

## Kurzmeldungen



Tennis-Sir Roger Federer feierte beim Hopman Cup in Perth ein erfolgreiches Comeback – er führte die Schweiz zum Sieg. Foto: AFP

## Roger Federer durfte bei Comeback gleich wieder jubeln

**Perth** – Der langjährige Tennis-Weltranglisten-Erste Roger Federer meldete sich nach halbjähriger Verletzungspause mit einem Sieg zurück. Der Schweizer gewann beim Hopman Cup in Perth 6:3, 6:4 gegen Dan Evans und legte damit den Grundstein zum Erfolg über

Großbritannien. Die Partie gegen die Nummer 66 der Weltrangliste dauerte bei der inoffiziellen Mixed-WM nur rund eine Stunde. Danach setzte sich Belinda Bencic mit 7:5, 3:6, 6:2 gegen Heather Watson durch und stellte den Sieg der Schweizer sicher. (APA)

## Vanek-Assist unter freiem Himmel

**Toronto** – Thomas Vanek verbuchte am Neujahrstag im Freiluftspiel der National Hockey League (NHL) in Toronto einen Assist für die Detroit Red Wings. Trotzdem mussten sich die Gäste am Ende im sogenannten „Centennial Classic“ den Maple Leafs vor gut 40.000 Zuschauern im BMO Field, dem Fußball-Stadion in Toronto, 4:5 nach Verlängerung geschlagen geben. Eine Niederlage setzte es auch für den Kärntner Michael Raffl, der mit den Philadelphia Flyers 3:4 nach Penaltyschießen in Anaheim verlor. (APA)



Thomas Vanek musste sich geschlagen geben. Foto: USA Today

## ÖSV-Duo bricht Tour de Ski ab

**Oberstdorf** – Dominik Baldauf und Nathalie Schwarz steigen nach zwei von sieben Etappen aus der Tour de Ski der Langläufer aus. Das Etappenrennen wird heute in Oberstdorf fortgesetzt. (APA)

## Sport im Fernsehen

**ORF eins.** 12.45/16.10 Ski alpin live. Slalom der Damen aus Zagreb. 13.50 Skispringen live. Qualifikation aus Innsbruck. 00.45 Skispringen. Highlights aus Innsbruck.

**ORF 2.** 19.55 Kurzsport.

**ORF Sport Plus.** 12.10/15.10 Langlauf. Tour de Ski live.

**ARD.** 12.10 Wintersport live.

**Eurosport.** 12.00 Langlauf live. 13.00/16.00 Ski alpin live. 14.00 Skispringen live.

**Sport 1.** 19.25 Eishockey live. DEL. Ingolstadt – Thomas Sabi Ice Tigers. 22.00 Fußball. Rückblick Bundesliga-Hinrunde. 22.30 Gooool! Das internationale Fußball-Magazin.

# „Gewichtsentwicklung geht in gefährliche Richtung“

Nicht nur Kombinierer-Trainer Christoph Eugen und Skisprung-Legende Andreas Goldberger sehen Leichtgewichts-Entwicklung im Skisprungsport.

Von Susann Frank und Benjamin Kiechl

**Innsbruck** – Eigentlich sollte das Gewichtsthema durch die Einführung der Body-Mass-Index-Regelung vom Schanzen-tisch sein. Seit der Sommersaison 2012 ist ein BMI (Gewicht geteilt durch die Körpergröße im Quadrat) von mindestens 21,0 inklusive Anzug und Schuhe für das Ausnutzen der vollen Skilänge nötig.

Die BMI-Regelung wurde 2004 eingeführt und danach verschärft, um dem Magerwahn zum Jahrtausendwechsel – Tournee-Grand-Slam-Sieger Sven Hannawald war ein Opfer davon – entgegenzu-steuern. Die Weltgesundheits-organisation WHO spricht in der Spanne von 18,5 bis 24,99 vom Normalgewicht – allerdings ohne Anzug und Schuhe. Aber das ist nicht das Problem. Sondern, dass die Skispringer gar nicht mehr auf die volle Skilänge zurückgreifen wollen, die vom BMI (FIS-Tabelle seit 2012) abhängig ist.

Dies hat mehrere Gründe: Bevor beim Skispringen der gebogene Bindungsstab Usus wurde (Beginn mit den Olympischen Spielen 2010), war die maximale Skilänge wegen der Tragfläche ein Vorteil. Nur wenige Springer konnten bis dahin aufgrund körperlicher Gegebenheiten die Ski in der Luft flachstellen. Seither wird die plane Führung durch die Bindung erleichtert. Das brachte allen automatisch mehr Tragfläche.

„Man braucht die maximale Skilänge nicht mehr. Mit kürzeren Ski springt es sich auch technisch leichter. Er verzeiht dir mehr Fehler“, weiß Andreas Goldberger aus Erfahrung. Als ORF-Kameramann hebt der 44-Jährige immer noch bei der Vierschanzentournee ab. Die Einführung der Bindung war jedoch nur der erste



Zur Hochzeit von Sven Hannawald, um die Jahrtausendwende, war die Hungerdebatte rund um das Skispringen eine große. Foto: Imago

Schritt, auf den BMI weniger Wert zu legen. Die Entwicklung wieder zum leichteren Athleten nahm ihren Lauf durch die vor zwei Jahren veränderte Körpergrößenmessung. Anstatt mit geschlossenen Beinen misst man seither wegen der neuen Anzüge in hüftbreit geöffneter Bein-stellung.

„Dadurch wurden die Athleten um die 1,5 Zentimeter kleiner“, erklärte Sepp Gratzler, Material-Kontrollleur des Internationalen Ski-Verbandes (FIS). Vor dieser Saison wurde erneut neu vermes-sen. Dabei sollen laut Insi-

den einige Athleten erneut geschrumpft sein. Goldberger: „Man streckt sich bei der Abmessung nicht mehr so wie früher. Weil man so auch den Schritt des Sprunganzuges weiter runterbekommt.“ Und so sind sie kleiner, um leichter sein zu können. Der BMI bleibt im ungefährlichen Bereich, da die Körpergröße ein entscheidender Faktor für seine Berechnung ist. „Wenn ich durch die Abmessung kleiner bin, kann ich weniger Gewicht haben“, bringt es Goldberger auf den Punkt.

Die Frage, ob das Gewichtsthema wieder zunehme, be-

antwortete Goldberger eindeutig: „Ja voll, das ist logisch, der Sportler will weit springen.“ Der dreifache Weltcup-gesamtsieger und zweifache Tourneegewinner ist mit seiner Beobachtung nicht allei-ne.

Auch Österreichs Chef-trainer Heinz Kuttin spricht von „dieser Entwicklung“ seit der neuen Grundmessung. „Es gibt Nationen, die schärfer auf dieser Tendenz unter-wegs sind“, sagt der 45-Jäh-ri-ge. Das ÖSV-Team nimmt der Kärntner jedoch sofort aus. „Wir konzentrieren uns auf die dynamische Sprungweise und da ist es wichtig, dass du einen sehr guten Energie-haushalt hast. Aber man kann zum Beispiel sehen, dass Peter Prevc (Vorjahres-Tour-neesieger, Anm. d. Red.) und Kamil Stoch (Führender der Gesamtwertung, Anm.) sehr leicht sind“, sagte Kuttin.

„Das ganze System gehört wieder angepasst“, betonte Goldberger: „Diesbezüglich wäre die FIS gefordert.“

Und was sagen die Verantwortlichen? „Wir sehen die Gefahr nicht“, sagte FIS-Renndirektor Walter Hofer. Gratzler und er sprachen so-gar von der angehenden Ten-denz, wieder zur maximal er-laubten Skilänge zu greifen. „Die absoluten Gewichtszah-len kenne ich nicht“, gesteht Hofer jedoch ein. Er kennt nur die BMI-Zahlen, welche die Skilänge bestimmen. Diese sind nach logischer Denk-weise verälscht.

Das sieht auch Christoph Eugen so. Der österreichische Cheftrainer der Nordischen Kombinierer musste feststel-len, dass der Leichtgewichtstrend mittlerweile auch in der Kombination „angekom-men ist“. Warnend fügte er an: „Das Gewichtsthema geht im Skispringen wieder in eine gefährliche Richtung.“

## Mut zum Absprung

# Körpersprache widerlegt Gesagtes

Von Alexander Pointner

**Z**u Neujahr hatte ich einen ganz beson-deren Gast: Mein ehemaliger Cotrainer Marc Nölke getraute sich mit seiner Familie in unsere Ba-zillenhöhle. Mark und ich harmonieren noch immer perfekt, gaben uns gegen-seitig frei zum Fachsimpeln und G'scheit-Daherreden. Nur dass dieses Mal gelöste Stimmung herrschte. Wir beide können uns noch gut in unsere damalige Situa-tion als ÖSV-Trainer hinein-versetzen: Der enorme Druck, der Stress – die Tournee sorgt bei allen für Adrenalin pur.

Da kann es noch so gute sportpsychologische Stra-tegien geben, die eigenen Hoffnungen lassen sich

nicht verleugnen. Auch ich habe als Trainer oft ver-sucht, meine Enttäuschung zu verbergen, doch meine Körpersprache hat mich stets verraten. So nehme ich auch Michael Hayböck nicht ab, dass er mit seiner jetzigen Ausgangsposition „nicht ganz unzufrieden“ ist. Er wollte mit Sicherheit mehr! Welcher ehrgeizige Sportler möchte ständig die zweite Geige spielen? Hayböck hat mehr drauf und wird uns auch noch mehr zeigen, aber wenn Kraft zum zweiten Mal die Tournee gewinnt, dann wird das an Hayböck na-gen. Gute Freundschaft hin oder her.

Noch ist nichts ent-schieden, die Tournee ist spannend wie selten zuvor. In den letzten Jahren konn-

te sich meistens ein Athlet von seinen Konkurrenten absetzen, war dann der große Gejagte. Heute sind die drei Topfavoriten Kraft, Tande und Stoch beinahe gleich auf, und keiner darf sich einen Fehler erlauben. Eisenbichler liegt schon etwas zurück und Hayböck muss auf einen groben Pat-zer der Führenden hoffen.

Innsbruck kann eine Vorentscheidung bringen, zumal das Wetter unbe-ständig werden soll.

Für den ÖSV bringt der Bergisel einen Vorteil, die Athleten kennen die Schanze in- und auswen-dig. Vielleicht können sich dann auch Andreas Kofler und Manuel Fettner wieder steigern. Vor allem von Fettner hätte ich in Garmisch mehr erwartet.

Ein spitzzüngiger Leser kommentierte das Ganze gar mit „Haben sich die Superadler verfliegen?“. Da konnte ich mir ein Grin-sen nicht verkneifen. Die Zeiten haben sich geän-dert, die Superadler wird es nicht mehr geben.

Sie waren eine einzig-artige Kombination aus außergewöhnlicher sport-licher Leistung und einem ausgeklügelten Market-ing-konzept. Mit allen ihren Sonnen- und Schattensei-ten.

Alexander Pointner (46), erfolgreichster Skisprung-Trainer aller Zeiten, kommentiert für die TT das Schanzen-Geschehen.

alexanderpointner.at

Foto: Forcher

