

Sodbrennen Magendruck Völlegefühl



Dieser Herr ist die Ruhe selbst und richtig nett. Dabei stehen auf seinem Schreibtisch 3 Telefone und er beschäftigt ein ganzes Zimmer voll Sekretärinnen. Wie er das macht? Er fühlt sich wohl – auch sein Magen ist die Ruhe selbst. Seine Frau steckt ihm jeden Morgen ein paar Rennie in die Tasche.

Rennie

beugt vor. Rennie

räumt den Magen auf

Beim Lutschen werden die Wirkstoffe von Rennie fein dosiert dem Magen zugeführt, unterstützen die Magenarbeit und beugen übersäuerter Magen-säure vor.



Rennie

einzelverpackt – immer griffbereit
einfach lutschen
schmeckt angenehm wie Pfefferminz

seh-Kameras. Das Mädchen hat von seinem Vater, einem früheren Flensburger Schachmeister, sogar komplizierte Eröffnungen über 15 bis 18 Züge gelernt.

Nach zehn Partien und sechs Siegen in Streichmühle war Jutta Hempel jedoch erschöpft. Die ausstehenden Spiele beendete ihr Vater.

LEICHTATHLETIK

WURFGERÄTE

Kürzer, schwerer, teurer

Seit 70 Jahren strebten Athleten das olympische Rekordziel an: Schneller, höher, weiter. Zur Zeit beraten von der Sowjet-Union bis zu den USA Experten darüber, wie neue Höchstleistungen am sichersten zu verhindern sind.

Denn die vorgeschriebenen Athletik-Arenen sind für die unausbleiblichen Leistungssteigerungen mit Hammer, Speer und Diskus zu kurz.

Eine Kommission des Internationalen Leichtathletik-Verbandes (IAAF) prüft deshalb, ob das Gewicht der Wurfgeräte erhöht werden soll.

Schon einmal mußten die Funktionäre die Entwicklung der Wurfrekorde aufhalten. Der spanische Speerwerfer Felix Erausquin hatte 1956 den damaligen Weltrekord mit Hilfe einer pfiffigen Stil-Abweichung übertroffen. Er hielt den Speer auf dem Rücken und wirbelte wie ein Diskuswerfer um die eigene Achse, bevor er den Sportspieß durch seine seifengeglätteten Hände fortschleuderte. Im Schleuder-Stil erzielten Werfer Weiten von mehr als 100 Meter. Der Internationale Verband verbot die „spanische Mißgeburt“ (so der frühere finnische Weltrekordler Matti Järvinen).

Doch auch im klassischen Wurfstil übertrafen immer mehr Werfer Erausquins Weiten. Modernes Krafttraining verhalf ihnen zum Bizeps vom Umfang einer Mannequin-Taille. US-Weltrekordler O'Brien erreichte beispielsweise einen Oberarmumfang von 59 Zentimetern. Zudem entwickelten Geräte-Konstrukteure wie der Amerikaner Franklin („Bud“) Held Speere mit immer günstigeren Flugeigenschaften.

So stiegen die Weltrekordweiten in den letzten 30 Jahren

- ▷ im Speerwerfen um 19 Prozent auf 91,72 Meter,
- ▷ mit dem Diskus um 24,5 Prozent auf 66,07 Meter und
- ▷ im Hammerwurf um 27,5 Prozent auf 73,74 Meter.

1955 überwarfen erst zwei Speerwerfer die 80-Meter-Marke, 1965 waren es schon 20. Vor neun Jahren wuchtete der erste Hammerwerfer sein Gerät über 66 Meter. 1965 warfen zwölf Werfer weiter, drei davon schon mehr als 70 Meter.

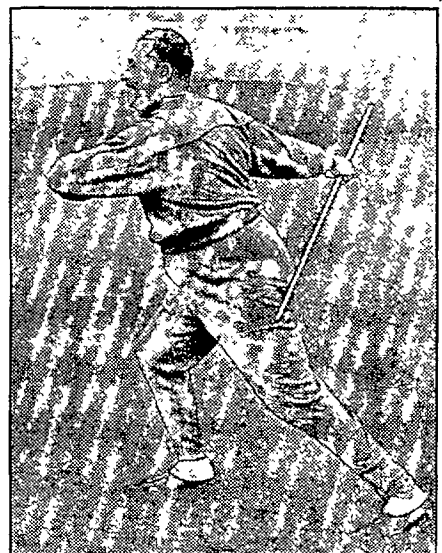
Häufig gefährdeten die Weitwerfer unaufmerksame Kampfrichter, leichtsinnige Zuschauer oder Sportkollegen. Der Speer des Polen Janusz Sidlo bohrte sich bei einem Weltrekordwurf in Jena in die Anlaufbahn der Stabhochsprung-Anlage. In Hamburg tötete ein

Seit 1959 werden Laufrekorde nur auf 400-Meter-Rundbahnen anerkannt. Diese Bestimmung begrenzt zugleich die Innenräume für die Wurf-Wettbewerbe auf 90 bis 100 Meter Länge.

Speer den Kampfrichter Heinz Jürgen Vogt. Bei den Europameisterschaften 1958 in Stockholm verpaßte der Ungar Szecsenyi die richtige Abwurf-Richtung. Sein Diskus prallte auf eine mit Kampfrichtern besetzte Plattform. Der US-Hammerwerfer Harold Connolly schleuderte den Hammer einmal auf das Dach eines parkenden Wagens. Den ersten 60-Meter-Diskuswurf vermochten amerikanische Kampfrichter in Victorville nicht auszumessen. Die Wurfscheibe war jenseits des Innenraumes in einem Graben gelandet.

Eine Verengung des Speerwurf-Sektors auf 28 Grad (Diskus, Hammer: 90 Grad) bot keinen absoluten Schutz vor verrissenen Geräten, erhöhte aber die ungünstigen Würfe, die außerhalb der Begrenzung landeten. Das auf Speerwurf-Fragen spezialisierte Mainzer Institut für Leibesübungen soll jetzt erproben, wie sich schwerere Speere auswirken.

Fest steht bereits: Alle Wurfgeräte würden wegen des erhöhten Materialaufwands teurer. Vereine und Ver-



Spanischer Speer-Schleuderer Erausquin
Kein Platz für neue Rekorde

bände mußten sich zudem neu ausrüsten. Disken (Gewicht: zwei Kilo) kosten zur Zeit bis zu 60 Mark, Held-Speere 260 Mark, Spezialhämmer, in denen Wolfram verarbeitet ist, sogar 460 Mark.

Der französische Rekordler Michel Macquet warnte aus anderem Grund davor, das Speergewicht von 800 Gramm etwa auf ein Kilo zu erhöhen: „Das wird schwere Ellenbogen-Verletzungen hervorrufen.“ Überstrapazierte Schulter- und Ellenbogen-Gelenke hinderten die meisten der weltbesten Speerwerfer zeitweise am Wettkampf. Der damalige Weltrekordler Järvinen verletzte sich vor den Olympischen Spielen 1936, er wurde nur Fünfter.

Hammerwerfer stemmen sich schon jetzt in der Abwurf-Phase gegen eine Zugkraft von maximal zehn Zentnern. Die 7,257 Kilo schwere Flugkugel riß zudem beim Aufprall Grasplaggen aus dem Boden, abgeirrte Wurfgeschosse beschädigten die Aschenbahn.

Deshalb bevorzugten Funktionäre für das Hammerwerfen seit Jahren eine Sonderlösung: Sie verlegten den Wettbewerb auf abgelegene, weniger empfindliche Nebenplätze.