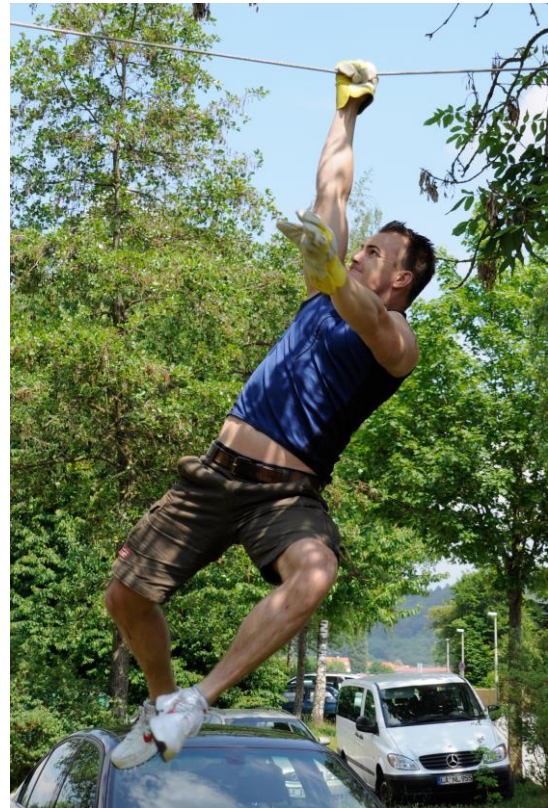


Wer gewinnt 2012 die Bavariade?

Stemmclub veranstaltet urigen Kraftvielseitigkeitswettbewerb

Wer kann Kraft, Ausdauer, Geschicklichkeit und Mut am besten miteinander kombinieren? Diesen Anforderungen stellen sich am 19. Mai 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, Autoziehen, Schubkarrenfahren, 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.



Vorjahressieger Alexander Denk

Die älteste Rekordmarke in diesem Wettbewerb überhaupt stammt aus dem Jahr 1994. Damals rannte Superschwergewichtler Andreas Windsberger aus Arnstorf in 19 Sekunden mit einem ca. 1400 kg schweren Fahrzeug im „Schlepptau“ über die ca. 30 m lange Strecke. Das einzige Hilfsmittel dabei ist ein am Auto befestigtes Seil.

Das Schubkarrenfahren beendet den ersten Teil des Kräftemessens. Die Route auf dem ca. 60 m langen Parcours mit einer einem Schubkarren ähnlichen Eisenkonstruktion – beladen mit 150 kg - haben schon zahlreiche Bewerber verlassen müssen, weil sie die Wirkungen der Fliehkräfte in den Kurven unterschätzten. Unerreicht sind die 1995 von Josef Zamecnik (Landshut) benötigten 13 Sekunden.

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, gibt es in dieser Übung keinen einzigen Punkt. Hier haben – wie auch letztes Jahr – haushoch in Führung liegende ihren Gesamtsieg verschenkt. Der Schnellste bisher war der Eberstädter Klaus Rost mit 8,81 Sekunden, aufgestellt 1997.

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 1997 Udo Bauer aus Würzburg.

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 Ambergers Patrick Schiffner mit 61 Wiederholungen – 2008 aufgestellt - angreifen möchte, braucht nach den kräfteaubenden Vorübungen noch deutliche Kraftreserven.

Eine Prognose hinsichtlich des Favoriten lässt sich nicht aufstellen, zumal das Teilnehmerfeld zu diesem Zeitpunkt noch nicht feststeht.

Rückblickend ist interessant, welche Sportler aus welchen Sportarten Gesamtsieger wurden. Bisher hatten alle mit dem Kraftsport zu tun.

Schiebt sich 2012 erneut ein Kraftdreikämpfer an die Spitze wie der letztjährige Sieger Alexander Denk und reiht sich ein in die Siegerliste mit Klaus Rost, Florian Sauerer und Tobias Stadler. Oder tritt endlich wieder ein Gewichtheber in die tiefen Fußstapfen von Josef Zamecnik, dem vier aufeinanderfolgende Siege gelangen? Auch Bodybuilder Robert Ossner könnte einen „Nachfolger“ brauchen, schließlich war er bisher der einzige seiner Sportart. Schafft es diesmal endlich ein „Außenseiter“, einer der nicht aus dem Wettkampflager des Kraftsports stammt, vielleicht einer, der turnerische Talente mitbringt? Man wird sehen!

Der Stemmclub mit dem frischgebackenen Abteilungsleiter (Fitness) Willi Hess und seinem Team freut sich auf ein gemischtes Teilnehmerfeld und gute Witterungsbedingungen.

Dr. Karl Greiner