

LEICHTATHLETIK

JAPAN

Rase wie der Hase

Mitten im Lauf ertönte neben dem Läufer plötzlich die Stimme eines unsichtbaren Sprechers und befahl: „Jetzt 200 Meter in 26 Sekunden!“ Sofort steigerte Japans Langstrecken-Idol Saburo Yokomizo sein Tempo. Er erfüllte den Auftrag auf die Sekunde genau.

Yokomizo lief mit einer niemals zuvor erlebten Gleichmäßigkeit. Stoppuhrmessungen ergaben, daß er jede Anweisung des verborgenen Kontrolleurs, sein Trainingstempo auf einer bestimmten Distanz zu erhöhen oder zu verringern, mit gleichbleibender Akkuratess befolgte.

Yokomizo bezog seine Befehle aus einem merkwürdigen Vehikel, das neben der Innenbahn des Nationalstadions von Tokio mit elektrischem Antrieb auf einem schmalen Doppelgleis fuhr. Das nur 80 Zentimeter lange, stromlinienförmige Fahrzeug sieht aus wie die Miniaturausgabe eines Rummelplatz-Autoscooters und soll nach dem Willen seiner japanischen Erfinder

▷ Mittel- und Langstreckenläufer zu neuen Höchstleistungen anstacheln und

▷ japanische Läufer, die in internationalen Wettrennen seit langem nicht mehr mithalten können, rechtzeitig bis zu den Olympischen Spielen 1964 in Tokio auf Medaillenreife trimmen.

Die neuartige Apparatur, mit der die Japaner in der internationalen Fachwelt Aufsehen erregten, basiert auf dem

Prinzip des in Windhundrennen verwendeten künstlichen Hasen, der die Rennhunde zu höchster Geschwindigkeit verlocken soll. Im Gegensatz zum Köder für Greyhounds kann der japanische „Schrittmacher“ jedoch nur auf dem Umweg über eine wirksamere Trainingsmethode für das eigentliche Rennen nutzbar gemacht werden.

Bisher mußten sich die Läufer das für die angestrebte Bestform wesentliche Lauf- und Tempogefühl ohne nennenswerte technische Hilfsmittel allein durch ständiges Training und durch Wettkämpfe erarbeiten. Das geschah in einem komplizierten Prozeß.

Die fortwährend verfeinerte Ausbildung eines Mittel- und Langstrecklers verlangt ein Training mit sorgfältig aufeinander abgestimmten Aufgaben. Jedoch war stets schwierig, die einzelnen Trainingsstrecken auch wirklich in der festgelegten Geschwindigkeit zu laufen. Häufig verriet die Stoppuhr den Trainern, daß der erwünschte Nützeffekt des gezielten Intervalltrainings nur unvollkommen eintreten konnte, weil das Tempogefühl der einzelnen Läufer Schwankungen unterlag.

War etwa eine Intervall-Serie von 400-Meter-Läufen in je 56 Sekunden vorgesehen, so zeigte die Praxis, daß der Tempo-Instinkt allein keine Garantie dafür war, die einzelnen Strecken auch tatsächlich in 56 Sekunden zu durch-eilen: Deutliche Über- oder Unterschüsse im Tempo ließen sich vielfach nicht vermeiden.

Dergleichen Kalamitäten glauben die Japaner mit ihrem Schmalspur-Schrittmacher ausschalten zu können. Das vom Trainer mittels Schaltkasten ferngesteuerte Elektromobil vermag jede gewünschte Geschwindigkeit präzise einzuhalten, und der Läufer braucht nur

nebenherzulaufen, um seine Muskeln und Organe genau den Reizen auszusetzen, von denen der Trainer eine Leistungssteigerung für seinen Leichtathleten erhofft. Die Geschwindigkeitsskala des Trainer-Automaten reicht von der Schleichgangart bis zum Sprinter-Weltrekordtempo (zehn Meter pro Sekunde).

Ein weiterer Vorteil des neuartigen Hilfsgeräts, so versichern seine Erfinder, liege in der technischen Ausstattung. Sie umfaßt nicht nur Scheinwerfer für nächtliches Training, sondern auch Sender und Empfänger, so daß der Trainer dem Läufer in jeder Trainingsphase Instruktionen einhämmern und der Läufer dem Trainer Reaktionen mitteilen kann, ohne den Lauf auch nur kurzfristig unterbrechen zu müssen.

Das entscheidende Plus des Trainer-Automaten ist nach Meinung japanischer Lauffachleute seine psychologische Wirkung auf die Läufer: Der neben ihnen dahingleitende Apparat vermittele ihnen auf die Dauer ein wirklich zuverlässiges Tempogefühl, das sie — infolge des sichtbaren Reizes — viel stärker im Unterbewußtsein verankern können, als wenn sie das Gefühl für die beste Trittfrequenz ertasten müssen. Außerdem werde die von den Sportphysiologen empfohlene Automation bestimmter Bewegungen durch das Apparat-Training nur begünstigt.

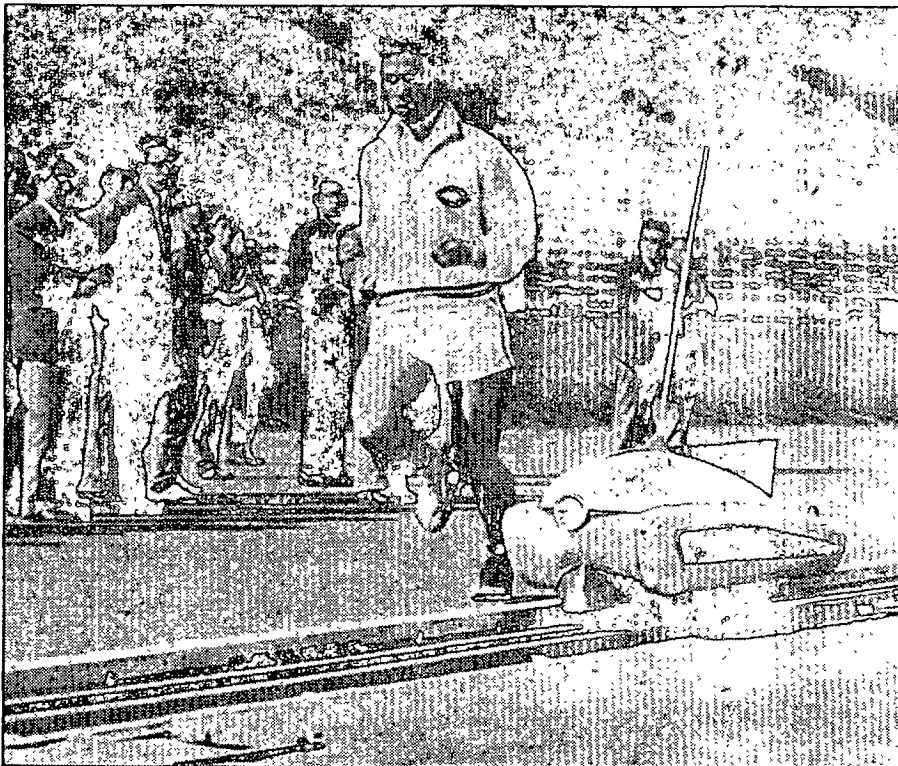
Ausländische Läufer und Sportfunktionäre hielten dennoch mit ihrer Skepsis nicht zurück. Sie beanstandeten vor allem den hohen Preis der japanischen Laufmaschine (rund 490 000 Mark). Ein erfolgversprechendes Laufgefühl sei mit den bisher üblichen Methoden zumindest preiswerter zu erlangen.

Diese Ansicht teilt auch der deutsche Trainer Dr. Berno Wischmann, der die von der „Toshiba Electric Company“ und der „Yawata Steel Company“ entwickelte Apparatur in Tokio als erster westlicher Fachmann zu Gesicht bekam. Wischmann wies jedoch auf einen anderen, viel lohnenderen Verwendungszweck hin: „Der größte Nutzen des Schrittmachers scheint... in medizinischen Untersuchungen zu liegen, die im Laufen vorgenommen werden können.“

Tatsächlich dürfen die Sportmediziner nicht zu Unrecht hoffen, mit Hilfe des mobilen japanischen Kontrollapparats einen alten Forschertraum zu verwirklichen und sportmedizinische Untersuchungen während der Höchstleistung vorzunehmen, ohne den Sportler durch aufgeschnallte Geräte und ähnlichen Ballast zu behindern. Derartige Messungen waren bisher nur in unvollkommener Form möglich.

Die Japaner sind freilich entschlossen, ihre athletische Zugmaschine vorwiegend zu benutzen, um in den drei Jahren bis zum Olympia 1964 Läufer vom Kaliber ihres Marathon-Olympiasiegers von 1936, Kitei Son, heranzudrillen.

„Ich würde eine Goldmedaille gewinnen“, ereiferte sich Japans führender Langstreckler, Yokomizo, „wenn ich diesen fabelhaften Tempomacher bei den Olympischen Spielen benutzen dürfte.“ Der berühmte australische Lauftrainer Percy Cerutti aber glaubt nicht an die Renaissance der kurzbeinigen gelben Flitzer. Knurrte Cerutti: „Kein Japaner wird einen Lauf gewinnen — auch dann nicht, wenn er auf seiner Maschine reitet.“



Langstreckenläufer Yokomizo, Schrittmacher: Der Trainer sitzt am Schaltbrett