

Liebe Alpenkämpferin, Lieber Alpenkämpfer !

DIE ZWEITE AUFLAGE !

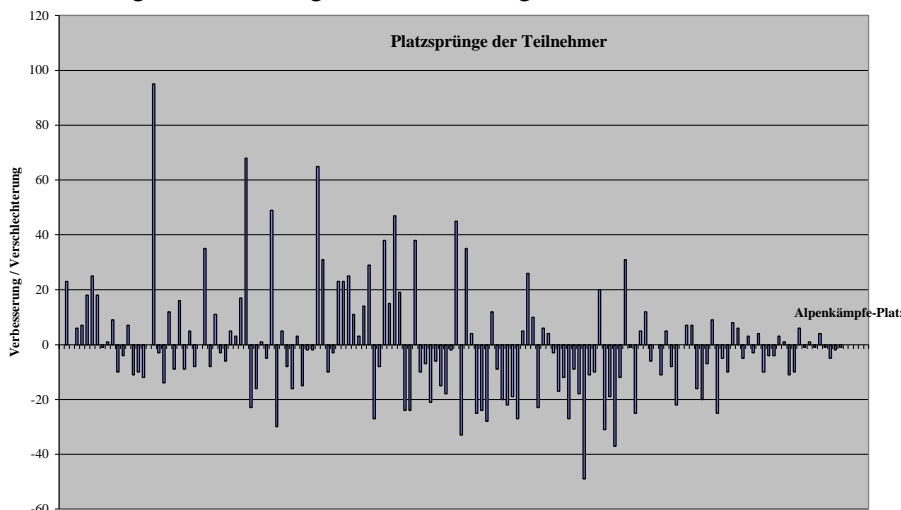
Bereits zum zweiten Mal in der Geschichte der Berliner Cross-Saison wurde ein derartiger Wettkampf durchgeführt. Ihr habt durch Eure Teilnahme wiederum einen Vertrauensvorschuß in das noch neue Wettkampfkonzzept und uns Veranstalter investiert, für den wir uns sehr herzlich bedanken !

Leider konnten wir im direkten Anschluß an die Veranstaltung die Auswertung nicht präsentieren. Obwohl wir vorher bereits angekündigt hatten, eventuell keine sofortigen Ergebnisse präsentieren zu können, möchten wir uns doch entschuldigen. Die technischen Schwierigkeiten, eine Datenmenge von ca. 1500 Meßwert- / Zeitpaaren zu verarbeiten, waren auch diesmal noch zu groß, obwohl wir gegenüber dem letzten Mal schon besser waren. Wir hoffen, die Wartenden durch den Imbiss und die Getränke wenigstens etwas entschädigt zu haben so wie wir versprechen, beim nächsten Mal bessere Hinweisschilder zur Auffindung der Siegesfeier anzubringen.

DIE AUSWERTUNG DER ERGEBNISSE

Nach Zeit- und Geschwindigkeitsanalysen schätzen wir den Anteil der Läufer, die ihr Laufverhalten an den Wertungen meßbar veränderten, auf fast 90 %. Selbst an der letzten Wertungsstelle wurden noch erhebliche Geschwindigkeitssteigerungen festgestellt, obwohl wir hier eine größere Erschöpfung befürchtet hatten.

Eine wichtige Frage zu Sinn und Zweck der Veranstaltung ist, ob die Läufer durch die Alpenwertung tatsächlich ihr individuelles Endergebnis beeinflussen konnten. In der grafischen Darstellung der Abweichung der Plazierung erkennt man folgendes:



Die Striche über der x-Achse sind Platzgewinne, die Striche unter der x-Achse sind Platzverluste.

Ganz links sind die Gewinner der Alpenkämpfe, rechts die Teilnehmer mit den wenigsten Punkten. Nach ungefähr zwanzig Plätzen erkennt man jemanden, der seine Position um 95 Plätze verbessert hat, während z.B. im Mittelfeld viele Leute sind, die zwischen 20 und 30 Plätzen verloren haben.

Bei den weit hinten Plazierten gibt es keinen oder nur geringe Unterschiede zur traditionellen Wertung. In den vorderen Rängen gibt es allerdings erhebliche Positionsgewinne. Martin Herbst prescht vom 114. auf den 19. Platz nach vorne, nach eigener Aussage hat er sich beim Rennvorlauf völlig auf die Wertungen konzentriert und ist zwischendurch nur gejojgt. Markus Liesicke (+68), Markus Bahr (+65) und bei den Frauen Anne Sucka (+38) haben das Alpenkampfprinzip ebenfalls konsequent durchgesetzt. Insgesamt haben zwanzig Leute zwanzig oder mehr Plätze gutmachen können. Allerdings gab es mit 23 Leuten, die Platzverluste von über 20 Positionen hinnehmen mußten, auch viele „Verlierer“. Mit Jonas Stifel und Kristina da Fonseca-Wollheim gewinnen zwei „Laufprofis“, die allerdings auch ohne Alpenwertung jeweils auf dem ersten Platz gelandet wären. Während Kristinas Abstand sowohl nach Einlauf als auch nach Alpenpunkten deutlich ist, hätte Jonas mit nur zwei Sekunden Verlust bei einer Wertung auch seinen ersten Platz an Gerald Schulz verloren.

Am meisten profitierten die Männer unter 20 und zwischen 30 und 40 von der Alpenwertung, bei den Frauen jene zwischen 16 und 25 Jahren. Größte Verlierer waren die über sechzig-Jährigen. Alle Frauen als Gesamtheit machten gegenüber den Männern 16 Plätze gut, die diese genau auch einbüßten.

Trotz der Vorbemerkung läßt sich jedoch keine besonders bevorteilte oder benachteiligte Gruppe ausmachen. In allen Altersklassen und Geschlechtern gab es immer große Ausreißer noch vorne und hinten. Wir vermuten, daß viele Abweichungen individuell sind und somit einen Spiegel der Motivation, der Taktik und der persönlichen Mittelstreckentrainiertheit darstellen. Auch wenn man den älteren Jahrgängen unterstellt, über keine so große Sprint- und Bergfähigkeit zu verfügen, sollte hier mit taktischer

Herangehensweise noch erhebliches herausgeholt werden können. Wir empfehlen: Bergsprints und Laufen, Laufen, Laufen...

TAKTIK FÜR DIE ZUKUNFT

Wir denken, daß die Teilnehmer auch in diesem Jahr das Potential der Alpenkämpfe noch nicht voll ausgereizt haben, obwohl gegenüber dem letzten Jahr das taktische Moment in den Ergebnissen schon viel klarer wurde. Über alle Alters- und Geschlechtsgruppen hinweg vermuten wir noch weit höhere Möglichkeiten, um die individuelle Platzierung zu verändern. Wir denken, daß sich anhand der beigefügten Ergebnisliste bei vielen Läufern der Ehrgeiz und die Taktik für das nächste Jahr noch positiver verändern werden.

SONSTIGE HINWEISE

Im Internet finden sich noch zusätzliche Auswertungen, z.B. sortiert nach den Geschwindigkeiten an jeder einzelnen Station: www.alpenkaempfe.de

Weitere Wettkampfveranstaltungen und andere interessante Angebote unseres Vereines SC Tegeler Forst finden sich unter: www.sc-tegeler-forst.de

Im Frühjahr und Sommer ist geplant, auf der Alpenkampf-Strecke ein zwangloses Trainings mit anschließender Auswertungsmöglichkeit durchzuführen. Bei Interesse bitte eine Email oder Postkarte an:

Harald Elch Hartlieb, Amsterdamer Straße 7, 13347 Berlin bzw. training@alpenkaempfe.de.

Die Teilnahme daran ist kostenlos und verpflichtet zu nichts.

Wir hoffen, alle Teilnehmer der diesjährigen Zweitaufgabe im nächsten Jahr wieder begrüßen zu dürfen und versprechen, als Veranstalter wieder mit dem gleichen Eifer und ebenso starker Begeisterung dabeizusein !

Im Namen von über dreißig Helfern und Mitstreitern,
Axel Bernstorff, Thomas Jacubeit und Harald Elch Hartlieb

Alice Neve, Anja Hochschild, Anne Sucka, Arwed Springer, Bianca und Holger Böttcher, Charly Schöttler, Claudio Roller, Daniela Druschky, Dennis Mocigemba, Dieter Trawinski, Frederike Hamann, Gundula George, Gunni Sachs, Hausmeister Rainer, Heidrun Roggensack, Irene und Jürgen Baldow, Irmgard Hartlieb, Johannis Claßen, Lars Krumrey, Lars Redlich, Lasse Köhler, Lutz und Robert Raschke, Markus Behnke, Marlies Hartlieb, Peter Bartelt, Sabine und Helena Kern, Thomas Günter, Tilmann & Conny Schultze-Bernd, Tim Riedel und Viktor Abrassimov.

...und alle, die ich vergessen habe...