Para Cross in Yurev Polsky 2019

Das Austesten von Grenzen und Eierschwammerl zum Frühstück

Die obligatorische Einladung zum Para Cross in Russland erfolgte schon während des Freistädter Para Cross im Juni dieses Jahres und nachdem diesmal zwei Teams aus Russland die weite Anreise mit dem Auto auf sich nahmen, kam dies nahezu einer Verpflichtung gleich, die Gegeneinladung anzunehmen.

Auf Grund des gedrängten Terminkalenders war es allerdings nicht ganz einfach, die Reise Richtung Osten anzutreten. Gernot Alic und Paier Paul noch am Sonntag beim WCS Bewerb in Thalgau im Einsatz, brachen schon wieder Montag Früh nach Yurev Polsky auf. David Guttmann komplettierte das Team und saß so wie Gernot Alic um 0610 in Linz im Zug zum Flughafen nach Wien. Nach dem komfortablen Flug im AUA-Jet nach Moskau wurden wir von Sergey Balin am Flughafen herzlich empfangen und fuhren mit seinem Privatauto in das ca. 200 km entfernte kleine Städtchen Yurev Polsky. Nach der Ankunft, vier Stunden später, konnten wir die Anmeldeformalitäten erledigen und die bekannten Springer*innen aus dem Vorjahr begrüßen.

Nicht nur das Organisationsteam, auch die Springer*innen freuten sich über die Teilnahme des österreichischen Teams sehr. Dafür wurden auch die Einladungen für die Visaanträge von Olga Balina prompt übermittelt und immer wieder nachgefragt, ob alles in Ordnung und die Teilnahme gesichert ist.

Die Teilnehmer*innen-Liste wies neben den russischen Teams und der österreichischen Mannschaft auch ein Team aus Kasachstan auf, sodass acht Herren- und vier Damenteams sich den Herausforderungen der fünf Disziplinen des Para Cross stellten.

Erster Wettbewerbstag

Nach einer sehr erholsamen Nacht in den großzügigen Zimmern öffneten um 10 Uhr die Pforten der Schwimmhalle. Das 25-Meterbecken war mit verschiedenfärbigen Fliesen einladend gestaltet, allerdings wurden diese Nebensächlichkeiten angesichts der bevorstehenden Anstrengung ausgeblendet, um sich voll auf die 100 Meter Freistil zu konzentrieren.

Start der schnellsten Schwimmer

Nachdem in Österreich Schwimmen in keiner Kombination mit dem Fallschirmsport durchgeführt wird, stand diese Disziplin bei der österreichischen Mannschaft nicht zwingend im Mittelpunkt des Interesses. Nach vier Bahnen und drei Wenden schlug Gernot Alic mit 1:36,91 als bester seines Teams an. Dass die Schwimmdisziplin im Para Cross von den russischen Sportkollegen ernsthaft trainiert wurde, zeigte die Bestzeit von 1:07,76.

*Das österreichische Team und seine Schwimmkonkurrent*innen*

Aber gerade deshalb stellt sich der Schwimmbewerb angesichts der besonderen Herausforderung immer wieder als ein außergewöhnliches Erlebnis dar.

Nach der intensiven Belastung gewährte die Wettbewerbsleitung eine nicht allzu lange Pause, denn bereits um 16 Uhr trafen sich die Sportler*innen wieder zum Cross-Lauf.

Gelaufen wurden eineinhalb Runden von den Sportlerinnen, zweieinhalb Runden und ca. 3000 Meter von den Herren auf einem Wall rund um einen „Kreml“. Drei Mal pro Runde mussten Unterbrechungen des Walls mit

Vor dem Cross Lauf

Gefälle und Steigungen überwunden werden, sodass sich die Steigungen zu 30 Höhenmetern addierten und einen zusätzlichen Kraftaufwand bedeuteten. Das Teilnehmerfeld der Männer wurde in zwei Gruppen aufgeteilt. In der ersten Startgruppe ließ Paier Paul von Beginn an keinen Zweifel aufkommen, wer diese Gruppe dominiert. Dem zügigen Anfangstempo konnte kein Athlet folgen, sodass er auch das Ziel unangefochten erreichte. Dies hatte aber auch den Nachteil, dass Paul keine Referenz zu schnelleren Läufern hatte und ihm niemand Windschatten anbieten konnte. Mit einer Zeit von 10:38,0 konnte er sich aber im Spitzenfeld behaupten. Sergey Balin startete in der zweiten Laufgruppe als Favorit und wurde seiner Rolle vollauf gerecht. Beim Zieldurchlauf stoppte die Zeit bei 9:17,7 und er stand damit als Sieger des Laufbewerbes fest.

Sergey Balin beim Zieleinlauf

Das Abendessen nach dieser körperlich intensiven Tagesbelastung wurde nicht nur genossen, sondern war als Regenerationsmaßnahme enorm wichtig.

Team Austria nach dem Cross Lauf

Das verdiente Abendessen

Zweiter Wettbewerbstag

Die Gewöhnung an das, ins Zimmer gebrachte, Frühstück dauerte nicht lange. Mit Faschiertem gefüllte Palatschinken, Weißbrot, Käsescheiben und Joghurt konnte Energie für die bevorstehenden Aufgaben getankt werden.

Schon um 0630 transportierte der offizielle Bus die Teilnehmer*innen von Yurev Polsky 70 km zum Start des Orientierungslaufs. Das österreichische Team hatte Glück und trat die Fahrt erst um halb acht an, denn mit Sergey`s Auto war trotzdem Pünktlichkeit garantiert.

Die Strecke für den Orientierungslauf wurde im gleichen Wald gelegt, wo auch schon letztes Jahr der OL durchgeführt wurde. Um 10 Uhr starteten die Damen, die nur eine

der beiden Runden zu bewältigen hatten. Die erste Runde der Männer war auf einer Seite der Karte gedruckt, beim Durchlaufen von Start und Ziel musste die Karte gewendet werden, um die Posten der zweiten Runde zu finden. Schon der dritte Posten bereitete den Läufern Schwierigkeiten, so auch Gernot Alic, der dort viel Zeit verlor.

Die Karten der beiden Runden. Maßstab 1:7500

Dies war aber Segen und Fluch zugleich, denn einerseits schlossen Sergey und Vasiliev aus Kasachstan auf, wodurch dann zu dritt, der in einer Mulde versteckte „Posten Drei“, leicht gefunden wurde, andererseits konnte sich Gernot Alic an die beiden schnellen Läufer anhängen.

Damit war die Aufgabe für den Rest des OL`s klar: Immer Sichtkontakt zu den beiden halten und ständig Kontrollblicke auf die Karte werfen, um die Position im Wald nicht zu verlieren. Nach Posten sechs ginge es an Start und Ziel vorbei in die zweite Runde. Den siebten Posten steuerte Gernot Alic direkt an, da ihm dieser von der ersten Runde bekannt war. Dies verhalf den Abstand zu den beiden Topläufern wieder zu verringern und alle drei liefen fast gleichzeitig zum nächsten Kontrollpunkt weg. Zwischen den Posten zehn und elf kam es zu einem ereignisreichen Zwischenfall. Gernot mit der Verfolgung von Sergey beschäftigt, sah diesen plötzlich im Dickicht stoppen und sich auf den Boden knien. „Eine Verletzung“, war der erste Gedanke! Lisicky, Lisicki rief Sergey und erst beim Abstand von wenigen Metern konnten die gepflückten Eierschwammerl erkannt werden. In der Hand sicher verwahrt

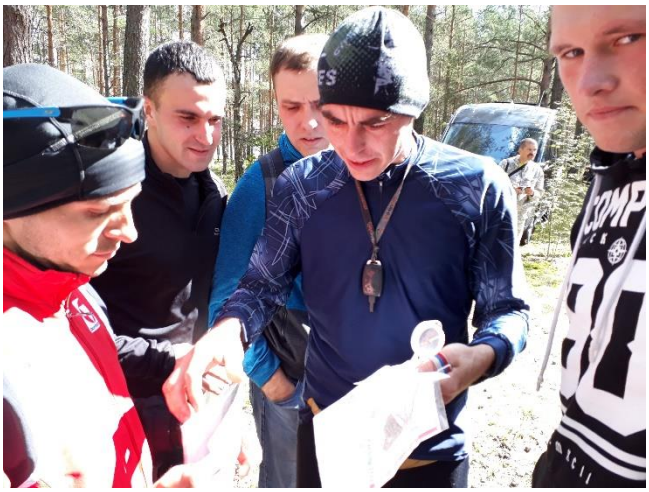
Startvorbereitungen von Paul Paier

und schnellen Schrittes setzte Sergey die Jagd nach den Posten fort. Zu diesem Zeitpunkt weilte Paier Paul schon lange im Ziel.

Er startete früh, legte eine famose Bestzeit vor, die von keinem Läufer mehr unterboten werden sollte. Auch dieser kurze „Eierschwammerlstopp“ von Sergey hatte keine Auswirkungen, denn auch ohne Pause wäre die Zeit von 0:30:02 nicht zu schlagen gewesen. Damit stand Paul schon sehr

Letzter Posten

bald als Sieger des Orientierungslaufs fest.



Paul und Sergey in der Diskussion um den schnellsten Laufweg

Alle Sportler*innen waren sich einig, dass dieser Orientierungslauf wieder toll organisiert wurde und danach zu Diskussionen im Zeitenvergleich anregte. „In der Leichtigkeit lagen die Schwierigkeiten“, stellte sich als gemeinsame Kernzusammenfassung heraus.

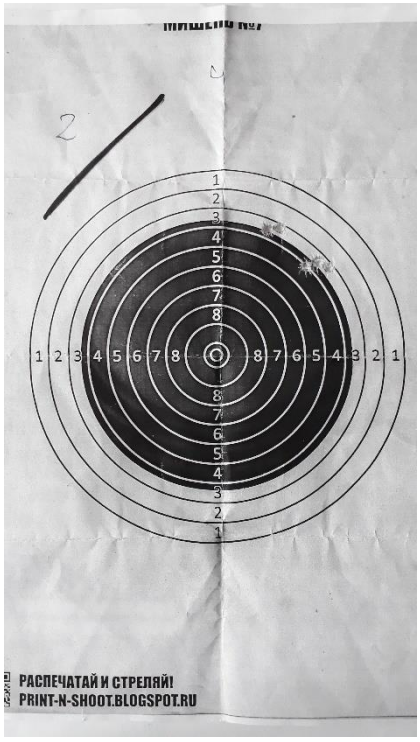
Während die Sportler*innen mit dem Bus die lange Fahrt zurück nach Yurev Polsky antraten, wurde das österreichische Team mit einer Stadtbesichtigung von Vladimir beglückt. Sergey war vollen Eifers, seine bevorzugte Lebensstadt zu präsentieren.

Dabei war vor allem die Besichtigung und der Rundgang um die „Mariä-Entschlafens Kathedrale“ ein einmaliges Erlebnis, das einige Tage später noch besondere Bedeutung erlangen sollte.

Mit dieser unerwarteten Besichtigung und der

langen Rückfahrt konnte der nächste Termin, 1600 Schießbewerb, mit Mühe erreicht werden.

Allerdings stellte sich bald heraus, dass dies nicht so schnell über die Bühne gehen wird. Mit einer Polytronik-Anzeige wie beim Para Cross in Freistadt und dem Schießstand in Vierzehn/Freistadt war die Schießanlage in Yurev Polsky freilich nicht ausgestattet. Im Gegenteil, nach der Abgabe der fünf Probeschüsse musste das Schießen unterbrochen werden, um die Papierzielscheiben händisch auszutauschen. Dieser Vorgang wurde nach jeder Serie von fünf Schuss wiederholt, sodass bei jeder Schießgruppe von je sechs Schütz*innen die Scheiben vier Mal gewechselt werden mussten. Dies hatte aber für die österreichischen Sportler auch Vorteile, da sich die Nachmittagssonne in der weißen Wand unangenehm spiegelte und daher eine später gewählte Schießzeit das Zielen erleichterte. Die nächste Schwierigkeit lag in der unterschiedlichen Zielgenauigkeit der Kleinkalibergewehre. Nach Beobachten der vorangegangenen Schießergebnisse entschied sich das österreichische Team für die ersten drei Stände. Die veränderte Diopter Einstellung bei Gernot Alic nach den Probeschüssen brachte nicht den gewünschten Erfolg, sodass der Zielpunkt versetzt anvisiert werden musste und die Treffer entsprechend streuten. Erst die letzte Serie zeigte ein zentrales Trefferbild.



Trefferbild der Probeschüsse von Gernot Alic

Ein außergewöhnlicher Schießstand

Mit 136 Ringen als bester seiner Mannschaft konnte Gernot Alic an die gewohnt guten Schießergebnisse nicht anschließen. Wie mit diesen Voraussetzungen umgegangen werden soll und wie eine Verbesserung im nächsten Jahr möglich ist, wird besondere Beachtung finden müssen. Wieder einmal war es Sergey Balin, der mit 166 Ringen eine der fünf Para Cross Disziplinen gewann.

Vier Bewerbe in zwei Tagen hinterließen bei den Sportler*innen sichtlich Spuren. Vor allem die konditionsintensiven Schwimm- und Laufbewerbe in dieser kurzen Zeit, mit dem Kraftaufwand, sich von neuem zu motivieren, um die bestmögliche Leistung abzurufen, testete die persönlichen Grenzen aus. Beim Einen war es die schwindende Kraft der Beine, die eine Leistungssteigerung nicht zuließ, beim Anderen erwies sich das Lungenvolumen als limitierender Faktor. Letztendlich war es aber eine exzellente Erfahrung, die bei allen Sportler*innen tiefe Eindrücke hinterließ.

Dritter Wettbewerbstag

Nach den intensiven Belastungen der letzten zwei Tage stand ein gemütliches Zielspringen in fünf Durchgängen auf dem Programm. Dies könnte vorausgesetzt worden sein. Aber alles kam anders. Der ursprünglich geplante Zielbereich am Sportplatz von Yurev Polsky wurde kurzerhand auf den Flugplatz von Vladimir verlegt. Grund war der vorhergesagte starke Wind. Nach Eintreffen um ca. 0830 musste auf die Ärztin für die Gesundheitsuntersuchung gewartet werden, die aber letztlich nicht erschien und der Sprungbewerb nach 0900 ohne Untersuchung startete. Schon zu diesem Zeitpunkt konnten die Windgeschwindigkeiten erahnt werden. Die Antonov 2 wurde beim Absetzten sichtlich versetzt, wenn sie nicht genau entlang der Windlinie anflog.

Aufblasbare Zielmatte

Beratung der Wettbewerbsleitung und die Antonov 2 mit den ersten Teams zum Teststreifenwurf

Auch der Teststreifen zeigte eine eindeutige Abdrift. Mit dieser Erkenntnis erhöhte die Wettbewerbsleiterin das Windlimit von sieben auf acht Meter pro Sekunde. So wurden

schon die ersten Teams mit beträchtlichem Wind konfrontiert. Nach den ersten beiden Durchgängen gab es eine kurze Pause, die für eine kleine Jause genutzt wurde. Danach aber entschloss sich die Wettbewerbsleitung die restlichen drei Sprünge ohne Verzögerung anzuschließen. Um die Mittagszeit und in den frühen Nachmittag hinein bewegte sich der Wind immer im Grenzbereich, sodass das seitliche Abdriften und kurze Eindrehen über oder sogar vor der Zielmatte zum obligatorischen Manöver wurde. Höchste Konzentration war notwendig, um diese „Para Cross“ Bedingungen meistern zu können.

Team Kasachstan ist startbereit

Windmessanlage

Die Windmessanlage spielte dabei eine große Rolle, auf die sich die Schiedsrichter*innen beriefen. Bei jeder Landung wurde die Windgeschwindigkeit notiert, die aber laut Messanlage nie über 6 Meter/sec anzeigte. Damit entwickelte sich dieses Zielspringen erneut zu einer großen Herausforderung und eine weitere Grenzerfahrung war den Springer*innen sicher. Mit 519 cm landete Gernot Alic beim Zielspringen auf dem 16. Rang. Nachdem alle Durchgänge an diesem Tag durchgeführt wurden, konnte mit der Auswertung begonnen werden.

Ergebnisse

Nach diesen drei intensiven Sporttagen, die mit großem Einsatz und gegenseitigem Respekt über die Bühne gingen, vergönnte jeder jedem den Erfolg. Nichtsdestotrotz wurden Sieger*innen gekürt und einmal mehr war es Sergey Balin, der sowohl in der Wertung der drei Disziplinen als auch in der Wertung der fünf Disziplinen die Konkurrenz hinter sich ließ. In der klassischen Para Cross Wertung mit den Disziplinen Zielspringen, Orientierungslaufen und Schießen erreichte Gernot Alic den siebten,

Paul Paier den neunten und David Guttmann den 25. Rang. Mit fünf Disziplinen erreichte Paul Paier den 9. Rang, Gernot Alic folgte auf dem 11. und David Guttmann auf dem 27. Rang.

In der Teamwertung der klassischen Disziplinen belegte Österreich hinter Kasachstan den 5., bei der Wertung mit fünf Disziplinen den 7. Rang.

Paul Paier entschied den Orientierungslauf für sich und Gernot Alic konnte den Sieg in der Masters Wertung für sich verbuchen.

Auch wenn die Erwartungen der Österreicher höher gesteckt waren, so kann angesichts des Wettbewerbsverlaufes zufrieden auf die Ergebnisse des Para Cross Bewerbes 2019 in Yurev Polsky geblickt werden.

Tag der Siegerehrung und der Abschlussfeier

Am Freitag wurde die Siegerehrung für 13 Uhr geplant. Sie hätte im Freien vor der Schwimmhalle stattfinden sollen. Regen und Wind zwangen das Organisationsteam aber, die Feier in die gleich nebenan befindliche Sporthalle, mit einer Stunde Verspätung zu verlegen.

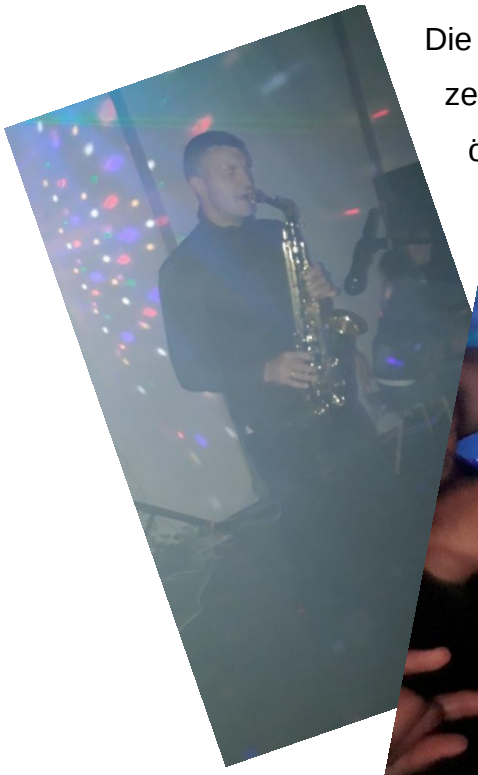
Auf Grund der vielen Wertungen dauerte diese auch entsprechend lange. Auch Paul Paier mit dem Sieg im Orientierungslauf und Gernot Alic, Sieger der Masters Wertung nahmen an der Siegerehrung teil und erhielten Diplome, Pokale und Medaillen.

Sergey Balin der große Gesamtsieger

Gernot Alic, Sieger der Masters Wertung und Paul Paier, Sieger des Orientierungslaufs

Mit der Einladung der Sportler*innen nach Freistadt zum 40-Jahr Jubiläum des Para Cross in Österreich verabschiedete sich das österreichische Team offiziell von den Organisator*innen.

Am Abend folgte die Para Cross Party mit gutem Essen und Trinken, Musik einer Band und toller Stimmung.



Die vielen herzlichen Abschiede der Sportler*innen zeugten davon, wie sehr sich alle freuten, dass ein österreichisches Team wieder an diesem besonderen Event teilgenommen hatte.

Dies wurde durch die Einladung zu einer Außenlandung in die Stadt Vladimir vor die, schon während der Woche besuchte, Kathedrale bekräftigt. Für die österreichischen Springer war dieser Sprung eine große Ehre, zum Anlass des Stadtfestes, mit den russischen Springerkolleg*innen erstmals den Landeplatz im Zentrum der Stadt anzusteuern.

Diese Gastfreundschaft ist selbstverständlich Anlass genug, die erneute Teilnahme im nächsten Jahr zu bekräftigen. Aber vorher werden sich die Teams aus Russland und auch aus Kasachstan in Freistadt beim 40. österreichischen Para Cross wiedersehen.

Die letzte Nacht verbrachte das Team, nach einem kleinen Rundgang in Moskaus Innenstadt, in Sergeys Haus.

Am nächsten Morgen traten die österreichischen Sportler die Heimreise an, allerdings nicht ohne vorher die, beim Orientierungslauf gepflückten, Eierschwammerl genussvoll zubereitet und mit Käse überbackenem Fleisch und Spaghetti serviert zu bekommen. Ein einzigartiges Frühstück – russisch eben. Spasibo Olga und Sergey!

Bericht: Gernot Alic

Fotos in hoher Auflösung unter https://1drv.ms/u/s!Ak1H6DHl8jsWk4IRtjE_P3xERyut0w?e=NOaTEy