

Wer gewinnt diesmal die Bavariade?

Stemmclub veranstaltet urigen Kraftvielseitigkeitswettbewerb



Wer kann Kraft, Ausdauer, Geschicklichkeit und Mut am besten miteinander kombinieren? Diesen Anforderungen stellen sich am Samstag, den 25. Juli ab 13 Uhr die Teilnehmer der Bavariade auf dem Freigelände des Stemmclubs, Sandstr. 35a (Schönbrunn) in Landshut. Der 1993 ins Leben gerufene Vielseitigkeitswettbewerb besteht aus den sechs urigen Disziplinen: Baumstammstemmen, Schubkarrenfahren, Autoziehen, Hangeln am Seil, Klimmzüge und Liegestütz. Während die ersten drei Übungen Personen mit etwas mehr Körpergewicht begünstigen, sind im zweiten Teil die „Leichtgewichtler“ im Vorteil.

Den Auftakt der Veranstaltung bildet das Baumstammstemmen. Dabei muss der ca. 50 kg schwere und mit zwei Griffen versehene Baumstamm vom Boden bis zur völligen Streckung der Arme so oft als möglich innerhalb einer Minute gehoben werden. Ob überhaupt jemand dem bisherigen Rekordhalter Tobias Stadler aus Sinzing (2008) mit 29 Wiederholungen Paroli bieten kann, wird sich zeigen.

Schubkarrenfahren wird auf einem ca. 60 m langen Parcours mit einer einem Schubkarren ähnlichen Eisenkonstruktion – beladen mit 150 kg - durchgeführt. Zahlreiche Bewerber hatten hier erhebliche Probleme, weil sie die Wirkungen der Fliehkräfte in den Kurven unterschätzten. Unerreicht sind immer noch die 1995 von Josef Zamecnik (Landshut) vorgelegten 13 Sekunden.

Das Autoziehen beendet den ersten Teil des Kräftemessens. Erst im letzten Jahr hat der Koblenzer Sebastian Zimmermann die älteste Rekordmarke in diesem Wettbewerb aus dem Jahr 1994 von Andreas Windsberger aus Arnstorf von 19 auf 17,69

Sekunden unterboten. In dieser Disziplin muss ein ca. eineinhalb Tonnen schweres Fahrzeug im „Schleptau“ über eine 30 m lange Strecke nur mit Hilfe eines am Auto befestigten Seils gezogen werden.

Die vierte Disziplin, das Seilhangeln, erfordert turnerische Qualitäten: Auf einem zwischen zwei Bäumen gespannten Stahlseil legt der Teilnehmer die ca. 10 m lange Strecke nur mit den Händen zurück. Besonders schmerzlich wirkt sich hier die auch für alle Übungen geltende Regel aus: Es gibt nur einen Versuch. Wenn jemand vorher abstürzt, darf er zwar wieder aufsteigen – die Zeit läuft aber weiter und ist kaum wettzumachen. Als Schnellster präsentierte sich 2014 mit neuer Bestzeit wieder ein Koblenzer: Sergej Lebsack mit 7,44 Sekunden.

Die einzige Übung, in der das Zeitkontingent von einer Minute kaum voll ausgenutzt wird, ist der vorletzte Kraftakt, die Klimmzüge. Viele der Teilnehmer – vor allem die schwereren – stiegen deutlich früher vom Reck. Spitzenreiter ist seit 2013 der Regensburger Paul Hölter mit 34 Ausführungen.



Sergej Lebsack

Das Finale bildet die Liegestütz. Auch hier steht exakt eine Minute zur Verfügung. Das Startkommando wird erst dann erteilt, wenn die Arme gestreckt sind und der Körper eine Gerade bildet. Die richtige Tiefe bestätigt ein akustisches Signal. Jemand, der die Bestmarke des Koblenzer Sergej Lebsack mit 62 Wiederholungen – auch im letzten Jahr aufgestellt - angreifen möchte, braucht nach den kräfteaubenden Vorübungen noch deutliche Kraftreserven.

Alle bisherigen Gesamtsieger hatten mit dem Kraftsport zu tun. Schafft es 2015 erneut ein Kraftdreikämpfer an die Spitze wie der letztjährige Sieger Lukas Rydzynski (Landshut) und reiht sich ein in die Siegerliste mit Klaus Rost (Eberstadt), Florian Sauerer (Landshut) und Tobias Stadler (Sinzing). Oder tritt endlich wieder ein Gewichtheber in die tiefen Fußstapfen von Josef Zamecnik (Landshut), dem vier aufeinanderfolgende Siege gelangen? Auch Bodybuilder Robert Ossner (Landshut) könnte einen „Nachfolger“ brauchen, schließlich war er bisher der einzige seiner Sportart. Gewinnt diesmal ein „Außenseiter“, einer der nicht aus dem Wettkampflager des Kraftsports stammt, vielleicht einer, der turnerische Talente mitbringt, wie 2013 der Regensburger Paul Hölter? Man wird sehen!

Auch heuer ist das Teilnehmerfeld bunt gemischt. Einer aber, der bereits letztes Jahr mit drei Einzelsiegen für Aufsehen sorgte, zwei Rekorde ablöste und in der Gesamtwertung durch einen Sturz beim Autoziehen die Chance auf den Gesamtsieg vergab, zählt dieses Jahr auf jeden Fall zu den Topfavoriten der Veranstaltung: Vollkontaktkämpfer (Mixed-Martial-Arts) Sergej Lebsack, der als Mitglied des starken Koblenzer Teams um Hans-Peter Nett nach Landshut kommt.

Dr. Karl Greiner