

Toni Innauer zu Gast an der FH OÖ in Wels

Interessante Einblicke in die Technik im Spitzensport

Kürzlich referierte Mag. Toni Innauer vor 100 Studierenden und ProfessorInnen an der FH OÖ Fakultät in Wels über „Technik im Spitzensport“. Der Philosophie-, Psychologie- und Sportabsolvent der Universität Innsbruck und Graz betrachtete dabei sehr kritisch die rasch voranschreitende Materialentwicklung, neuartige Messtechniken und die mangelnden Investitionen in die Verletzungsprävention. Er beleuchtete aber auch, wie Sportler mit Rückschlägen und Verletzungen umgehen.

„Das Reglement macht die Sieger der Zukunft, denn die Bewegungstechnik passt sich der Materialentwicklung an“, sagt Toni Innauer in seinem Vortrag. Es werde sehr viel in die Weiterentwicklung der Materialien, vom Ski über die Bindung bis hin zu Schuh und Sprunganzug, gesteckt. Alles mit dem Ziel, besser als die Konkurrenten zu sein. „Dabei wird sehr oft ein hohes Verletzungsrisiko des Sportlers in Kauf genommen. Das ist nicht nur im Skisprungsport so, sondern auch im Alpinsport und vielen weiteren Sportarten. Optimal wäre, wenn genauso viele Investitionen in die Verletzungsprävention gesteckt würden“, so Innauer weiter, der selbst einer der treibenden Kräfte der Einführung eines festgelegten Body-Mass-Indexes für Skispringer war, um eventuellen Essstörungen schon durch das Reglement vorzubeugen.

Gefährliche neue Bindung als Beweis

Ein Beleg für die Gefährlichkeit neuer Materialien sei die neuartige Stab-Bindung. Diese Bindung wurde im ÖSV entwickelt. Sie ermöglicht eine andere Stellung des Skis und erzeugt mehr Auftrieb. Jedoch birgt sie massive Gefahren beim Aufsprung. Der ÖSV hat sie aus Sicherheitsgründen nicht eingesetzt. Durch den Know-how-Transfer vieler österreichischer Trainer ins Ausland gelangte die Bindung dann im Schweizer Team zum Einsatz. Simon Ammann gewann mit diesem Materialvorteil zweimal Gold bei den Olympischen Spielen in Vancouver, kam aber später auch mehrmals schwer zu Sturz.

Trainingsmethoden weiterentwickelt

Weiters berichtete Toni Innauer, dass alle Skispringer heutzutage im Windkanal ihre optimale Position finden können. Das sind neue Testlabore, die es früher nicht gegeben hat. „Jetzt können die Springer mehrere Minuten in der Luft bleiben und ihre optimale Position finden. Bei einem Sprung auf einer realen Schanze bleiben ihm nur einige wenige Sekunden für das Testen in der Luftfahrt“, so Innauer.

Rückschläge meistern

Wie man mit Rückschlägen richtig umgeht, konnte der gebürtige Vorarlberger selbst mehrmals unter Beweis stellen. Er hatte einige schwere Verletzungen, kämpfte sich wieder an die Weltspitze zurück, musste aber schließlich bereits im Alter von 22 Jahren die Skisprunglatten ins Eck stellen. Er absolvierte daraufhin an der Universität Innsbruck und Graz ein Philosophie-/Psychologie- und ein Sportstudium und konnte dabei seine Spitzensport-Erfahrungen verarbeiten.

Ausgeklungen ist der Expert-Talk mit der Beantwortung vieler Fragen aus dem Publikum, von der Vermarktung des Sports über das optimale Klima in einer Mannschaft bis hin zum mentalen Training. Es war ein interessanter Einblick in den Spitzensport.

Bild: experttalk toni innauer_0.jpg

Bildquelle: FH OÖ

Bildunterschrift: Toni Innauer (re) mit Ingeborg und Günter Hendorfer (Dekan) im Welser FH-Center for Smart Manufacturing.

Bild: experttalk toni innauer_X.jpg

Bildquelle: FH OÖ

Bildunterschrift: Expert-Talk mit Mag. Toni Innauer an der FH OÖ in Wels