

## Anlässe, Anfänge und Entwicklung des BVDG Masterssport - Teil 16

Welche Auswirkungen für den Masterssport hat die Neuregelung, dass bei gleicher Leistung die/derjenige die bessere Platzierung erreicht, welche/r die Leistung zuerst realisiert hat.

Im Gegensatz zu den meisten anderen Sportarten bietet der Gewichthebersport nur wenige taktische Möglichkeiten. Eine davon war, dass man bei leichteren Körpergewicht und der höheren Losnummer versuchte, die gleiche Leistung wie der /die Gegner zu erzielen um sich dann aufgrund des leichteren Körpergewichts vor ihm/ihnen zu platzieren. Durch die höhere Losnummer hatte man den Vorteil, dass die Konkurrenz mit den niedrigen Losnummern vor einem an die Hantel musste und man nur die gleiche Last zu realisieren brauchte um sich dann durch das leichtere Körpergewicht besser zu platzieren. Hatte man die höhere Losnummer nicht, blieb nur die Möglichkeit den/ die Gegner zu einer Gewichtssteigerung im Grenzbereich der eigenen Leistungsfähigkeit zu zwingen. Wenn mehreren ihr Versuch gelang, ergab auch hier das leichtere Körpergewicht die bessere Platzierung. Gelang nur einem der Versuch, hatte dieser aufgrund der höheren Leistung die bessere Platzierung. Was ändert sich nun durch die Neureglung, dass bei gleicher Leistung nunmehr nicht mehr das leichtere Körpergewicht entscheidet, sondern der/diejenige/n sich besser platziert/platzieren, der/die das Gewicht zuerst zur Hochstrecke gebracht hat/haben. Das Gewichtheben ist um eine taktische Möglichkeit ärmer, für den Zuschauer aber interessanter geworden. Denn für die bessere Platzierung zwingt der neue Modus dazu, mindestens 1 kg mehr als der/ die Gegner zur Hochstrecke zu bringen. Außer für die Gewichtsklassen Einteilung spielt das Körpergewicht somit keine Rolle mehr. Dagegen hat die höhere Losnummer ihre Wertigkeit behalten, denn wer die höhere Losnummer hat, kann immer nachlegen. Liegt man nach dem Reißen im Rückstand, muss man diesen Rückstand und dazu das mindeste erforderlichen 1 kg mehr im Stoßen, für die bessere Platzierung realisieren. Wenn beiden oder mehreren der Versuch misslingt, erzielt der/ diejenige/n die bessere Platzierung, die den vorherigen Versuch zuerst realisiert hat/haben. D.h. liegt man nach dem Reißen mit z.B. 10 kg im Rückstand, muss man diesen Rückstand, plus mindestens 1 kg mehr im Stoßen aufholen, da der/ die Gegner die Leistung zuerst erbracht hat / haben. Z.B. Heber a) 110-150 kg, b) 120-140 kg, für beide also 260 kg Zweikampfleistung. Heber b) hat die Leistung zuerst realisiert, denn mit den 140 kg Stoßen hatte er schon die 260 kg erreicht, wogegen dies Heber a) erst mit 150 kg gelingt. Somit erreicht Heber b) die bessere Platzierung.

Welche Auswirkungen hat die neue Reget nun im Masterssport. Die gleichen wie bei allen anderen IWF Altersgruppen auch. Für die BVDG Masters hat sie aber Nachteile, da bei gleicher Leistung im BVDG die/derjenige die bessere Platzierung erzielte, die/der den höheren Sinclair /Meltzer Wert aufweisen konnte. Und dafür gab es gute Gründe.

Bei Sportarten in denen in Gewichtsklassen gestartet wird, besteht abgesehen vom Gewichtheben, keine Möglichkeit, erbrachte Leistungen vergleichbar zu machen. Wie sollte man z.B. im Judo oder Ringen die Leistungen von Sportlern im Mittelgewicht mit denen im Schwergewicht vergleichbar machen. Im Gewichtheben hingegen, ist dies durch Anwendung verschiedener Relativwertungen möglich. Da sie seit Jahrzehnten weltweit angewendet wird, dürfte die Relativwertung des kanadischen Bauingenieurs John Sinclair die Beste sein. Sinclair hat Tabellen entwickelt, in denen jedem Körpergewicht in 100 g Schritten einen Faktor zugeteilt wird, der mit dem Ergebnis multipliziert, das Relativergebnis ergibt. Z.B. Körper -gewicht 90,8 kg, Tabellenwert 1,1550 x z.B. 300 kg Leistung = 346,50 Sinclair Punkte. Ein 67,3 kg schwerer Athlet müsste um die gleichen 346,50 Punkte zu erzielen, 346,50: durch Tabellenwert für 67,3 kg, 1,3612 -254,55 aufgerundet 255 kg Zweikampfleistung erzielen. Dadurch ist es möglich neben Mannschaftskämpfen und Einzelmeisterschaften auch Relativbeste in Gewichtsklassen, Veranstaltungsabschnitten oder ganzer Veranstaltungen objektiv zu ermitteln. Im Masterssport kommt für das Alter ein weiterer Faktor hinzu.

Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen verliert der Mensch jährlich ab dem 35igsten Lebensjahr 0,5, ab dem 60zigsten 1.0 % an Muskelmasse. D.h., bei der seit langen Jahren üblichen Altersklasseneinteilung von 5 Jahren pro Altersklasse, hat z.B. ein 59 jähriger im letzten Jahr der Ak.5 bei gleichen körperlichen, motorischen und sonstigen Voraussetzungen, z.B. Trainingszustand, keine

Chance gegen einen 54-jährigen der gerade in die AK 5 gewechselt ist, da er einen Nachteil von ca. 5% weniger Muskelmasse hat. Der amerikanische Mathematik Professor und Masters Gewichtheber David Meltzer, hat analog John Sinclair für die Gewichtsunterschiede, Tabellen zum Ausgleich der Altersunterschiede entwickelt. Diese Tabellen weisen durchschnittlich einen Bonus von 2,5 kg pro Jahr Altersunterschied aus, was in 5 Jahren, also einer kompletten Altersklasse, etwa 12,5 kg ergibt. Diese entsprechen in etwa dem von der Wissenschaft angegebenen 1% Verlust an Muskelmasse pro Jahr, = 5% in 5 Jahren. Einzelheiten können den Berichten von Dr. F. Faber und H. Ehlenz in Athletik 10/2 S'12 bis 15 entnommen werden. Im BVDG Masterssport galt bis 1995 die Regel, dass bei gleicher Leistung der Ältere gewinnt. International gewann bis zur Regeländerung der Leichtere bzw. war besser platziert. Beide Wertungen waren nicht objektiv. Denn eine Wertung bei der man mit z.B. 85,2 kg Körpergewicht gegen einen 94,0 kg Athleten verliert, nur weil dieser 2 Tage älter ist aber einen Gewichtsvorteil von 8,8 kg hat, kann nicht objektiv sein. Genau so wenig objektiv ist, wenn Jemand gewinnt nur weil er 50g leichter ist, sein Gegner aber 5 Jahre älter ist und aufgrund seines Altersnachteils nach Meltzer-Wertung aber ca. 12,5kg Vorsprung aber haben müsste. Da in der Kombination von Sinclair- und Meltzer Wertung eine objektive Wertungsmöglichkeit gegeben war, hat der BVDG Bundestag auf Antrag des Mastersausschuss beschlossen, dass ab 1996 bei gleicher Leistung, das höhere Sinclair/ Meltzer Ergebnis die bessere Platzierung ergibt. H. Ehlenz hat einige Jahre versucht, diese Wertung auch international, d.h. bei EM und WM, durchzusetzen, ist bei internationalen Masterskongressen aber immer am Argument gescheitert, dass die meisten Ausrichter einer EM oder WM nicht über die zur Durchführung erforderlichen Computerprogramme verfügen würden. Für Sonderwertungen wie beste Heberin / Heber einer Altersklasse oder Veranstaltung wurde die Sinclair / Meltzer Wertung aber immer genutzt. Da der Masterssport bekanntermaßen kein Lieblingskind der IWF ist, wird es vielmehr so gewesen sein, dass man durch Forderung von Sonder Wettkampfregeln, kein zusätzliches Öl ins Feuer gießen wollte. Hierfür kann und muss man Verständnis haben.

Da die vorstehend angeführten Altersnachteile auch nach der Regeländerung erhalten bleiben, hat sich im internationalen Masterssport nichts geändert. Jedoch im BVDG Masterssport. Da der Einsatz der Sinclair/ Meltzer Wertung, abgesehen zur Ermittlung von z.B. Relativbesten der Altersklassen, des Gesamtbesten oder Mannschaftsmeistern, den Regeln der IWF und IWF Masters widersprechen würde, wird nach der DM 017 Schifferstadt, die „Plus 1 kg Regel“ auch bei Veranstaltungen bzw. Meisterschaften der BVDG Masters angewendet. Hierdurch sind vor allem die älteren Jahrgänge einer Altersklasse benachteiligt. Denn zu dem vorstehend angeführten Altersnachteilen von z.B. 12,5 kg gegenüber Einsteigern in eine neue Altersklasse, können dazu auch noch große Gewichtsnachteile kommen, wenn die Konkurrenz z.B. 7 oder 8 kg schwerer ist und sich nur besser platziert, weil sie aufgrund der höheren Losnummern, 1kg mehr nach einem Stoßen kann.

Die Benachteiligung der älteren Masters einer Altersklasse gleicht sich natürlich wieder ans, wenn diese selbst in eine höhere Altersklasse wechseln und damit auch den Vorteil haben, gegen 4 oder 5 Jahre Ältere antreten zu können. Und die vorstehend angeführten 7 oder 8 kg Gewichtsnachteil lassen sich vermeiden, indem man das Limit seiner Gewichtsklasse voll ausschöpft. Somit bleibt festzustellen, dass sich im Masterssport durch die Regeländerung weder positiv noch negativ entscheidendes geändert hat.

Eventuell können aber Jungmasters, die noch an Mannschaftskämpfen der Senioren teilnehmen, vor der Entscheidung stehen, ob sie im eigenen Interesse ihr Gewicht am Gewichtsklassenlimit beibehalten, oder im Interesse der Mannschaft, 4 oder 5 kg abtrainieren sollen, um so ein höheres Relativpunkte Ergebnis zu erzielen.

Mit freundlichen Grüßen

