Jubel bei der Russin Gulnara Galkina. Bei der 3000 m Steeple-Premiere im Rahmen der Olympischen Spiele 2008 in Peking unterbot sie als erste Frau die 9-Minuten-Grenze.

FOTO: IMAGO

HÖHENFLÜGE DER LEICHTATHLETIK

Rekorde sind das Salz in der Suppe. Doch es gibt Rekorde und Rekorde. Wer es schafft, eine Grenze zu durchbrechen, die zuvor als unüberwindbar galt, hat seinen Platz in der Sportgeschichte auf sicher.

TEXT: **JÜRG WIRZ**

Als Paul Tergat, der erfolgreiche kenianische Langstreckenläufer, einmal gefragt wurde, auf welche Leistung er besonders stolz sei, erwähnte er nicht die fünf WM-Titel im Cross, die zwei im Halbmarathon oder die fünf Medaillen auf der Bahn, sondern seine Weltrekorde über 10 000 Meter (1997 in Brüssel) und im Marathon (2003 in Berlin). «Ein Weltrekord ist das Grösste, was ein Athlet erreichen kann. Weltmeisterschaften, Olympische Spiele: Das sind nur Titel. Ich habe immer davon geträumt, auf einer Distanz so schnell zu sein wie kein Mensch vor mir.» Andere werden argumentieren, Rekorde seien vergänglich, was von einer Karriere bleibe, seien gerade die Titel und Medaillen.

Ansichtssache. Doch eines ist sicher: Wer es schafft, eine der sogenannten Traumgrenzen zu sprengen, wird in der Sportgeschichte immer einen speziellen Platz einnehmen. Wir haben einen Countdown von 10 bis 1 zusammengestellt mit «magischen Zahlen», welche die Entwicklung der Leichtathletik massgebend beeinflusst haben.

Magische Grenzen von 10 wie Hines bis 1 wie Zatopek

10 … Sekunden über 100 Meter

Jim Hines und **Ronnie Ray** Smith (beide USA) wurden am 20. Juni 1968 in Sacramento als erste Menschen in einer Zeit von unter 10 Sekunden gestoppt. Die 9,9 waren Handzeiten. Im Olympia-Endlauf vier Monate später in Mexico City erreichte Hines mit 9,95 Sekunden die erste elektronisch gestoppte Zeit.

(Aktueller Weltrekord: 9,58 Usain Bolt, JAM, 16.08.09 Berlin. Schweizer Rekord: 10,16, David Dollé 1995)

9 … Minuten über 3000 m Steeple der Frauen

An den Olympischen Spielen 2008 in Peking durften die Frauen erstmals auch über 3000 m Steeple antreten. Damit fiel die letzte Männerbastion in der Leichtathletik. Gleichzeitig fiel auch die 9-Minuten-Grenze: Die Russin **Gulnara Galkina,** die schon zuvor den Weltrekord hielt, gewann die Goldmedaille in 8:58,81 Minuten.

(Aktueller WR: 8:58,81 Gulnara Galkina, RUS, 17.08.08 Peking.
SR: 9:57,06, Anita Weyermann 2001)

… Minuten über 2 Meilen

Paavo Nurmi, der legendäre Finne, der insgesamt neun Olympia-Goldmedaillen gewann, blieb am 24. Juli 1931 in Helsinki mit 8:59,6 Minuten unter dieser Marke, die auf den 3,218 Kilometern eine neue Epoche einleitete. Bis Mitte der Sechzigerjahre hatten die 2 Meilen einen höheren Stellenwert als die 3000 Meter.

(Aktueller WR: 7:58,61 Daniel Komen, KEN, 19.07.97 Hechtel. SR: nicht geführt)

8 … Minuten über 3000 Meter

Im August 1949 wurde der Belgier **Gaston Reiff** im schwedischen Gävle auf den siebeneinhalb Bahnrunden in 7:58,8 Minuten gestoppt. 62 Jahre später gibt es trotz verbessertem Training und Kunststoffbahnen erst 15 Schweizer, welche die damalige Traumgrenze unterboten haben.

(Aktueller WR: 7:20,67 Daniel Komen, KEN, 01.09.96 Rieti. SR: 7:41,00, Markus Ryffel 1979)

… Minuten über 3000 m Steeple

Es war am 16. August 1995 im Zürcher Letzigrund, als die Uhr bei 7:59,18 Minuten anhielt und **Moses Kiptanui** aus Kenia damit als erster Mensch die 3000 Meter mit den 28 Hindernissen und sieben Wassergraben-Überquerungen unter 8 Minuten zurückgelegt hatte.

(Aktueller WR: 7:53,63 Saif Saeed Shaheen, QAT, vormals Stephen Cherono aus Kenia, 03.09.04 Brüssel. SR: 8:22,24, Christian Belz 2001)

… Minuten über 2 Meilen

66 Jahre nach Paavo Nurmi fiel die 8-Minuten-Grenze: **Daniel Komen** aus Kenia erreichte am 19. Juli 1997 im niederländischen Hechtel 7:58,61 Minuten und reihte damit 43 Jahre nach Roger Bannisters Traummeile sogar zwei Traummeilen aneinander.

(Aktueller WR: 7:58,61 Daniel Komen, KEN, 19.07.97 Hechtel. SR: nicht geführt)

7 … Meter im Weitsprung der Frauen

Bei ihrem ersten Versuch am 18. August 1978 in Kishinyev sprang **Vilma Bardauskiene** aus der damaligen Sowjetunion 7,07 m weit; elf Tage später an der EM in Prag liess sie 7,09 m folgen. Sie hatte auch den längsten Namen: Vilhelmina Augustinaviciute-Bardauskiene.

(Aktueller WR: 7,52 m Galina Chistyakova, RUS, 11.06.88 Leningrad.
SR: 6,76 m, Irene Pusterla 2010)

… Meter im Weitsprung

Jesse Owens, der ein Jahr später in Berlin zum Leidwesen von Hitler vierfacher Olympiasieger wurde, sprang als erster Mensch weiter als 8 Meter: Am 25. Mai 1935 in Ann Arbor liess sich Owens 8,13 m messen. Er machte nur einen Sprung und stellte an diesem Tag in einer Stunde sechs Weltrekorde auf: 100 Yards in 9,4 sec, 8,13 m im Weitsprung, 20,3 sec über 220 y und 200 m, 22,6 sec über 220 y und 200 m Hürden.

(Aktueller WR: 8,95 m Mike Powell, USA, 30.08.91 Tokio. SR: 8,27 m, Julien Fivaz 2003)

1 Meile unter 4 Minuten: Roger Bannister unterbot die magische Grenze am 6. Mai 1954 in 3:59,4 Minuten.

FOTO: IMAGO

6 **… Meter im Stabhochsprung.** Erstmals von **Sergey Bubka** am 13. Juli 1985 in Paris erreicht. Danach verbesserte der Mann aus der Ukraine den Weltrekord noch ein Dutzend Mal, Zentimeter um Zentimeter (es gab jedes Mal eine Weltrekordprämie!) bis auf 6,14 m. In der Halle sprang er sogar noch einen Zentimeter höher. Inzwischen weisen 17 Athleten eine Bestleistung von mindestens 6 Metern auf.
(Aktueller WR: 6,14 m Sergey Bubka, UKR, 31.07.94 Sestriere.
SR: 5,71 m, Felix Böhni 1983)

5 **… Minuten über 2000 m**
Der Deutsche **Harald Norpoth** war es, der als Erster diese Marke knackte, als er 1966 in Hagen in 4:57,8 Minuten gestoppt wurde.
(Aktueller WR: 4:44,79 Hicham El Guerrouj, MAR, 07.09.99 Berlin.
SR: 4:54,46, Pierre Délèze 1987)

… Meter im Stabhochsprung der Frauen
Yelena Isinbayeva (RUS) übersprang am 22. Juli 2005 in London genau 5 Meter. Es war der siebte Weltrekord der Russin; inzwischen ist sie bei zwölf angelangt.
(Aktueller WR: 5,06 m Yelena Isinbayeva, RUS, 28.08.09 Zürich.
SR: 4,50 m, Nicole Büchler 2009)

4 **… Minuten über 1 Meile**
Es war am 6. Mai 1954, als der englische Medizinstudent **Roger Bannister** mithilfe seiner Freunde Chris Chataway und Chris Brasher, die ihm als Tempomacher dienten, in Oxford die 1609 Meter in 3:59,4 Minuten schaffte. In der angloamerikanischen Welt, wo auch heute noch in Meilen und Yards gemessen wird, die wohl berühmteste Traummarke.
(Aktueller WR: 3:43,13 Hicham El Guerrouj, MAR, 07.07.99 Rom. SR: 3:50,36, Pierre Délèze 1982)

… Minuten über 1500 m der Frauen
Um 5,4 Sekunden verbesserte die Russin **Tatyana Kazankina** den Weltrekord am 28. Juni 1976 in Podolsk auf 3:56,0 Minuten. Doping-Verdächtigungen sind bis auf den heutigen Tag nicht verstummt.
(Aktueller WR: 3:50,46 Qu Yunxia, CHN, 11.09.93 Bejing.
SR: 3:58,20, Anita Weyermann 1998)

3 **… Minuten in der 4 x 400-m-Staffel.**
Das amerikanische **Quartett Robert Frey, Lee Evans** (Olympiasieger 1968 über 400 m), **Tommie Smith** (Olympiasieger 1968 über 200 m) und **Theron Lewis** liess sich 1966 in Los Angeles in 2:59,6 Minuten stoppen, was einem Durchschnitt von 44,9 Sekunden pro Läufer entspricht.
(Aktueller WR: 2:54,29 USA mit Valmon, Watts, Reynolds und Johnson, 22.08.93 Stuttgart.
SR: 3:02,46 Clerc, Rusterholz, Rohr und Schelbert 1999)

2 **… Minuten über 800 m der Frauen**
Die Frau, der die Ehre zukommt, als erste 800-m-Läuferin unter 2 Minuten geblieben zu sein, heisst **Hildegard Falck.** Die Olympiasiegerin von 1972 aus Deutschland lief im Juli 1971 in Stuttgart 1:58,5. (Die elektrische Zeit betrug 1:58,45, wurde nach damaliger Regelung aber auf die nächste Zehntelsekunde aufgerundet.)
(Aktueller WR: 1:53,28 Jarmila Kratochvilova, CZE, 26.07.83 München.
SR: 1:58,90, Sandra Gasser 1987)

… Meter im Hochsprung der Frauen
Diese Marke wurde erstmals im Jahre 1977 von **Rosemarie Ackermann** aus der damaligen DDR erreicht, 65 Jahre nach dem ersten Mann (dem Amerikaner George Horine). Elf Jahre, nachdem der Amerikaner Dick Fosbury an den Olympischen Spielen 1968 die Hochsprungtechnik revolutioniert hatte («Fosbury-Flop»), sprang die Ostdeutsche immer noch mit dem Straddle-Stil (Wälzsprung).
(Aktueller WR: 2,09 m Stefka Kostadinova, BUL, 30.08.87 Rom.
SR: 1,95 m, Siegline Cadusch 1995)

1 **… Stunde für 20 km**
Der erste Mensch, der die 20 Kilometer unter einer Stunde lief, war **Emil Zatopek.** Die «tschechische Lokomotive» erreichte am 29. September 1951 in Stara Boleslav die 20 Kilometer in 59:51,8 Minuten und legte in einer Stunde 20 052 Meter zurück; zwei Wochen zuvor war er noch knapp gescheitert.
(Aktueller WR: 21 285 m Haile Gebrselassie, ETH, 27.06.07 Ostrava. SR: 20264 m, Stéphane Schweickhardt 1998)

Bemerkung: Bei Weltrekorden und Schweizer Rekorden wurde der Stand April 2011 berücksichtigt

FIT HIT
«Für natürliche Energie – die Zwischenverpflegung für Sport und Freizeit.»
Linda Fäh, Miss Schweiz 2009
Mit Dörrbirnenfüllung und Dörraprikosenfüllung erhältlich.
Jetzt bestellen auf: www.fithit.ch
ROMER'S HAUSBÄCKEREI AG
Ein Qualitätsprodukt der Romer's Hausbäckerei AG, 8717 Benken SG | www.romers.ch

BAREFOOT COLLECTION
BODENKONTAKT!
DIE MERRELL BARFUSS-SCHUHE
Gib deinen Füssen die Freiheit, lass sie den Boden spüren. Merrell Barfuss-Schuhe wecken das frische Gefühl in deinen Füssen. Du folgst dem natürlichen Instinkt - barfuss und doch geschützt.
STIMULATION
Verbindet dich direkt mit dem Untergrund.
NEUAUSRICHTUNG
Verbessert Körperhaltung und Gleichgewicht.
STÄRKUNG
Stärkt die Bein- und Fussmuskulatur.
MERRELL