

Bewegungsmelder

Allgemeines

christoph.etzlstorfer@jku.at



Ein Bewegungsmelder meldet Bewegungen. Dieser hier meldet Bewegungen von Sportlern und Funktionären des RSC heindl OÖ.

Der Bewegungsmelder ist das Informationsblatt des RSC heindl OÖ und wird Mitgliedern und Freunden des Vereins per email zugesendet. Berichte und Beiträge sind jederzeit willkommen.

ZVR Nummer 570570582

Der Schwerpunkt dieser Ausgabe liegt beim Handbikesport.

Diese Bilder stammen aus Heidelberg, wo auf Rollstuhlparkplätze noch besonders hingewiesen wird.

Beim Marathon in Heidelberg kann man gut erkennen, wie stark dieser Sport inzwischen geworden ist. Am gleichen Wochenende

fand in London ein Europacuplauf statt, trotzdem waren bei diesem Traditionsrennen (erste Austragung 1989) über 150 Fahrer am Start.

Weitere Berichte kommen vom Basketball, Rugby, Leichtathletik und Triathlon.

Austria ULTRA TRIATHLON

Bericht: Gerhard Hochmayr

„Die Hölle von Moosburg“ 07.06.2007 so wurde der extrem Triathlonbewerb vom Veranstalter bezeichnet. Von der 1. bis 5fachen Ironman Distanz wurde alles geboten. Zwei RSC heindl Sportler waren am Start. Walter Ablinger im 10ner Team zum 5fach Ironman, und Gerhard Hochmayr solo zum 1fach Ironman.



Nach mehr als einem halben Jahr intensiver Vorbereitung das heißt 3-4 mal die Woche

Schwimmen, dasselbe mit dem Handbike und natürlich das Training ab und zu mit dem Rennrollstuhl nicht zu vergessen. Nun war es soweit, ich ging zum Ironman an den Start. 3,8km Schwimmen, 180km (750hm) Handbike und zum Schluss einen Marathon 42,2km mit dem Rennrollstuhl.



Um 7:00 war der Start und es ging los mit 7 Runden schwimmen im Teich, den ich nach 1Std 52min Schwimmzeit verlies, es war genau die Zeit die ich mir vorgenommen hatte, leider brauchte ich dann in der Wechselzone um 6min länger als geplant und so ging ich mit leichter Verspätung auf die Radstrecke. Ich fühlte mich sehr gut und versuchte sofort in einen Rhythmus zu kommen in dem ich mich wohl fühlte um vielleicht etwas Zeit wieder gut zu machen. So fuhr ich Runde für Runde und nach 60km war ich wieder auf meiner Sollzeit was mir von meiner Frau und treuen Betreuerin Elke vom Straßenrand mitgeteilt wurde. Leider musste ich einige Runden später dann doch dafür Tribut zollen, so musste ich etwas von der Geschwindigkeit rausnehmen und nach ca. 100km war mir klar dass ich mein selbst gestecktes Ziel mit 13 Stunden nicht erreichen würde. Egal es war mein erster Ironman und zu finishen war das große Ziel und so kam ich nach genau 8:00:10Std in die Wechselzone für den Rennrollstuhl wo es vom leichten Regen plötzlich zu schütten begann, da die Zeit mittlerweile zweitrangig war wollte ich den ärgsten Regen im Zelt abwarten doch nach 45min und keiner Besserung in Sicht ging ich dann auf die Laufstrecke. Es war brutal schwer zu fahren ich bekam überhaupt keinen Grip auf meinen Greifreifen und rutschte nur durch, zu meinen

Glück befanden sich im 5fach Ironman Team zwei sehr erfahrene Rennrollstuhlfahrer Georg Schratenecker und Markus Schmoll, Georg der mir nach dem Rennen sagte „ Ich konnte dir nicht mehr zuschauen“ holte mich von der Strecke und präparierte meine Handschuhe gemeinsam mit dem Team von der Fa. Mayrhofer, in dem sie Schleifpapier auf die Grifffläche aufklebten.

So ging es dann nach einer nochmaligen Zwangspause von ca. 20min weiter. Doch jetzt konnte mich nichts mehr aufhalten, der Regen wurden die letzten 7 Runden dann noch einmal stärker, doch ein paar unverwegene Zuschauer am Rand der Strecke hielten bis zum Schluss aus und zählten unaufhörlich mit mir Runde um Runde herunter.



Das Ziel nach 14 Stunden 48 Minuten 40 Sekunden, ein unbeschreibliches Glücksgefühl die ganzen Anstrengungen und vorhergegangenen Qualen fielen plötzlich von mir ab und ich war nur noch glücklich.

Herzlichen Dank an alle die mir auf dem Weg zu diesem Ziel geholfen und mich dabei unterstützt haben, aber vor allem an Elke meine Frau und Betreuerin den solche Leistungen sind nur im Team möglich.

Ultra Triathlon als Teambewerb

www.ablinger.eu Walter

Wie schon vom „Ironman aus Engerwitzdorf“ angekündigt, bin auch ich im Triathlonbewerb in Moosburg (Knt) gestartet. Übrigens, vollsten Respekt und Anerkennung über die von Gerhard Hochmayr erbrachte Leistung.

Unser Team, das Schwalbe/Panaceo Team bestand aus fünf Nichtbehinderten Freizeitsport-



lern (Daniela Rak, Nicole Metz, Karl Frank, Othmar Altman und Manfred Malle) und fünf Rollstuhlfahrern (Barbara Sima, Alexander Rak, Georg Schrattenecker, Markus Schmolli und mir).

Unser Ziel war es, die Distanz des fünffachen Iron Man, also 19km Schwimmen 900km Radfahren und 211km auf der Laufstrecke unter 50 Stunden zu schaffen.

Da einige von uns schon beim Schwimmen nicht richtig in den Rhythmus kamen, und die Kälte des Teiches unterschätzten, konnten wir den ersten Teil des Bewerbes gerade noch in der vorgegebenen Karenzzeit bewältigen. Wir benötigten für die Schwimmstrecke 06:46:10 Std. Nach weiteren 25:17:52 Std. auf der Radstrecke wurde die Strasse für den öffentlichen Verkehr freigegeben und wir Rollifahrer mussten den Radbewerb, die verbleibenden 108km von insgesamt 900km auf der noch abgesperrten Laufstrecke fertig fahren (Gesamtzeit Radstrecke 29:17:52 Std.) Das ist ein errechneter Schnitt von 30,73km/h. Der Laufbewerb wurde größtenteils von uns Rollstuhlfahrern bewältigt. Für die 211km brauchten wir schlussendlich 13:50:53 Std. (Schnitt 15,25km/h).

Mit insgesamt 48 Stunden 54 Minuten und 55 Sekunden erreichten wir nicht nur unser gestrecktes Ziel, nein, wir schafften mit dieser Zeit auch eine WELTBESTLEISTUNG über die 5-fache Ironman Distanz. Kein Team der

Welt hatte die gesamt 1130 km schneller geschafft als wir.

Weitere Infos gibt's auf der extra für den Bewerb angelegten Homepage

www.ultratriathlonteam.at

Dank geht an das gesamte Betreuersteam (vom Koch über das Team der Fa. Maierhofer bis zu den Team Managern Günther und Hannes Mirnig) und natürlich allen Firmen, die uns dabei Unterstützt haben.

OÖ - Landesmeisterschaft LA

Rene Schwarz

Am Samstag dem 09. Juni fand im Alpenstadion in Vöcklabruck die OÖ Landesmeisterschaft - LA statt. Vom RSC nahmen heuer leider nur 5 Sportler teil. Neben Alex "JJ" Höglinger, Martin Weinmayr, Rene Schwarz war auch erstmals Esteban Grieb teil. Der in der Klasse F33 startende Grieb wird womöglich der neue Stern am LA-Sektor aus OÖ Sicht werden. Der Tag begann dem 100m Lauf, den „JJ“ mit 23,81 Sek. vor Martin, Rene und Gerald Hohensinn (VSV Attnang) souverän gewann. Danach kam der Diskusbewerb, den Rene gerade noch vor „Altmeister“ Luis Grieb gewann. Die Platzierungen 3 und 4 gingen an Rene und an Alex. Den Kugelbewerb gewann dann Rene erwartungsgemäß mit 7,16m vor Alex und Martin.



Schon beim Diskus konnte Esteban in seiner Klasse einen neuen Österreichischen Rekord aufstellen und somit seine Kongurrenten auf die Plätze verweisen. Mit 15,35m stellte er die Bestmarke und erhöhte somit den Rekord um 6,54m. Auch den Kugelbewerb gewann Esteban und auch hier mit neuem Österr. Rekord. Mit 6,51m und sichtlicher noch möglicher Leistungssteigerung wird er hier wohl in Zukunft noch mehr Erfolge feiern können.

Die gesamte Meisterschaft war gut durchorganisiert und es gab keinerlei gröbere Verletzungen. Bis auf die Kampfrichter die leider teilweise immer noch keine Ahnung vom Behindertensport haben, war uns zumindest der Wettergott gut gestimmt und es war mit etwa 30 Grad ein sehr heißer Tag.



Ein herzlicher Dank gebührt dem OÖBSV und allen Helfern die an dieser Meisterschaft beteiligt waren.

EM Rollstuhlrugby in Espoo Finnland

Max Stroblmair

Christian Wagner und Max Stroblmair die mit dem Team Upper Austria erst vor 3 Wochen die Rugby Frühjahrsrunde gewonnen haben, sind am 2.6 mit dem Österreichischen Nationalteam zur Rugby EM gefahren.

Da zwei Spieler auf Grund von Verletzungen nicht mitfahren konnten, war das Ziel den achten Platz zu halten, und gute spannende Spiele zu absolvieren. Leider war die Gruppe mit GB, Belgien, Finnland, Schweiz und Irland zu stark und wir konnten nur gegen die Iren gewinnen. Somit landeten wir auf dem 5 Gruppenplatz das zugleich bedeutete im besten Fall nur mehr 9 zu werden. Das Kreuzspiel gegen die Tschechen gewannen wir klar, und freuten uns schon auf das Spiel gegen Dänemark, die Ihr Spiel gegen Irland gewannen. Österreich Dänemark, Spiel um Platz Neun und Zehn! Wir begannen gut und konnten uns mit viel Druck beim Pressen eine Führung von 3 Toren erspielen. Leider verloren wir diese genau so schnell wie wir sie gewonnen hatten, und lagen das ganze Spiel mit 2 Toren zurück.

Die letzte Minute mit einem Tor Rückstand: Am Feld waren Edi, Michi, Christian (Mudi) und Max. Dänemark hatte Einwurf im Vorfeld. Edi und Michi (beide aus der Stmk) hatten die Aufgabe den besten Spieler der Dänen zu stoppen, was auch gelang, Mudi hielt den Low Pointer weg, und Max spielte eins gegen eins, der Plan ging voll auf und Dänemark konnte den Ball nicht richtig einwerfen. Das Ziel für Österreich war nun das letzte Tor zu schießen um in die Over Time zu kommen. Bei 8 sek. vor Spielende gelang uns das auch, und die ansage von der Bank zurück in den Key zu fahren war das einzig richtige. Dänemark probierte einen langen Paß der von Max an der Mittellinie abgefangen wurde und im Sprint auf das Gegnerische Tor zu fuhr, Mudi der die Situation richtig erkannte kam ebenfalls mit Volldampf angerauscht. Nachdem der Low Pointer und der Einwerfer Max stoppen konnten, kam der Paß auf Mudi der mit der Schlußsirene das Tor zum Sieg machte. Kampfgeist, Teamwork, konzentriertes Spiel und der Wille zum Sieg zahlten

sich aus, und ich bin stolz ein Spieler des Österreichischen National Teams zu sein.

Bei der Party am Abend bekam Max Stroblmair die Auszeichnung zum MVP (wertvollster Spieler).

Danke den Betreuern Steffi, Eva und Mario

Meyra Cup Wien

martin.weinmayr@gmx.at

Auf Einladung des ABSV Wien nahmen die Rebound Warriors des RSC heindl am 16.6. am Meyra Cup in Wien teil. Neben den Mannschaften aus Wien und Oberösterreich war Wien noch mit der Jugendmannschaft Dolphins Juniors vertreten. Die weiteren Teilnehmer waren die Flink Stones aus der Steiermark, die Langenhagen Bears aus Deutschland und Hobit Brno aus Tschechien.



Wie beim Meyra Cup üblich wird das Turnier mit 6 Mannschaften an einem Tag mit verkürzten Spielen (2*12 Minuten bzw. 2*15 Minuten in den Finalspielen) und in 2 Gruppen ausgetragen. In der Gruppe der Oberösterreicher waren noch die steirische Mannschaft und die Juniormannschaft aus Wien.

Gegen die steirische Mannschaft konnte in der gesamten vergangenen Saison kein Sieg erzielt werden. So war durch die stark ersatzgeschwächt antretenden Oberösterreicher kein Sieg zu erwarten. Das Match endete erwartungsgemäß klar mit 19:41.

Im zweiten Spiel der Warriors gegen die Juniorenmannschaft aus Wien war ein Sieg nach den ersten Spielminuten klar. So wurde zu-

nächst ein komfortabler Vorsprung herausgespielt und dann versucht Systeme und Defense in einer Spielsituation umzusetzen. Nebenbei dirigierte Coach Schwarz sein Team so, dass auch die Junioren aus Wien Gelegenheit hatten ins Spiel zu kommen und den einen oder anderen Korb zu erzielen. Kapitän Wegerer hatte in diesem Match eine der wenigen Gelegenheiten in diesem Jahr das Team vom Spielfeldrand beobachten zu können.

Als Zweiter der Gruppe galt es in der Zwischenrunde gegen den Sieger der zweiten Gruppe anzutreten. Hannes Froschauer, die neue Hoffnung für die österreichische Nationalmannschaft, konnte wegen Problemen mit seinem Handgelenk nur mehr eingeschränkt an den folgenden Spielen teilnehmen. So traten die Rebound Warriors mit 5,5 Spielern gegen die tschechische Mannschaft mit 11 Spielern an. Zudem entpuppte sich die Mannschaft aus Brünn als tschechische Nationalmannschaft, die das Turnier als Training für die Europameisterschaft nutzte und dann auch klar gewann. Obwohl die Warriors zeitweise auch mit diesem überlegenen Gegner mithalten konnten endete das Match mit einer klaren Niederlage (22:57).

Im Spiel um Platz 3 trafen somit neuerlich die Flink Stones auf die Rebound Warriors. Das Match verlief wie die erste Begegnung mit dem Unterschied, dass man dem kleinen Team aus Oberösterreich die Anstrengung aufgrund von nicht möglichen Spielerwechsel klar ansah.

Somit belegte Oberösterreich den 4 Platz in diesem Turnier. Die dadurch und den Erfolg von Alex "JJ" Höglinger im Freiwurf "Shoot Out" erzielten Preise werden von den Warriors der Tombola beim ersten RSC heindl Ball zur Verfügung gestellt.

Als Fazit zeigt sich für die nächste Saison, dass ToM Wegerer und Alex Höglinger die unverzichtbaren Spitzen der Mannschaft sind. Die Aufbauarbeit von Coach Schwarz ist unverkennbar und größter Schwachpunkt wird sicher der Mangel an Reservespielern sein.

Die Rebound Warriors bedanken sich bei der Fa. heindl für das zur Verfügung stellen eines Busses für den Transport der Sportgeräte sowie beim ABSV Wien für das toll organisierte Turnier.

WHF Weltmeisterschaft und Handbike Europacup in Parabiago / Ita

<http://www.mondialihandbike2007.com>

christoph.etzlstorfer@jku.at

Am 16. und 17. Juni fand in Parabiago in der Nähe von Mailand die WHF Weltmeisterschaft statt. WHF ist die World Handcycling Federation, die den Europacup EHC organisiert und am Wochenende auch eine Weltmeisterschaft austrug. Im August wird es in Bordeaux noch eine WM geben, nämlich die der UCI, also des internationalen Radsportverbandes. Die WMs der beiden Verbände unterscheiden sich geringfügig im Regelwerk, wobei die WHF näher an der aktuellen Entwicklung im Handbikesport ist als die UCI. Bei der WHF WM kann jeder starten ohne sich qualifizieren zu müssen, dadurch sind die Starterfelder wesentlich größer als die bei der UCI WM, die von den nationalen Verbänden besetzt wird. Von den nationalen Verbänden wird die WHF WM nicht anerkannt.



Soviel zur Vorgeschichte, und jetzt zum eigentlichen Geschehen. Vom RSC heindl OÖe waren zwei Starter dabei, außer mir war das auch noch Richard Koller aus Ennsdorf, der vom Rollstuhlrugby kommt und erst wenige Rennen gefahren ist.

Am Samstag wurde um 19:45 das Straßenrennen über 35 km gestartet. In der Division A2 (Tetra) waren 15 Fahrer am Start, innerhalb kurzer Zeit wurde die Spitzengruppe auf vier Fahrer dezimiert. In der siebten von 10 Runden attackierte Wolfgang Schattauer aus Wien und konnte sich leicht absetzen, dieses Loch konnte ich nicht mehr zufahren und wurde mit nicht ganz einer Minute Rückstand Zweiter. Einein-

halb Minuten hinter mir war Ladislav Bockor aus der Slowakei als dritter.



Richard Koller wurde in seinem ersten internationalen Rennen in der stärker behinderten zweiten Tetraklasse A1 Fünfter.

Am Sonntag um 11:00 wurde das Einzelzeitfahren gestartet. Richard Koller fuhr sehr gutes Rennen, er wurde Vierter und hat damit auf der internationalen Bühne einen sehr guten Einstand gefeiert. Hier hatte ich das perfekte Rennen und konnte über die 14 km mit einem Schnitt von über 32 km/h mit 19 Sekunden Vorsprung auf Wolfgang Schattauer gewinnen. Dritter wurde der Schweizer Franz Weber.



Diese Veranstaltung war mit großem Aufwand organisiert, beim Zeitfahren hatte jeder Fahrer eine eigene Motorradbegleitung. Es gab beeindruckende Eröffnungs- und Abschlussfeiern, die Siegerehrung erfolgte auf einer Bühne vor großem Publikum.

Handbike Europacup in Louny

christoph.etzlstorfer@jku.at

Am 30. Juni fanden in Louny Tschechien zwei Läufe zum Handbikeeuropacup statt. Am Vormittag wurde auf einer sehr selektiven Strecke

ein Einzelzeitfahren über 17 km ausgetragen, am Nachmittag auf einem engen verwinkelten Stadtkurs ein Kriterium über 40 min plus eine Runde.



Vom RSC heindl OÖ waren drei Fahrer dabei. Joe Sederl belegte in der Division B (Para) im Zeitfahren und im Kriterium Plätze im Mittelfeld, wobei er vor allem nach Nachmittag im Kriterium einen sehr guten Lauf hatte.



Richard Koller nutzte in der Division A1 (Tetra) die Abwesenheit einiger Spitzenfahrer und landete seine ersten beiden Europacupsiege.



Ich belegte in der Division A2 (Tetra, aber weniger stark behindert) zwei Mal den zweiten Platz. Im Zeitfahren wurde ich bei 8 km aus der Kurve getragen und machte über einen Randstein einen Ausflug in die Wiese. Das Vorderrad

wurde dabei leicht beschädigt, ich konnte aber nach einer kurzen Schadensaufnahme des Rennens leicht gehandicapt fortsetzen.

Wie auch in den letzten Jahren war diese Veranstaltung perfekt organisiert, dadurch nehmen auch immer mehr Fahrer teil.

Handbike Marathon Heidelberg

christoph.etzlstorfer@jku.at

www.rollstuhlmarathon.de

Am 8. Juli fand in Heidelberg der 9. Rollstuhl / Handbikemarathon statt. Auf zwei Runden entlang des Neckars wurde ein Maximarathon über 46 km ausgetragen, bei 42,2 km (der klassischen Marathondistanz) wurde die Zeit genommen, um einen Vergleich mit anderen Marathonzeiten (auch für Bestenlisten) zu haben. Über 150 Fahrer waren am Start, und das, obwohl am gleichen Wochenende in London ein Europacuplauf ausgetragen wurde. Dies spricht für die Qualität dieser Traditionsveranstaltung.



© Norbert Wilhelmi, www.event-buch.de

Vom RSC heindl OÖ waren drei Fahrer dabei.

Joe Sederl (aus Langenstein. 24. in 1:31:15) und Walter Ablinger (aus Rainbach. 25. in 1:31:16) belegten in der Division B (Para) Plätze im Mittelfeld und kamen dabei in den Bereich ihrer persönlichen Bestleistungen.

Ich konnte die Division A (Tetra) im schnellsten Rennen aller Zeiten dieser Klasse gewinnen. Meine Zeit von 1:22:47 über 46 km entspricht fast genau meiner Weltrekordzeit von Berlin letzten Jahres über 42,2 km. Die Durchgangszeit bei der Marathondistanz war 1:18:53, und

die zählt auch als inoffizieller Weltrekord. Der Weltrekord ist inoffiziell, weil Handbiken nicht zu Leichtathletik, sondern zum Radfahren gerechnet wird, wo es für diese Distanz auch keine Rekorde gibt. Da aber der Marathon für Handbiker eine gängige Distanz ist, werden trotzdem Rekordlisten und Weltranglisten geführt.



© Norbert Wilhelmi, www.event-buch.de

5. Raiffeisen Donautal Bergrennen

Walter Ablinger www.ablinger.eu

Sechs Handbiker, darunter drei vom RSC Heindl (Sederl, Hackinger und ich) fanden sich am Fr. den 13. Juli in Engelhartzell ein um die Donauleithen zu bezwingen.



Der Veranstalter des 5. Raiffeisen Donautal Bergrennen, der Freizeit Club Stadl, ermöglichte es, dass wir eine halbe Stunde vor dem Hauptfeld der Radfahrer starten durften. Wir kamen in den Genuss des relativ zeitgleichen Zieleinlaufes mit den Bikern.

Von Anfang an, konnte sich Christian Peter aus Wien schon deutlich absetzen. Er gewann die Kategorie der Handbiker in einer Spitzenzeit von 46 Min. und 31 Sek. und erreichte noch vor dem ersten Radfahrer das Ziel in Stadl. Zweiter

wurde der Niederösterreicher Willi Marek vor Ludwig Hackinger aus St. Georgen bei Obernberg. Als bester RSC Heindl Sportler, hat er den zweiten Rang um nur 22 Sek. verpasst.



Bis ca. 2,5km vorm Ziel, konnte ich die zweite Position halten, Marek und Hackinger waren aber sichtlich in einem besseren Zustand als ich und ich musste sie ziehen lassen. Ich benötigte für die 10km lange und über 420hm führende Strecke 1:04:26.

Auch Robert Huemer aus Schönau und Sederl Josef aus Langenstein überquerten die Ziellinie und erhielten für ihre Anstrengungen einen Gutschein über 10 kg frische Sauwalderdäpfel.

Termine

20./21. Juli

Handbike UCI Europacup Holzkirchen / D

28./29. Juli

EHC Hannut / Bel www.handbike.be

11. August

EHC Colmar Berg / Lux

19. August

Handbike: Kärnten läuft

20.-28. August

Handbike UCI Weltmeisterschaft Bordeaux

9. September

EHC Rotterdam www.rotterdamonwheels.nl

16. September

Wachau-Marathon www.wachau-marathon.at

30. September

Berlin-Marathon www.berlin-marathon.de

17. November

Ball des RSC heindl OÖ