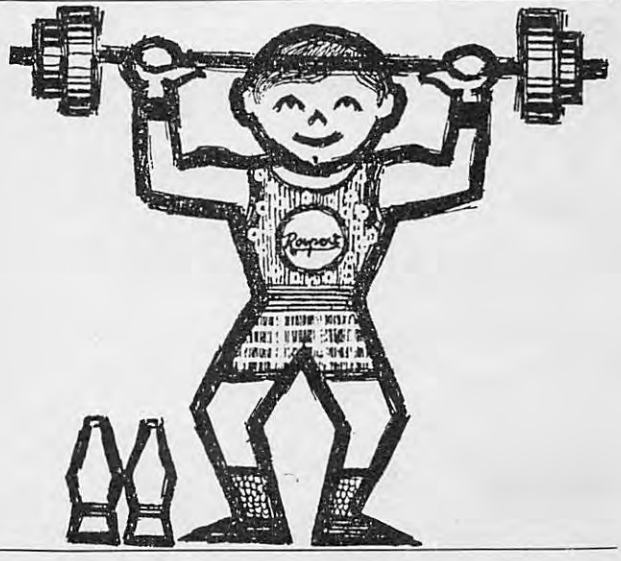
1.	CA Spora	3.067 P.
2.	CA Fola	2.909
3.	CA Schifflingen	2.779
4.	CA Luxemburg	2.485
5.	Red Boys	1.408

Gesamt-Mannschaftswertung :

1.	CA Spora	14.263 P.



ROSPORT MINERALWASSER
— mit eigener Quellenkohlensäure versetzt.
Luxemburgs einziger Naturbrunnen.



Traubin

TRAUBIN,
der feine Traubenzucker
in Pulver-
und Tablettenform
das ideale Stärkungsmittel
für alle Sportler

Dépôt :
HANFF FRERES
Luxembourg

Assurances
La Préservatrice

Direction :
J. et N. PRUM

Luxembourg
Alfa-Passage

Téléphones
2 59 78 et 48 15 45

Spécialement pour le sportif

Pax Décaféiné

c'est un café Link

Qualité d'abord

Benelux-Rekorde

am 1. 1. 1969

Charles Sowa als einziger Luxemburger in der Rekordliste

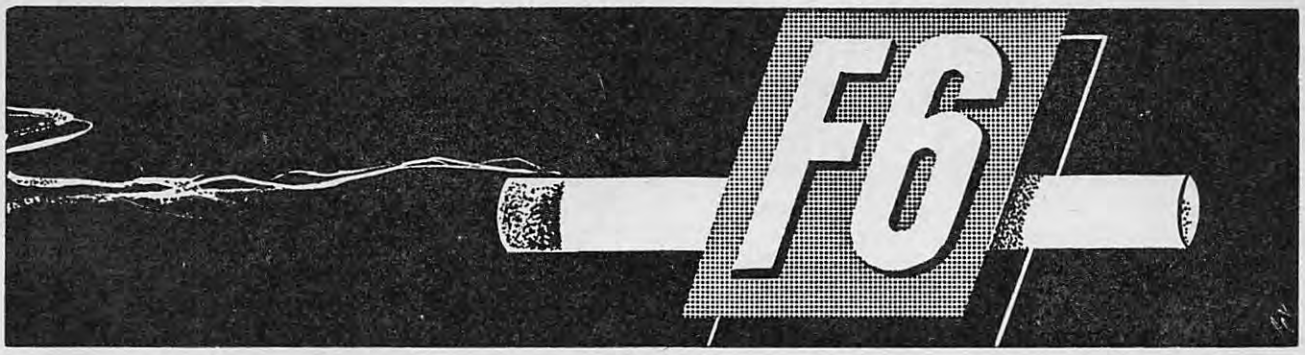
HERREN :

100 m:	Chr. Berger (N)	10"3	Amsterdam	26.08.1934
	R. Heemskerk (N)	10"3	Leiden	11.09.1965
200 m:	R. Heemskerk (N)	20"8	Groningen	19.07.1965
400 m:	R. v. d. Heuvel (N)	46"7	Zürich	24.08.1968
800 m:	R. Moens (B)	1'45"7	Oslo	03.08.1955
1 500 m:	A. de Hertoghe (B)	3'37"1	Keulen	10.07.1968
3 000 m:	G. Roelants (B)	7'48"6	Heverlee	15.08.1965
5 000 m:	G. Roelants (B)	13'34"8	Stockholm	06.07.1965
10 000 m:	G. Roelants (B)	28'10"6	Oslo	21.08.1965
3 000 m steeple:	G. Roelants (B)	8'26"4	Bruxelles	07.08.1965
110 m haies:	L. Geeroms (B)	13"9	Hasselholm	07.08.1966
200 m haies:	L. Marien (B)	23"2	Leoben	19.07.1964
400 m haies:	L. Geeroms (B)	50"8	Siena	26.06.1966
Longueur:	H. Visser (N)	7,98 m	Bucarest	17.09.1956
Hauteur:	B. Lesterhuis (N)	2,03 m	Bruxelles	30.06.1968
Triple saut:	W. Herssens (B)	15,81 m	Liège	26.06.1956
Perche:	P. Coppejans (B)	4,73 m	St. Niklaas	24.07.1966
Javelot:	L. Wijns (B)	76,72 m	Keulen	07.09.1968
Disque:	K. Koch (N)	58,05 m	Rotterdam	20.05.1962
Poids:	B. Dedecker (B)	17,26 m	Lebbeke	16.06.1968
Marteau:	M. Hertogs (B)	60,60 m	Antwerpen	06.07.1968
20 km marche:	Ch. Sowa (L)	1.32'46"	Bruxelles	29.08.1964
Décathlon:	E. Kamerbeek (N)	7.632 P.	Belgrade	13./14.09.1962
	(11.1 - 7.03 - 14.13 - 1.83 - 50.9 - 14.5 - 47.44 - 3.30 - 63.62 - 4.39.2)			
4x100 m:	P. Tamminga (N) L. de Winter (N) W. Blom (N) R. Heemskerk (N)	40"0	Budapest	03.09.1966
4x400 m:	S. Tel (N) R. v. d. Heuvel (N) R. Lievense (N) F. van Herpen (N)	3'08"5	Brescia	21.07.1968

DAMEN :

100 m:	F. E. Blankers-Koen (N)	11"5	Amsterdam	13.06.1948
	P. van Duyne-Brouwer (N)	11"5	Frechen	29.07.1956
	W. v. d. Berg (N)	11"5	Mexico C	15.10.1967
	W. v. d. Berg (N)	11"5	Mexico C	14.10.1968
200 m:	C. Bakker (N)	23"3	Mexico C	05.10.1968
400 m:	M. v. d. Hoeven-Jansen (N)	52"6	Mexico C	15.10.1968
800 m:	I. Keyzer-Laman (N)	2'02"2	Osnabrück	30.06.1968
1 500 m:	M. Gommers (N)	4'15"6	Sittard	24.10.1967
80 m haies:	L. Hinten (N)	10"8	Beverwijk	22.08.1964
Longueur:	C. Bakker (N)	6,35 m	Beverwijk	21.05.1967
Hauteur:	M. Thomas (N)	1,73 m	Beverwijk	31.07.1966
Javelot:	G. Versterre-van Zelm (N)	49,58 m	Dresden	16.07.67
Disque:	J. de Bruyn-van Dijk (N)	54,04 m	Amsterdam	25.08.1968
Poids:	E. van Noorduyn (N)	16,78 m	Breda	14.07.1968
Pentathlon:	M. Ackermans-Thomas (N)	4.797 P.	Beverwijk	27.07.1968
	(11.3 - 12.86 - 1.68 - 5.75 - 25.0)			
4x100 m:	W. v. d. Berg (N) M. Sterk (N) T. Hennipman-Cruiming (N) C. Bakker (N)	43"4 43"4	Mexico C Mexico C	19.10.1968 20.10.1968

B — Belgique; L — Luxembourg; N — Nederland.



im Rampenlicht

vorgestellt von der Firma Heintz van Landewyck

André Pierrard (CA Fola)



Mit André Pierrard steht erstmals ein schon älterer Athlet im „Rampenlicht". Dies ist durch seine sonderbare Sportlerlaufbahn bedingt. 1956 schon hätte man ihn ins „Rampenlicht" setzen können, als er damals als Scolaire von Sieg zu Sieg lief. Doch sein Stern war von kurzer Dauer, und der Name Pierrard war bald nicht mehr in den Zeitungen zu lesen. 1967 aber feierte er ein phantastisches „come-back". Anfangs wartete er mit bescheidenen Resultaten auf, um dann, ein Jahr später, trotz einer schweren Nierenoperation, zur Luxemburger Leichtathletikelite vorzustoßen.

Den ersten Kontakt zur Leichtathletik bekam Pierrard durch den „Grand Prix Josy Barthel" 1956, wo er mit seinen Kameraden der Limpertsberger Primärschule die 5 x 400-m-Staffel gewann. Er trat dem C.A. Spora bei und trainierte unter der Leitung von Jos. Philipp. Mehrere Cross-Siege im In- und Ausland sowie ein zweiter Platz bei den Landesmeisterschaften waren seine ersten Resultate.

Mit seinen Eltern zog er dann nach Monnerich um und verlor somit den Kontakt zur Leichtathletik. Er trat dem Monnericher Fußballklub bei und spielte gelegentlich in dessen erster Garnitur als Tormann.

Nach achtjähriger Pause versuchte er nun wieder, mit der Leichtathletik in Kontakt zu kommen und unterschrieb eine Lizenz beim C.S. Fola. A. Pierrard trainiert unter der Leitung von René Schulté und erzielte gleich im ersten Jahr befriedigende Resultate: 400 m in 52"8, 800 m in 2'00", 1000 m in 2'42". Ende 1967 erfolgte die schon erwähnte Operation, so daß seine Wintervorbereitung für 1968 komplett ausfiel. Trotzdem gelang es ihm, 1968 wieder zur Luxemburger Elite vorzustoßen und sogar Meister über 400 m Hürden zu werden. Seine Bestzeiten für 1968: 400 m 50"1, 800 m 1'56"6, 1000 m 2'32"4, 400 m Hürden 56"8.

Diese hervorragenden Leistungen gaben ihm neuen Mut und bewegten ihn zu einer intensiven Wintervorbereitung. Die ersten Resultate kennen wir: Sieger beim Sprintercross in Esch und Longwy. Doch Andrés Ehrgeiz begnügt sich nicht nicht mit diesen Siegen. Sogar das Minimum über 400 m Hürden bedeutet für ihn keine unerreichbare Zeit mehr. Sein Wunschtraum wäre, in Athen dabei zu sein, doch er traut sich nicht, daran zu glauben.

Wir jedenfalls wünschen dem sympathischen Sportsmann viel Erfolg in seiner weiteren Laufbahn.

Drei Sterne für Charles Sowa

Infolge der Verschärfung der vorgeschriebenen Mindestleistungen war zu erwarten, daß die „Sterne" dieses Jahr spärlicher zur Verteilung kommen würden. Diese Erwartung wurde bestätigt, denn nach vier Wochen Sommersaison haben sich nur sechs Athleten eine Einstufung in die Leistungsklassen verdient. Allerdings muß bedacht werden, daß eine Reihe unserer besten Könner entweder noch nicht an den Start gingen oder aber verständlicherweise noch weit von ihrer besten Form entfernt sind. Ferner war bis zum 12. Mai, Termin an dem diese erste Liste der „Sterne" abgeschlossen wurde, das Wetter alles andere als leistungsfördernd. Es bleibt also zu hoffen, daß bis zur nächsten Nummer unserer Verbandszeitschrift diese Liste sich beträchtlich in die Länge ziehen wird.

Ein einziger Athlet hat bereits das Recht auf drei „Sterne" erworben. Wer könnte es anders sein als unser Gehermeister und Olympia-Teilnehmer Charles Sowa, der auch dieses Jahr gewillt ist, seinen „Mann" auf internationalem Gebiet zu stellen.

Internationale Klasse :

Charles Sowa (CA Fola)	20 km Gehen in 1.35.48 St.

Nationale B-Klasse :

Jeannot Bigelbach (CA Spora)	52,01 Meter im Hammerwerfen
Théo Genson (CA Spora)	10.000 Meter in 31.20.2 Minuten
Mill Jung (CA Spora)	200 Meter in 22.2 Sekunden
Roger Martinelli (CA Fola)	100 Meter in 10.8 Sekunden
Armand Ries (CA Fola)	1.000 Meter in 2.29.6 Minuten

Die Trainingsmethode für Mittel- und Langstreckenläufer — von Arthur Lydiard

Der berühmte und erfolgreiche neuseeländische Mittel- und Langstreckentrainer Arthur LYDIARD hat, auf Einladung des Deutschen Leichtathletikverbandes, am 12. und 13. April 1969 in Mainz ein Kolloquium über das Training der Mittel- und Langstreckenläufer geleitet. Luxemburgischerseits haben daran teilgenommen Verbandssportwart Jemp Hoffmann und die Trainer Jang Aniset und Michel Begma.

Misch Begma berichtet:

Lydiard schätzte es sehr, vor rund 50 Trainern aus Deutschland, Oesterreich und Luxemburg sprechen zu dürfen. Es ging ihm vor allem darum, den anwesenden Trainern über seine Methode, die meist schlecht verstanden und somit falsch unterrichtet wurde, Aufschluß zu geben. Gleich zu Beginn seines Referates betonte Lydiard, daß das Mittel- und Langstreckentraining, wie es von ihm in Neuseeland betrieben wird und mit dem er die größten Erfolge erzielen konnte, für uns Europäer, bedingt durch die äußerst verschiedene Terminaufstellung der Veranstaltungen, nicht zweckmäßig wäre. In Neuseeland gibt es nur eine sehr kurze Leichtathletiksaison, mit einem einzigen Höhepunkt, den Landesmeisterschaften. Lydiards Mittel- und Langstreckler erfahren im Training eine stete Leistungssteigerungskurve bis kurz vor den Meisterschaften. Diesem Umstand schreibt Lydiard es auch zu, daß seine Läufer es verhältnismäßig leichter haben, sich auf Olympische Spiele vorzubereiten. Bei uns müssen die Spitzenkönner Selektionen für Länderkämpfe erringen und haben in Vereinsmeisterschaften, Einzelmeisterschaften, nationalen und internationalen Wettkämpfen mehrere leichtathletische Höhepunkte. Dieses Programm erstreckt sich über mehrere Monate; da es unmöglich ist, die Höchstform so lange zu halten, muß die Leistungskurve folglich ein Auf und Ab erfahren. Diese Tatsachen sind, nach Meinung von Lydiard, sehr nachteilig und erklären meistens das Versagen großer europäischer Spitzenkönner bei Olympischen Spielen.

Lydiard führte noch folgende Ueberlegungen an über die Ursachen der so beträchtlichen Erfolge seiner Athleten. Es liegt daran, daß Lydiard die Entwicklung der einzelnen physiologischen Elemente etappenweise fördert, statt alles auf einmal erreichen zu wollen. Eine gute Gesamtkondition erwirbt der Läufer im wesentlichen dadurch, daß er in der richtigen Weise bis zur Erschöpfung trainiert. Dadurch reizt er den Körper zur Anpassung, die ihrerseits zur verbesserten Leistungsvoraussetzung führt. Sobald Herz, Kreislauf und Atmung hinreichend gestärkt und angepaßt sind, kann die Muskulatur einem Ausdauertraining unterworfen werden, um Schnelligkeit, Kraft und Gelenkigkeit zu verbessern. Nach Ablauf eines gründlichen Vorbereitungstrainings vermag der Läufer weit mehr und schärfere Tempoläufe mit entsprechend besseren Zeiten zu absolvieren.

Nach Beendigung eines guten und planmäßigen Vorbereitungstrainings versuchen viele Athleten, allzu früh schnell zu laufen. Dabei betonen sie zu stark das Schnelligkeitstraining mit hohen Tempoläufen, was zwar anfangs zu guten Ergebnissen, später aber zu einem Formabfall führen kann.

Psychologisch am besten geleitet ist derjenige Sportler, der über eine klare Vorstellung verfügt, weshalb er gerade so und nicht anders trainiert. Dann wird er nämlich bereitwilliger und mit mehr Ueberlegung bei der Arbeit sein, und der Trainer wird stets die Zügel in der Hand behalten.

Einem Läufer sollte es freigestellt sein, erst dann zur nächsten Stufe seines Trainingsprogramms überzugehen, wenn er glaubt, einen bestimmten Entwicklungsstand erreicht zu haben. Zu viele Trainer und Athleten neigen zu einem überhasteten Vorgehen und achten gar nicht darauf, ob der Leistungsstand der zurückliegenden Stufe gesichert ist.

In diesem Abschnitt seines Vortrages befreit Lydiard die anwesenden Trainer ein für allemal von dem Mythos „Intervalltraining". Lydiard schaltet das Intervalltraining nur während der Bahntrainingsperiode ein, die 10 Wochen anhält, wo es etwa 6- bis 8mal zur Durchführung gelangt.

Spitzenleistungen und Höchstform können nur erreicht werden, wenn mit gesundem Menschenverstand hart und systematisch trainiert und dabei die Gesamtentwicklung nie außer acht gelassen wird. Viele Trainer halten dauernd Ausschau nach Schnellverfahren zur Leistungssteigerung und wenden beispielsweise ein unverhältnismäßig umfangreiches anaerobes Laufpensum an. Für Lydiard bedeuten diese Menschen eine echte Gefahr für den Sport, da sie ständig dabei übersehen, wie schädlich ein übertriebenes anaerobes Training sein kann. Diese Trainer sind dafür verantwortlich, daß in sehr vielen Ländern die Leistungsentwicklung vieler begabter junger Sportler vorzeitig abbricht. Trainer, Mittel- und Langstreckler können nur dann zum Erfolg kommen, wenn sie genau wissen, wie sie das Training methodisch aufbauen müssen. Sie müssen eine klare Vorstellung haben, welche Leistung sie durch das Training anstreben, und sie dürfen während des täglichen Trainings oder in den einzelnen Trainingsabschnitten nie das Endziel aus dem Auge verlieren.

Die Trainingsperioden in Neuseeland

1. **Basis- oder Marathontraining.** Dauer 6 Monate.
Alle Mittel- und Langstreckenläufer haben den gleichen Trainingsplan. Sie laufen 160 - 180 km wöchentlich und trainieren auf Asphaltstraßen.

2. **Hügeltraining.** Dauer 6 Wochen.
An einem Hügel, der ungefähr 750 m im Quadrat hat, wird dieses Training sechsmal in der Woche durchgeführt. Die Steigung (750 m) wird nicht schnell sondern entspannt, mit hohen Sprüngen hüpfend, zurückgelegt. Auf der Bergkoppe (750 m) leichtes Traben. Die Gefällstrecke (750 m) wird zügig gelaufen. Am Fuße des Hügels, nach jedem Rundlauf, über 750 m unterschiedliche Intervallsprints und Traben. Die Arbeit am Hügel dauert 1 Stunde, Ein- und Auslauf nicht eingerechnet.
Am 7. Tag absolvieren Lydiards Athleten einen leichten Lauf über 2 Stunden.

3. **Bahntraining.** Dauer 10 Wochen.
Lydiards Bahntraining ist ein sehr genau geführtes, kontrolliertes Training; sonst Abnahme der Leistung. Ein Trainingsplan für jeden einzelnen Athleten ist erfordert.
Beispiel eines wöchentlichen Trainings für 1 500-m-Läufer:

1. Tag: 1 500 m - 50 m Wind-Sprints;
2. Tag: 4 800 m - nach jeweils 400 m 100-m-Sprint;
3. Tag: Sprinttraining und einmal 400-m-Rennen (Volldraft);
4. Tag: 4 800 m - schnell und gleichmäßig;
5. Tag: Sprinttraining u. Startübungen;
6. Tag: 400 m - 20mal mit 1/4 Kraft (bei einer 400-m-Bestzeit von 52" also 64");
7. Tag: 2 Stunden Dauerlauf.

Neben dem Bahntraining sollte der Läufer möglichst viel gemächliche Trabarbeit leisten, und zwar wenn möglich morgens und beim Ein- und Auslaufen, weil er so seine gute Gesamtkondition nachhaltig bewahren kann.

Kritische Bemerkungen

1. Das über 6 Monate dauernde Marathontraining erscheint mir zu lange anhaltend und zu eintönig. Zumal die täglichen Strecken, pausenlos, in einem gleichbleibenden Tempo, auf Aspaltstraßen gelaufen werden. Meiner Ansicht nach ist es ebenfalls nicht unbedingt notwendig, Mittel- und Langstreckenläufer, ohne Ausnahme, über diese lange Zeit den gleichen Trai-

ningsplan durchführen zu lassen. Die meisten großen Mittelstreckler liefen ausgezeichnete Zeiten, ohne täglich 25 - 35 km zurückzulegen. Desweiteren verurteile ich das ausschließliche Laufen auf Aspaltstraßen; die Verletzungsgefahr ist dabei zu groß !

2. Footing mit Tempowechsel (Fahrtspiel), das von fast allen Spitzenkönnern so geschätzte Trainingsmittel, fehlt gänzlich.

3. Lydiards Trainingsprogramm weist bedauerlicherweise, während der Vorbereitungsperiode, keine Hallenarbeit auf.

4. Das Hügeltraining, während 6 Wochen angewandt, erscheint mir äußerst hart. Es müßte öfters ein leichtes Training, zur Entspannung der Athleten, eingelegt werden. Wechsel in den Trainingsmitteln sowie in der Intensität erlauben dem Aktiven, das tägliche Pensum leichter zu erledigen.

5. Lydiards Bahntraining finde ich hart, aber trotzdem gut.

6. Ohne die äußerst wichtige Uebergangsperiode zu berücksichtigen, beginnt Lydiard nach der Wettkampfsaison gleich wieder mit der nächsten Vorbereitungsperiode. M. BEGMA

Rekord-Mitgliedszahl des Verbandes

Die Zahl der dem Leichtathletik-Verband angeschlossenen Mitglieder (Athleten und Offizielle) hat in den letzten Jahren fast konstant zugenommen. Von 791 im Jahre 1963 stieg sie auf 826 im Jahre 1964, überschritt 1965 zum ersten Mal 900 und erreichte 1967 mit 992 das bisherige Maximum (948 im Jahre 1968). Das Ziel, die Mitgliederzahl über die 1 000-Grenze zu bringen wird diese Saison mehr wie erreicht. Am Anfang der Saison 1969 zählt der Verband nämlich bereits **1 152 Mitglieder,** die im Besitz einer Lizenz sind. Ein weiterer Beweis der günstigen Entwicklung unserer nationalen Leichtathletik !

Auf die einzelnen Altersklassen aufgeteilt, ergibt sich folgendes Bild:

Débutants:	58	Débutantes féminines:	16
Scolaires:	68	Juniors féminines:	94
Minimes:	128	Seniors féminines:	77
Cadets:	151		
Juniors:	165	Officiels:	181
Seniors:	214		

Die Mitgliederzahl der verschiedenen Vereine wurde wie folgt festgestellt:

C.A. Spora	216	Red Boys Differdange	71
C.A. Schifflange	148	U.A. Pétange	42
C.A. Dudelange	148	S.C. Niederwampach	24
C.A. Fola	138	C.A. Lamadelaine	17
C.A. Luxembourg	136	L.A. Remeleng	11
C.A.E. Grevenmacher	115		
Standard Diekirch	75	Individuels	11

für Sie notiert . . . . .

■ Bei der kürzlich im I.N.S. in Gegenwart des neuen Sportsministers stattgefundenen feierlichen Ueberreichung der Abschlußzeugnisse an die erfolgreichen Teilnehmer an den Kursen der Nationalen Schule für Physische Erziehung, Session 1968/69, waren wiederum eine Reihe Leichtathleten mit dabei, die wir hier mit unseren besten Glückwünschen namhaft machen wollen: Kayser Mathias, Kirtz Paul, Schmitz Henri (alle drei CAS), Raach Nico, Weydert Roger (beide Fola), Geisen Jos. (CAL), Kirsch René (Spora), Leblond René (Red Boys). Damit hat sich die Zahl der Inhaber dieses Grundlageausweises für die Trainertätigkeit weiterhin in unserm Verband vergrößert und denselben wird nunmehr Gelegenheit geboten, sich an einem in der Zeit vom 21. - 24. Juli von der FLA, in Zusammenarbeit mit der LASEL, vorgesehenen Einführungslehrgängen in die Leichtathletik weiter auszubilden. Es wäre wünschenswert, daß zahlreiche Kandidaten der Einladung zu einem solchen Spezialkursus Folge leisten, denn die Zukunft unserer Sportart hängt weitgehendst von dem Vorhandensein von guten Trainern ab.

■ In einer bekannten deutschen Tageszeitung fanden wir nachstehenden Artikel, der klar erkennen läßt, daß man nach Frankreich nun auch in Deutschland die Förderung des Spitzensportes mit ganz anderen Augen sieht. Unter



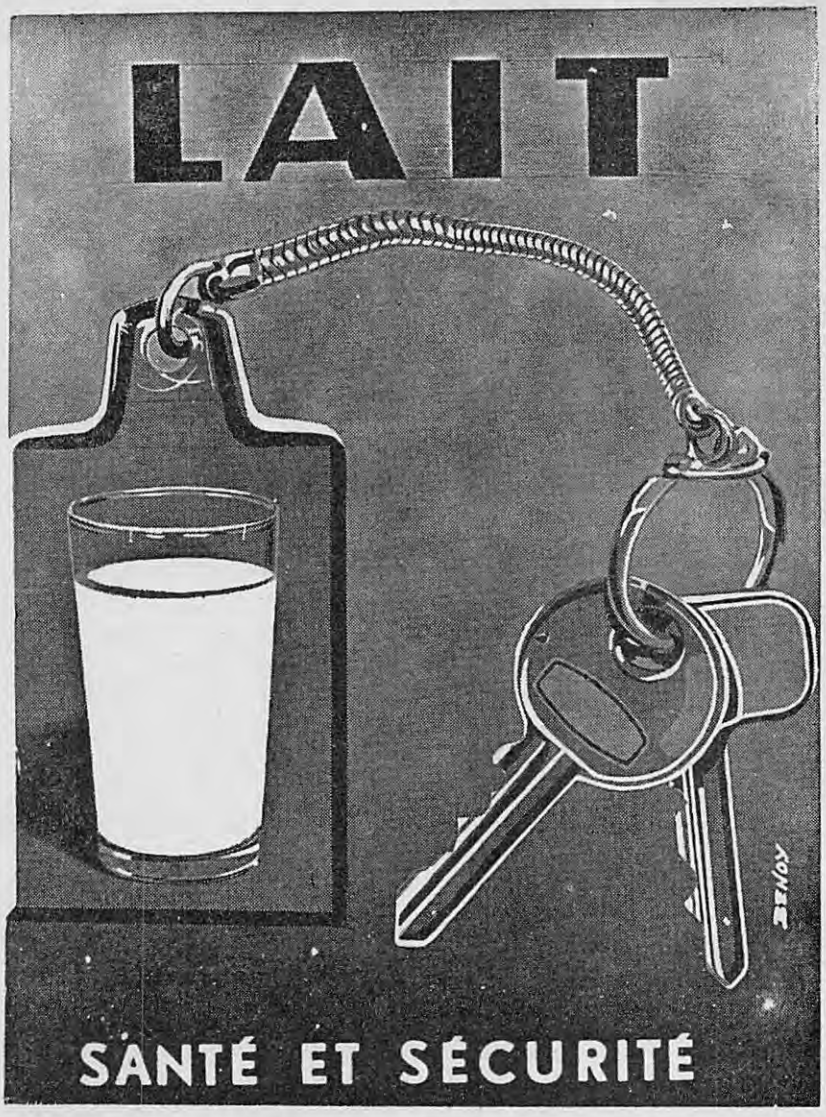
Der Düdelinger Frühling hat im wahrsten Sinne des Wortes begonnen! Nicht nur, daß die CAD-Dirigenten und Trainer mit Frühlingsbeginn mit großen Plänen in die neue Saison starteten, sondern auch zwei der „prominentesten" CAD-Nachwuchsathleten nahmen mit dem Erwachen des Frühlings 1969 „den" großen Start — den Start ins Eheleben. Für einmal erwies sich ein Werfer schneller als ein Läufer, und Juniorenmeister im Diskuswerfen Jempi Schroeder langte als erster, in Begleitung von Frl. Valvasori, der Tochter des Inhabers der bekannten Entreprises Valvasori, im Hafen der Ehe ein vor dem trotzdem als sehr spurtschnell bekannten 800-m-Junioren-Meister Nico, genannt „Jeng" Schneider. Jeng vereinte sich fürs Leben mit Frl. Margot Ludovicy, die ebenfalls in den Jahren 1966 und 1967 aktive Leichtathletin beim CA Düdelingen war. Die beiden neugebackenen Ehegattinnen sind begeisterte Leichtathletik-Anhängerinnen und haben den festen Vorsatz gefaßt, ihren Ehemännern zu weiteren sportlichen Erfolgen behilflich zu sein.
Wir wünschen den Neuvermählten viel Glück und hoffen, daß den beiden nach den Flitterwochen der Weg zum Stadion nicht allzu schwer fallen wird.

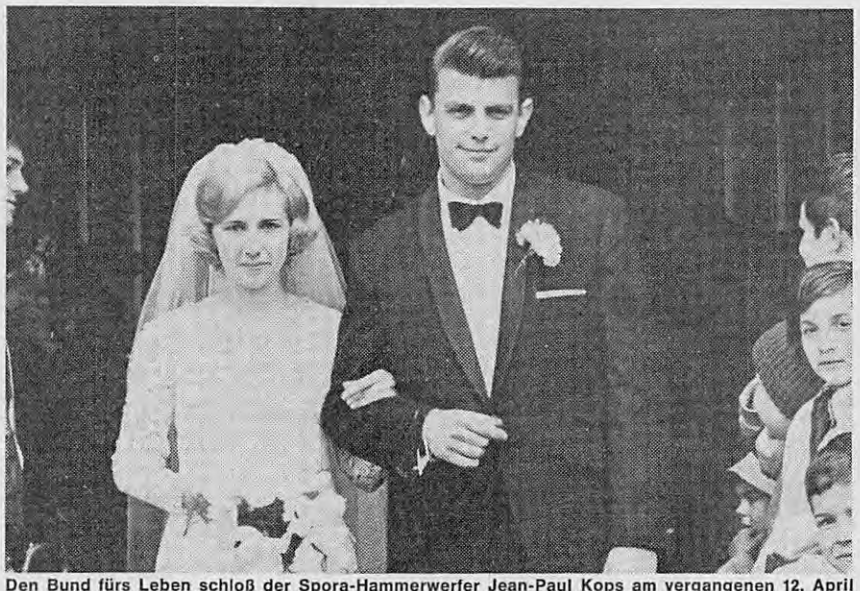
dem Titel: Bis 1970 85 Bundestrainer, stand hier zu lesen: „Der Spitzensport in der Bundesrepublik soll nach den Vorstellungen der Bundesregierung wirkungsvoll gefördert werden. Wie das Bundesinnenministerium in Bonn mitteilte, soll dabei vor allem die Vorbereitung der deutschen Sportler auf die Olympischen Spiele 1972 in München im Vordergrund stehen. Unter anderem soll die Zahl der Bundestrainer von zur Zeit 40 bis zum nächsten Jahr auf 85 erhöht werden. Zu den elf Leistungszentren für verschiedene Sportarten, die seit 1965 mit erheblichen Zuschüssen des Bundes errichtet wurden, sollen weitere hinzukommen. Drei sind bereits im Bau."

Wenn unsere Verhältnisse auch grundsätzlich anders liegen, als die unserer großen Nachbarländer, so wäre die Frage der Anstellung von hauptamtlichen Trainern im I.N.S. in den olympischen Grundsportarten Leichtathletik, Schwimmen und Turnen sonderzweifel zu überdenken, da hiervon ein merklicher Fortschritt zu erwarten wäre. Diese Fachleute könnten gleichzeitig in die Schulungsarbeit der LASEP eingeschaltet werden, die nach wie vor, genau wie die LASEL, die Grundzelle unseres gesamten Sportes darstellen.

■ Gut abgeschnitten haben unsere hierzulande bestbekannten Freunde des LC Rehlingen bei den diesjährigen deutschen Waldmeisterschaften, welche am vergangenen 26. April in Plattling (Bayern) bei sommerlicher Witterung und massiver Beteiligung stattfanden. Durch vorzügliche 6. und 11. Plätze von H. Schu und R. Leipold bei den Mittelstrecklern, welche 3 000 Meter zu durchlaufen hatten, kamen die Saarländer mit Trampert als 59. noch auf einen recht ansprechenden 5. Platz in der Mannschaftswertung bei insgesamt 19 klassierten Vereinen. Sieger dieses Laufes wurde der 1 000-m-Co-Weltrekordhalter Jürgen May, der in diesem Jahr international wieder groß herauskommen will. Wie ersichtlich kamen die Erfolge der Rehlinger bei unsern Cross-Veranstaltungen also nicht von ungefähr, so daß letztere eine unverkennbare Aufwertung erfahren.

■ Unser Rekordhalter im Diskuswurf, Hans Habig, ist seit dem 1. Mai fest in Luxemburg ansässig, wo er als gelernter Facharbeiter bei der Firma Bertrand in Münsbach (Marbrerie) unter günstigen Bedingungen eine Anstellung gefunden hat. Falls sich auch trainingsmäßig die Hoffnungen des echten Luxemburgers erfüllen, dürfte mit ihm ein weiterer Anwärter auf eine EM-Selektion fällig sein. Wir wünschen dem sympathischen Hans und seiner kleinen Familie (Frau und Töchterchen) eine gute Einbürgerung im Lande seiner Vorfahren.





Den Bund fürs Leben schloß der Spora-Hammerwerfer Jean-Paul Kops am vergangenen 12. April mit Fräulein Andrée Gaasch aus Hollerich. Mit Trainer Gust. Seidel als Trauzeuge und Michel Medinger als Hofphotograph war sein Verein bestens bei dieser Feier vertreten, die im schönen Rahmen des „Euro-Parc"-Hotels in Dommeldingen, inmitten eines wahren Blumenmeeres ihren angenehmsten Teil erlebte. Trotz bevorstehender Flitterwochen in Tunesien stand die Leichtathletik im Mittelpunkt der Zukunftspläne des jungen Ehemannes, der sich für die neue Saison besonders viel vorgenommen hat. Verbunden mit unsern nachträglichen besten Glückwünschen an das neue Paar, hoffen wir, daß auch die sportlichen Projekte des leidenschaftlich an „seinem" Hammerwerfen hängenden Musterathleten der Blaugelben in Erfüllung gehen.

Des considérations de Mil Jung

La création d'un cadre restreint d'athlètes entrant en ligne de compte pour une éventuelle sélection pour les prochains Championnats d'Europe qui se dérouleront à Athènes, permet à notre fédération de remplir dorénavant en partie le rôle que certains athlètes n'hésitent pas à lui attribuer dans une mesure encore plus large. Ceux-ci font d'ailleurs remarquer que le réservoir total de tous nos clubs correspond à peine à celui d'un bon club étranger. Dès lors on pourrait très bien concevoir la position de la fédération dans un angle légèrement différent, à savoir que les athlètes doués soient réunis dans un cadre dépendant directement des instances fédérales. Celles-ci pourraient faire bénéficier leurs protégés de conditions d'entraînement et de contrôle idéales. La sélection pour ce cadre, opérée d'après des critères en ce qui concerne la performance d'une part, d'après des appréciations sur le sérieux et la volonté de bien faiée de l'athlète de l'autre, ne saurait empêcher l'intéressé de participer à des réunions pour le compte de son club d'origine qui est à la base de son éclosion.

Certains diront que le rôle du club sera dans ce cas fortement amoindri. Je crois qu'au contraire la mission à accomplir par les clubs sera plus importante, parce qu'ils contribueraient directement, sans l'entremise de questions de jalousie et de haine locales, à l'amélioration de l'athlétisme luxembourgeois. Ce ne serait d'ailleurs pas là le seul avantage du nouveau système. Les athlètes se sentiraient beaucoup plus concernés quand il s'agit de défendre les couleurs nationales, et l'existance d'un excellent noyau ne manquerait point de communiquer au reste de l'équipe ce feu sacré qui lui manque tant. Beaucoup de jeunes en outre, désireux d'accéder eux aussi au sein du groupe „d'élus" redoubleraient d'énergie pour fournir les résultats leur permettant de se voir incorporés parmi les grands. Le niveau d'ensemble subirait sans nul doute une nette amélioration. D'autre part, les responsables seraient à tout moment au courant de ce qui se passe du côté des athlètes.

La préparation de ce cadre ne doit pas nécessairement comprendre les mêmes avantages dont bénéficient actuellement les présélectionnés pour Athènes. Quant au nombre de sélectionnés, il ne faut pas qu'il soit trop élargi, autrement il ne représenterait plus l'élite qui est préparée à des tâches plus importantes. Hélas, nous savons que les idées ne manquent pas, mais que toute initiative d'une certaine envergure échoue sur la pénible question financière. Si nous ne nous lassons de l'évoquer, c'est que nous sommes persuadés qu'elle peut trouver une solution, du moins en partie, si on fait montrer de beaucoup de courage et de tenacité. Il est d'ailleurs réjouissant qu'on nous instruise clairement de toutes les difficultés et qu'on ne se retranche pas derrières des promesses fallacieuses. Ainsi nous pourrons lutter en pleine connaissance de cause.

Tout espoir de voir la situation s'améliorer à l'avenir n'est d'ailleurs pas éteint car, même si les explications de Monsieur Gaston Thorn, ancien vice-président de notre fédération et actuel Ministre des Sports, mettent plutôt l'accent sur l'encouragement moral du

DEA Heizöl
sauber + ergiebig

CALENDRIER DE LA SAISON 1969

DATE	ORGANISATEUR	LIEU	EPREUVE
JUIN			
1 (D)	F.L.A. / C.A.L.		Championnat inter-clubs IIe division (2e journée)
1/2	L.A.S.E.L.	Turin	Meeting mondial universitaire
7 (S)	F.L.A. / Spora	Luxembourg	Championnat inter-clubs Ire division (1re journée)
8 (D)	F.L.A. / Spora	Luxembourg	Championnat inter-clubs Ire division (2e journée)
11/12	F.L.A.	Paris	Championnats de pentathlon juniors/senoirs, de triathlon fém. IIIe Mémorial P. Méricamps
14 (S)	F.L.A. / C.A.S.	Schifflange	juniors et de pentathlon fém. seniors
	C.A.D.	Dudelange	VIe Challenge René Peschon (débutants, scol., min., cadets)
15 (D)	C.A.D.	Dudelange	IVe Challenge Victor Heinen (juniors)
22 (D)	C.A.D.	Dudelange	XVIe Challenge Aloyse Meyer (Challenge inter-clubs européen)
	C.A. Lamadel. / U.A. Pétange	Pétange	Epreuve de marche 100 km et épreuves d'encadrement
25 (Me)	F.L.A. / C.A.L.	Luxembourg	Championnats nationaux de relais
28 (S)	F.L.A. / C.A.D.	Dudelange	Championnat inter-clubs féminines
29 (D)	F.L.A.	Suisse	Rencontre internationale Luxembourg - Espoirs suisses

balamundi dans le monde entier La nouvelle gamme des revêtements de sols vinyliques: **balaflex balanil balatred** Fabriqués par **Eurofloor s. a.** Wiltz/Luxbg.

sportif d'élite, il ne semble pas exclu qu'avec l'extension du Commissariat aux Sports l'athlétisme bénéficiera désormais de l'aide qui lui est due, du fait de son importance comme sport de base. Réjouissons nous qu'on ait enfin compris que même dans le sport de grande masse le champion occupe une place incontestée.

Si les différentes fédérations se voient dans l'impossibilité de subvenir aux frais qu'une bonne préparation réclame, le Comité Olympique ne devrait pas manquer d'assumer cette charge. Avec l'amorce d'une préparation olympique en vue de Munich, et de la récente réforme de structures, il semble bien qu'au sein de cette vénérable institution on se soit réveillé pour suivre les impératifs réclamés par le sport au niveau olympique. Le seul but doit donc être la promotion efficace des sportifs doués. Mais pour déboucher sur une telle politique, une sérieuse mise en question qui amènerait tous les membres sans exception à prendre leurs responsabilités en s'engageant sans réticence et sans arrière-pensée intéressée dans le travail de promotion du sport luxembourgeois, serait de rigueur. L'élimination de l'équivoque, des mesures claires et nettes ainsi qu'un engagement à fond sont les conditions sine qua non, sans lesquelles on ferait mieux de renoncer définitivement. Une politique sans ligne bien définie, des décisions contradictoires des demi-mesures et l'imbroglio total dans lequel elles mènent, ne font que décourager le sportif, qui lui se surpasse continuellement par des élans d'énergie et de renoncement pour atteindre ses buts.

Nous persistons à croire en un avenir meilleur parce que nous savons que certains responsables ont la bonne volonté et la compétence nécessaires pour réussir à développer et à faire percer les idées nouvelles. Mexico s'est révélé un échec, Munich doit être une victoire. Pour arriver à ce résultat, il est indispensable de sortir des chemins battus. Pour éviter de refaire des fautes et pour garantir la meilleure préparation possible, les partis intéressés doivent être amenés à un échange d'idées franc et cordial. Peut-être que le fameux dialogue portera ses fruits et nous permettra d'envisager l'avenir d'une façon beaucoup plus sereine.

DEA Heizöl
Qualität gleichbleibend

Challenge Monopol-Scholer 1969: Ein verheißungsvoller Start

Der „Challenge Monopol-Scholer" ist und bleibt der beste Maßstab, um die Breitenentwicklung der luxemburgischen Leichtathletik genau einzuschätzen. Trotzdem bis 12. Mai noch keine Veranstaltung von der Sonne begünstigt wurde, geht dennoch aus den Zahlen des „Challenge-Monopol-Scholer" hervor, daß das Saisonbedüt besser als anfangs einschätzbar ausgefallen ist. Letztes Jahr wurde bekanntlich eine Rekord-Punktezahl erreicht. Dieser Rekord läuft die größte Gefahr, bereits dieses Jahr überboten zu werden. Verbis zum 12. Mai erzielte Punktzahl mit gleichen wir nämlich die bis jetzt, d. h. derjenigen des Jahres 1968 zum gleichen Zeitpunkt, so stellen wir fest, daß 1969 bereits 155 Punkte mehr erreicht wurden. Die Zahlenbilanz der Frauenleichtathletik weist ein Plus von 50 Punkten auf.

Wenn wir nun die vorliegenden Zahlen etwas näher unter die Lupe nehmen, so kommen wir zur erfreulichen Feststellung, daß in sämtlichen Altersklassen das Total 1969 über demjenigen von 1968 liegt. Die Breitenverbesserung ist also allgemein.

CA Spora ist tonangebend in den vier männlichen Alterskategorien. Die Ueberlegenheit des hauptstädtischen Vereins kommt besonders klar in der Juniorenklasse zum Vorschein, wo Spora fast soviel Punkte als alle anderen Vereine zusammen gesammelt hat. Spora verbessert sich in allen Kategorien und weist im Total ein Plus von 245 Punkten gegenüber dem Vorjahr auf. CA Fola büßt 73 Punkte ein, CA Schifflingen verliert 55 Punkte, CA Düdelingen bleibt um 54 Punkte unter seinem letztjährigen Ergebnis, während sich CA Luxemburg um 17, CAE Grevenmacher um 13 und Red Boys um 31 Punkte verbessern konnten.

Man könnte weitere Vergleiche in den verschiedenen Altersklassen anstellen. Begnügen wir uns festzustellen, daß überraschenderweise der CA Düdelingen bis zum 12. Mai noch keinen einzigen Punkt in der Minimes-Klasse errungen hat. Ein beängstigendes Zeichen.

Die größte Ueberraschung verzeichnen wir jedoch in der Juniorinnen-Klasse, wo nicht, wie allgemein erwartet, der CA Spora, sondern der CA Düdelingen vorläufig die Führung übernommen hat. Er verdoppelt fast sein Punktetotal in der Frauen-Leichtathletik.

Einige Athleten haben bereits tüchtig Punkte für ihren Verein eingeheimst. In der Seniorenklasse sind Bigelbach und Schleck mit je 17 Punkten tonangebend, in der Junioren-Kategorie brachte Roby Rippinger es bereits auf 37, vor Moris (23), bei den Cadets liegt Schiltz mit 39 Punkten in Führung vor Feltz (32) und Wiltgen (29), in der Minimes-Klasse überragt Clement mit 40 Punkten (er ist der bisher erfolgreichste Punktesammler) vor Chantalat (31) und Kaiser (28). Zita Baum liegt in der Frauenklasse mit 16 Punkten an der Spitze, während bei den Juniorinnen Quaring mit 28 Punkten vor Gales und Urbani (20) in Führung gegangen ist.

Und nun hier der Stand des „Challenge Monopol-Scholer" am 12. Mai 1969 :

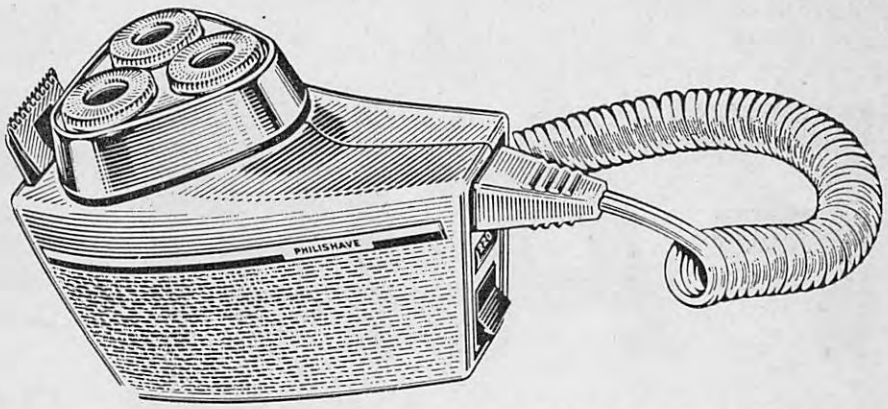
„Challenge Monopol-Scholer" masculin:

	Minimes	Cadets	Juniors	Seniors	TOTAL
Spora	116	167	177	134	594
Fola	60	107	41	64	272
CAL	87	79	43	20	229
CAS	75	42	50	6	173
CAD	—	31	66	61	158
CAEG	10	21	—	—	31
Red Boys	6	10	—	15	31
Standard	—	11	—	—	11
TOTAL	354	468	377	300	1.499

„Challenge Monopol-Scholer" féminin:

	Juniors fém.	Dames	TOTAL
Spora	87	70	157
CAD	111	—	111
CAS	18	15	33
UAP	13	—	13
CAEG	11	—	11
Fola	7	—	7
CAL	5	—	5
TOTAL	252	97	349

PHILISHAVE
Der meistverkaufte
Elektro-Rasierer
der Welt !



PHILIPS

Der neue PHILISHAVE 3

rasiert am glattesten dank seiner 180 ultra-feinen Spalten !

rasiert am sanftesten dank seiner 3 schwebenden Scherköpfe und seiner Fähigkeit, 5 Millionen Schnitte pro Minute zu vollbringen !

rasiert am schnellsten weil er mit 3 Köpfen die größte Oberfläche einnimmt und seine 18 Messer 5000 mal pro Minute herumdrehen !

Dazu eingebaute Schere, Spannungswähler und Kontaktknopf

für nur 995.- Franken

Andere Modelle von : 595.— 845.— und 495.— Fr. (auf Batterien)
Vorführung bei Ihrem Elektriker. — Katalog PHILIPS : 11, bd de la Foire — Tél. 4 04 81



Generalvertretung und Importateur

Lucien Hayardt

LUXEMBURG-STRASSEN
49, route d'Arlon - Téléphones: 31 80 91 et 31 80 92

AFCO

VOUS PROPOSE
Sa gamme de produits d'étanchéité
pour toitures plates,
l'isolation des murs, terrasses,
escaliers ou douches
Matériaux à base de cuivre,
aluminium et plomb
Matériaux conventionnels à base
de feutre ou coton

Pour tous renseignements
adressez-vous à

AFCO
Division de Circuit Foil S. A.
WILTZ (Luxembourg)
Tél. 9 67 67 / 81 / 91

FAM

Fonderies et ateliers de Mersch S. A.

Services des ventes
5, rue de l'Industrie
Luxembourg
Téléphone: 48 15 25
Télex: FAMLUX - LUX 203
C. post.: Luxembourg 2072

Compresseurs
Pompes
Robinetterie
Installations de pompages automatiques
Purgeurs
Pièces en fonte
Réparations
Etudes
Montages

Société anonyme des

Chaux de Contern

Siège administratif: **Luxembourg**
22, boulevard Royal

Usines à Contern et à Bertrange

Tous les articles en béton pour l'industrie et la construction

CHROMOLITH-IMPERMA
revêtements en tous genres pour extérieur et intérieur

CHROMOPLAST
enduit décoratif mural pour intérieur

CHROMOPAINT
revêtement - peinture imperméable

PLECO
plaques et hourdis légers isolants

DUROCRET
planchers industriels brevetés à haute résistance contre l'usure

Comptoir de vente des Usines ci-dessus

S. A. **„MATERIAUX"**
22, bd Royal - Tél. 47 20 51

Association momentanée

Scholtes et Brauch

MERTZIG - WILTZ
ETTELBRUCK - Téléphone 8 20 87
7, rue Prince Jean

Travaux de génie civil et de construction

Impr. Coopérative Luxembourgeoise, Esch-sur-Alzette