

Erfahrungen in Mexico

Autor(en): **Wolf, K.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **23 (1966)**

Heft 12

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-991051>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Erfahrungen in Mexico

Dr. K. Wolf

- 39,5 (Berger, Delecour, Piquemal, Bambuck) Berlin 9. 7.
39,5 (Berger, Delecour, Piquemal, Bambuck) Budapest 3. 9.
39,5 (Berger, Delecour, Piquemal, Bambuck) Paris 1. 10.
39,6 (Berger, Genevay, Piquemal, Bambuck) Paris 9. 6.
39,6 (Berger, Delecour, Piquemal, Bambuck) Fontainebleau 23. 8.
39,6 (Berger, Delecour, Piquemal, Bambuck) Chambéry 11. 9.
39,6 (Berger, Delecour, Piquemal, Bambuck) Manosque 9. 10.

Nur einmal also sprang Paul Genevay zu Beginn der Saison für den 31jährigen Jocelyn Delecour ein, sonst hielt man konsequent an dem einmal bewährten Quartett fest.

Eindeutiges Erfolgsrezept

Das Erfolgsrezept der Franzosen liegt auf der Hand: Verzicht auf die nach der Papierform vermeintlich schnellste Staffel, in die Genevay (einmal 10,3, aber sonst schwächer) oder Bernard (10,4) anstelle von Delecour (10,5) hineingehört hätten. Delecours Erfahrung und Verlässlichkeit erwiesen sich indes geradezu als der Schlüssel zur französischen Serie. Man hielt an dieser Mannschaft auch zu einem Zeitpunkt fest, da man in Deutschland längst eine Umbesetzung gefordert hätte, beispielsweise im Juni/Juli, als Claude Piquemal noch weit von seiner Bestform entfernt und beim Länderkampf gegen Deutschland nur Vierter in 10,6 (Bambuck Erster in 10,0 bei zu starkem Rückenwind!) geworden war.

Eine Standardstaffel setzt örtliche Konzentration (Paris oder Zonenbeispiel Leipzig) und weniger Vereins- oder Verbandsegoismus voraus. Ob man will oder nicht: am Beispiel Frankreichs wird die künftige Entwicklung der Sprinterstaffeln in Europa gemessen, und wir täten gut daran, uns schnellstens anzupassen, ehe wir noch mehr den Anschluss verlieren... ■

Unmittelbar nach seiner Rückkehr stellte Dr. K. Wolf als TK-Präsident des NKEs (Nationales Komitee für den Elitesport) einen ersten Bericht über die Teilnahme einer schweizerischen Testgruppe an der 2. vorolympischen Sportwoche in Mexiko vom 6. bis 25. Oktober 1966 zusammen. Im ersten Teil hält Wolf den chronologischen Ablauf des Aufenthaltes in Mexiko im Telegrammstil fest. Die Red.

1. Tagebuchnotizen

Freitag, 7. Oktober

Im allgemeinen haben alle die erste Nacht hier gut überstanden, jedenfalls die 4 Wettkämpfer.

Es ist interessant festzustellen, dass wir Begleiter z. T. Schlafbeschwerden hatten und Müdigkeit empfanden, indessen die Wettkämpfer sich trotz eines ersten leichten Trainings ganz gut fühlten. Offenbar doch der Einfluss des Höhenlagers in St. Moritz.

Jeder absolviert ein kleines Training, etwa $\frac{1}{4}$ an Zeit und Intensität, um nicht zu übertreiben, ausser Pano Caperonis, der sich besonders gut fühlt und am Morgen ein grösseres Pensum absolviert.

Samstag, 8. Oktober

Caperonis berichtet, dass die Franzosen 3 Wochen in Font Romeux waren und sich bereits 10 Tage hier befinden; sie erleben gegenwärtig eine Art Krise, viele haben Magenbeschwerden. Dr. Krieg erklärt sich dies in der Weise, dass viele bei Stadtbummeln ausserhalb der Kontrolle der Trainer Früchte und Glacén essen und sich auf diese Weise gefährden.

Caperonis schwimmt einen Test 100 m Crawl in 58,5, eine ansprechende Zeit, klagt aber, dass er nach 70 m «keine Luft» mehr hatte.

Mumenthaler absolviert einen 600-m-Testlauf, den er mit 53,4 nach 400 m passiert und mit 1:21,6 fertigläuft; eine recht gute Zeit (mit fliegendem Start) in Anbetracht seiner 600-m-Bestzeit von 1:18,5.

Brühwiler trainiert nach Angaben von Jack Günthard jeweils eine Hälfte der Übungen. Es fällt aber auf, dass die Russen, überhaupt die Wettkämpfer aus den Oststaaten, schon jetzt nur noch die Endformen

trainieren, besonders im Kunstturnen.

Im allgemeinen ist über den Gesundheitszustand zu sagen, dass sich die Athleten wohlfühlen und keine Beschwerden haben. Das Training am zweiten Tag lief schon auf ziemlich hohen Touren. St. Moritz hat sich zweifellos gelohnt.

Sonntag, 9. Oktober

Bretholz und Mumenthaler absolvieren im Stadtpark ein Fahrtspiel, um nicht immer auf der Bahn bzw. im Fechtssaal zu sein. Caperonis schwimmt mit den Franzosen, er legt zwei Testläufe über 400 m ab (Bestzeit 4.32). Im ersten 400-m hat er 5.08. Er ist darüber so enttäuscht, dass er einen zweiten absolviert, sich mehr ausgibt und schliesslich, wie er mir befriedigt erzählt, die Zeit von 4.52 erreicht. Am Mittag sagt mir aber Dr. Krieg, dass Caperonis doch wieder über 5 Minuten — 5.02 — benötigte, er ihm aber 10 Sekunden unterschlug, um sein Selbstvertrauen nicht zu untergraben!

Brühwiler wollte das ganze Programm durchturnen. Es ist aber Sonntag, offenbar machen alle Pause. So arbeitet Brühwiler allein an einigen Geräten. Er absolviert die Übung am Pferdpauschen und anschliessend die Freiübung, wobei er auf 200 Puls kommt!

Montag, 10. Oktober

Brühwiler turnt das ganze Programm des 6-Kampfes durch, wobei ihn Dr. Krieg jeweils beobachtet, Pulsmessungen vornimmt und feststellt, dass er nach den Übungen bis auf 190 bis 200 Pulsschläge kommt, sich aber doch zwischen den Übungen erholt.

600-m-Testlauf von Hansueli Mumenthaler. Wir hatten gehofft, dass er eine bessere Zeit erzielen würde als beim ersten Mal. Er lief aber eine Sekunde schlechter. Durchgangszeit 400 m in 55 Sekunden,

600 m in 1:22,9. Beginn eines Leistungsabfalls am 4. Tag?
Bretholz trainiert mit den Franzosen zusammen, ebenfalls Caperonis.

Dienstag, 11. Oktober

Es stellt sich heraus, dass M. Brühwiler eine relativ schlechte Nacht hatte. Er ist um 3 Uhr erwacht, es sei ihm sehr schlecht gewesen und er hätte Durchfall gehabt. Am Morgen geht es ihm etwas besser. Es ist nun der 5. Tag unseres Aufenthaltes. Fängt die berühmte mexikanische Touristenkrankheit doch an, und zwar ausgerechnet bei ihm, der morgen einen Wettkampf hat? Wir sind etwas beunruhigt. Caperonis trainiert wiederum mit den Franzosen. Mumenthaler läuft im Stadtpark. Brühwiler trainiert leicht. Nach jeder Übung klagt er über Magenschmerzen. Ich riet ihm schliesslich, das Training abzubrechen.

Mittwoch, 12. Oktober

1. Wettkampftag. Max Brühwiler hat den Kunstturner-6-Kampf zu absolvieren.
Am Morgen absolviert Mumenthaler einen Testlauf. Wir hatten 1.54 für 800 m vorgesehen, ein Tempo, das im Wettkampf auf guter Bahn 1.50 entsprechen könnte. Es ging mir darum, dass Mumenthaler versucht, dieses Tempo wenn möglich bis 800 m durchzustehen. Er läuft die 200 m in den vorgesehenen 27, 400 m in den vorgesehenen 55,5, 600 m in den vorgesehenen 1.24. Dann aber kämpfte er sich mühsam über die Strecke. Er steigt nicht aus, wie ich es ihm empfohlen hatte, sondern läuft bis ins Ziel durch und notiert 1.56,8. Schwerwiegender ist der Erholungspuls. Er hat im Ziel nach 1 Minute 160 Puls, nach 5 Minuten 110, aber auch nach 10 Minuten noch 110. Er erholt sich folglich nicht mehr so, wie es bei ihm sonst üblich ist. — Er ist ausserordentlich enttäuscht. Dr. Krieg spricht von der Leistungskrise des 6. Tages.
Diese Zeit ist aufschlussreich, wir müssen damit irgendwie fertig werden.
Max Brühwiler ist mit uns gekommen, damit er abgelenkt wird.

Bretholz und Caperonis trainieren mit den Franzosen.
Der Kunstturnerwettkampf beginnt um 15.30 Uhr. Die Organisatoren sind der Aufgabe nicht gewachsen. Sie haben schlechte Kampfgerichte, die Übermittlung spielt nicht, man erhält nicht einmal eine Teilnehmerliste. Die Noten werden auf einem Täfelchen, das man kaum sieht, angezeigt. Im Lautsprecher wird nur spanisch angesagt. Der Wettkampf läuft schleppend. Schliesslich, gegeneinander 18 Uhr, fällt das Licht in der riesigen Halle aus. Gewaltiges Pfeifkonzert. Mehr und mehr Leute verlassen das Lokal. Schliesslich, 4 Stunden später, können die letzten zwei Turner ihre letzten Übungen absolvieren. Ohne Rangverkündung verlassen die letzten Zuschauer und die Wettkämpfer die Arena Mexicana.

Max Brühwiler ist in der dritten Gruppe mit 7 Mexikanern eingeteilt. Erstes Gerät Pferdpauschen. Aus Nervosität misslingt ihm die Übung vollständig. Er kommt dreimal zum Sitz, 7.1. Die Chance für eine gute Platzierung ist vergeben. Immerhin fängt er sich auf. Er erhält an den Ringen 8.5, touchiert allerdings beim Abgang; bei den Freibungen etwas unterbewertet 8.9; am Barren 9.05, am Reck und beim Pferdsprung je 9.1, total 51.75, womit er den 9. Rang einnimmt.

Donnerstag, 13. Oktober

Zweiter Wettkampftag mit den Schwimmwettkämpfen. Bretholz und Brühwiler absolvieren ein kleines Lauftraining in der Umgebung, Mumenthaler ein recht intensives Intervalltraining. Er muss seine Krise von gestern moralisch überwinden. Er läuft eine Serie von Tempoläufen über 100, 200, 300, 200 und 100 m mit fliegendem Start in je 11.6, 24.5, 37.5, 24.6 und mit letzter Willensanstrengung für die letzten 100 m 11.1. Er scheint wieder in besserer Verfassung zu sein. Bretholz ist nicht ganz auf dem Damm, ohne jedoch krank zu sein. Um 12 Uhr startet Pano Caperonis in der 2. Serie 100 m Crawl. Es gibt 8 Serien, die 8 Zeitbesten gelangen in den Final. — Caperonis hat in Utrecht einen neuen Rekord von

55.8 aufgestellt. Er schwimmt hier 58.5 und verpasst den Final. Er ist ausserordentlich enttäuscht und kann sich die Differenz nicht erklären. Er habe lediglich «schwere Beine» gehabt.
Dr. Krieg ist nicht verwundert. Die Untersuchung 2 Tage zuvor hatte ergeben, dass die Leistungs- und Trainingsituation von Caperonis nicht gut ist, dass es sich wie bei Mumenthaler um eine Art Formkrise handelt. Es ist der 7. Tag.
Überraschend ist ein Belgier, der 3 Tage zuvor in Mexiko eintraf und fast persönlichen Rekord schwamm, indessen er in Utrecht von Caperonis geschlagen wurde.

Freitag, 14. Oktober

Brühwiler trainiert 3 Stunden, er will sein Training nicht unterbrechen, sondern sich auf die Geräte-meisterschaft vorbereiten.
Mumenthaler trainiert im Stadtpark. Um 12 Uhr startet Caperonis im 100 m Delphin. Er schwimmt nach der schlechten Zwischenzeit von 31.5 schliesslich 1.04,8, wobei es ihm gelingt, sich als letzter für den Final zu klassieren. Im Endkampf kämpft Caperonis verzweifelt, er passiert die 50 m in 30.06, befindet sich bei 75 m in 7. Position und kämpft sich hartnäckig bis auf den 5. Platz vor. Wir sind alle recht froh und beglückwünschen ihn. Da platzt die Lautsprechermeldung herein, dass er disqualifiziert sei. Er hat nicht mit beiden Händen gleichzeitig die Zielschranke berührt, sondern, da er in einem ungünstigen Armzug stand, beide Arme im Wasser nach vorne gestossen, so dass er ungleich ankam. Der Entscheid ist hart.

Samstag, 15. Oktober

Der dritte Athlet im Wettkampf, Bretholz, hat in einer 7er Gruppe mindestens 3 Siege zu erkämpfen, um in die Zwischenrunde zu kommen. Er ist sehr nervös und verliert am Anfang unglücklich kämpfend gegen einen Mexikaner und Kubaner. Zwei Siege gegen stärkere Gegner nützen nichts, er scheidet aus. Pech hat besonders mitgespielt. Der Schiedsrichter entschied

Weltrekordflut nach den Spielen?

zweimal zu Ungunsten von Bretholz. Gleichzeitig hat Caperonis seinen letzten Wettkampf im 400 m Crawl absolviert. Zeit 4.45. Er hält den Schweizer Rekord mit 4.32. Seine Form wäre nun im Anstieg, aber es ist zu spät. 9. Rang. Es zeigt, dass man mindestens 10 Tage trainieren muss, um sich hierauf 2 bis 3 Tage erholen zu können, bevor man für den Wettkampf fit ist.

Brühwiler turnt 3 Stunden.

Am Nachmittag absolviert Mumenthaler auf dem Wettkampf-Stadion einen 400-m-Testlauf in 54,5, eine ansprechende Zeit.

Dienstag, 18. Oktober

Caperonis und Bretholz nehmen das Training wieder auf. Auch Brühwiler trainiert.

Im 800-m sind gemäss Programm 3 Serien vorgesehen.

Die 3 Serien werden bei der Chambre d'appel aufgestellt. Am Start jedoch wird umgestellt. Man ruft die Leute zusammen und bildet wegen Ausfällen im letzten Moment 2 Vorlaufserien! In der ersten Serie läuft Mumenthaler. Er startet sehr schnell und übernimmt die Spitze. 200 m in 24,5, die 400 m in 53,6, 600 m in 1.22. Ein sehr schnelles Rennen. In einem ausserordentlich harten Finish rettet Mumenthaler den 3. Rang und qualifiziert sich für den Endlauf. Zeit 1.49,9. Am 12. Tage hat Mumenthaler seine beste Form gefunden.

Mittwoch, 19. Oktober

Brühwiler, Caperonis und Bretholz trainieren wie jeden Tag.

Es regnet. Die Bahn ist schon vom Regen in der vergangenen Nacht recht weich. Im 800-m-Endlauf starten mit Mumenthaler die beiden Tschechen Jungwirth und Casal, die Franzosen Dufrésne und Veraz, die Spanier Gonzales und Esterhan. Mumenthaler übernimmt die Spitze. 200 m in 26,0, 400 m in 54,3, 600 m in 1.23,9. In der Schlusskurve wird er von den beiden Tschechen überholt, die zu einem sehr scharfen Endspurt ansetzen. In der Schlussgeraden hält er sich bis etwa 300 m vor dem Ziel an 3. Stelle, wird jedoch auf dem Zielband vom Franzosen Dufrésne abgefangen. Eine «Medaille» war in Reichweite. Zeit

Im Jahre 1968 wird eine wahre Weltrekordflut einsetzen. Diese Prognose machte, laut Spandauer Volksblatt, Woldemar Gerschler. Der Direktor des Instituts für Leibesübungen an der Universität Freiburg kann seine These an Hand wissenschaftlich-medizinischer Untersuchungen und praktischer Beispiele einleuchtend erklären. Gleichzeitig aber betonte er, dass die Weltrekorde nicht bei den Olympischen Spielen, sondern im Anschluss an sie fallen werden, wenn die Athleten aus der mexikanischen Höhe wieder nach Europa kommen und bei Sportfesten starten.

Bikila Abebe, der in Äthiopien stets in grossen Höhen trainiert, zeigte bei seinem Marathon-Olympiasieg in Rom keinerlei Ermüdungserscheinungen, und als nun Gaston Roelants von den Vorolympischen Spielen in Mexiko nach Belgien zurückkehrte, löschte er Ron Clarkes Weltrekord über 20 000 m und im Stundenlauf aus. Der französische Kraulschwimmer Alain Mosconi, der in Mexiko-City die 400 m in 4:23,8 Minuten gewann, erzielte wenige Tage später auf Meereshöhe in Acapulco mit 4:10,5 Minuten einen phantastischen Weltrekord.

Das Problem, wie man sich am besten für die Olympischen Spiele 1968 in Mexiko-City vorbereitet, besteht nach Worten von Direktor Woldemar Gerschler praktisch nicht mehr. Es hat sich im Grunde genommen in ein anderes Problem geändert, das folgendermassen lautet: Wie hoch muss ich gehen, um in der Ebene die grösste Leistung zu bringen? Die genauen Untersuchungsergebnisse des Freiburger Forschungsteams werden zwar erst im März nächsten Jahres herauskommen, doch Direktor Gerschler konnte schon jetzt einige Angaben machen. Interessant, dass die deutschen Forscher mit einer Leistungs-

minderung in Mexiko-City von nur 10 Prozent rechnen, während die Russen 20 Prozent annehmen. Gerschler ist sogar der Meinung, dass auch die volle Leistungsfähigkeit erreicht werden kann, allerdings nur von Athleten mit einer stark ausgeprägten Persönlichkeit, die sich genau an die ausgegebenen Vorschriften halten und sich von den veränderten Umwelteinflüssen nicht beherrschen lassen. In Mexiko täuschen nämlich die Gefühle, und wenn man glaubt, man bekommt keine Luft mehr, ist man noch längst nicht am Ende. Andererseits erholt man sich auch viel schneller und schwitzt nicht. Für die Olympiavorbereitungen in Mexiko gibt es drei verschiedene Möglichkeiten:

Die Athleten reisen drei Wochen vor Beginn der Spiele an, um sich an Ort und Stelle zu akklimatisieren. Die Athleten gehen in ein Höhen Trainingslager, zum Beispiel in Font Romeu, und kommen wenige Tage vorher nach Mexiko.

Die Athleten gehen in noch grössere Höhen und steigen dann ab. Die Wirkungshöhe für die Gewöhnung an den Sauerstoffmangel beginnt bei 1900 m und geht bis 2800 m.

Erstaunlicherweise erreicht man in einer Höhe von 3000 m keinen Effekt mehr, wie das Beispiel der Österreicher bei ihrer Vorbereitung für die Vorolympischen Spiele in Mexiko gezeigt hat. Das Optimum dürfte zwischen 2600 und 2800 m liegen, wobei nicht belastende Spaziergänge auch in 3000 m eingeschaltet werden können.

Diese Perspektiven wirken fast unheimlich, nicht nur im Hinblick auf die Olympischen Spiele. Was wird man noch alles tun, um die Grenzen der menschlichen Leistungsfähigkeit hinauszuschieben?

1.52,8, die beiden Spanier hinter sich, die ihn vor einem Monat in Bern schlugen.

Er erholt sich relativ rasch.

Donnerstag, 20. Oktober

Am Morgen sportmedizinische Untersuchung für alle 4 Wettkämpfer,

anschliessend gehen Caperonis und Brühwiler zum Training.

Caperonis absolviert einen 100-m-Crawltest. Er ist seit 2 Tagen erkältet, vielleicht sogar fiebrig. Zeit 1.00. Es ist kein Massstab. Am andern Tag Rückreise.