

## Aufruf an alle Hammerwerfer, Hammerwurftrainer, Fachleute, Sportleiter und Freunde der Leichtathletik auf der Welt

- Der Hammerwurf ist eine Wettkampfsportart, die auf eine Vergangenheit von mehreren tausend Jahren zurückzuführen ist, und ist seit 1866 eine angenommene leichtathletische Disziplin, seit 1900 ist er auch in das olympische Programm aufgenommen. Seine Attraktivität, die genussreiche Publizität, die Fähigkeits-, Persönlichkeitsformierende Arbeit zum Erreichen der höheren Wurfleistung machen ihn zur wertvollen, auf allerlei Interesse hervorrufende Sporttätigkeit.

- Aus den Besonderheiten des Hammerwurfes erfolgt, dass er im Vergleich zu den anderen Wurfarten, eine größere Zielsicherheit beim Auswurf verlangt als es bei den anderen Wurfarten üblich ist und wegen der heutzutage erreichbaren großen Wurfweite entsprechend großen Wurfsektors bedarf. Beim Auswurf ist der Hammer weniger als andere Geräte zu richten, und da die Wurfweite auch ziemlich groß ist, wurde der Hammerwurf zu einer gefährlichen Disziplin. Der hohe Bedarf an Sportplatzgröße machte ihn zu teuer und erschwerte die Erziehung des Nachwuchses. Seine Gefährlichkeit schließt ihn aus den meisten Wettkampfprogrammen aus. Der große, teure Schutzgitter ist keine Lösung, der Hammerwurf gerät an die Peripherie des Wettkampfprogrammes, so wird er immer weniger bekannt und populär.

Der Vorschlag, Hammerwurfwettkämpfe getrennt zu veranstalten, ist eine dem Wanderzirkus ähnliche Idee.

- In der jetzigen Lage ist die einzig richtige Lösung – die in Ungarn schon vor 11 Jahren in Studien und Zeitschriftenartikeln mehrmals empfohlen wurde – die Minderung der Länge des Drahtes, die Erhöhung des Gewichtes des Hammers und damit die bedeutende Verminderung der Wurfweite. Die Voraussetzung bleibt, dass diejenigen, die mit dem traditionellen Hammer die besten waren, auch nach diesen Veränderungen an der Spitze bleiben. Diesen Grundprinzipien nach wurde unser Studium (finanziert von IAAF) 2001 dem Weltverband eingereicht. In der Tabelle Nr. 1 ist zu sehen, welche Ergebnisse in einer gewählten Leistungszone mit welcher Drahtlänge und welchem Hammergewicht zu erreichen sind, welche Wurfleistung mit dem heutigen Weltrekord (86,74 m) identisch sei.

- Unserer Meinung nach würde ein Wurf mit 8 kg schwerem Hammer und 60 cm Drahtlänge den Platzbedarf des Hammerwurfes decken und das Behalten der Ungefährlichkeit des Wurfes bei den üblichen leichtathletischen Wettkämpfen sichern.

- Bei der Wettkampfvorbereitung sind die Hammer mit verschiedenem Gewicht und Drähte mit verschiedener Länge schon seit Jahrzehnten vorhanden. Eine Umstellung zu einem kürzeren und schwereren Gerät würde also keinen Rückgang bei dem erreichten Niveau der Wurftechnik verursachen.

- Unsere Untersuchungen und praktischen Erfahrungen beweisen, dass die Vermittlung des Hammerwurfes mit dem kürzeren Gerät (Tabelle 2.) wirksamer wird.

- Wir bitten alle Sportfreunde, für die die Leichtathletik, der Hammerwurf wichtig sind, tun sie alles Mögliche um das Aufrechterhalten dieser Disziplin. Sie sollen die Konzeption über Verminderung der Wurfweite und Erhöhung des Hammergewichtes unterstützen. Man darf nicht zulassen, dass der traditionsreiche Hammerwurf aus dem Programm der leichtathletischen Wettkämpfe verschwindet.

- Mit sportfreundlichen Grüßen

Lehrstuhl für Leichtathletik der Ungarischen Sportuniversität - Unsere Adresse:

*Faculty of Physical Education and Sport Sciences /TF/ Semmelweis University Budapest*

*e-mail: [szalma@mail.hupe.hu](mailto:szalma@mail.hupe.hu)*

**Tabelle 1.** Die vorgeschlagenen neuen Hammergrößen für Männer (Erwachsene)

Neue Weltrekorde (m)	Hammer	
	Masse (kg)	Länge (cm)
40-45	13	90
	12	70
45-50	10	70
	12	90
50-55	8	60
	11	80
55-60	7,26	70
	9	80
	10	100
60-65	7,26	80
	9	100
65-70	7,26	90
	9	110

**Tabelle 2.** Die vorgeschlagenen Hammermassen auf Grund der jetzigen Proportionen beim Hammerwurf der Männer und Frauen

Gruppe	Männer		Frauen	
	Länge (cm)	Gewicht (kg)	Länge (cm)	Gewicht (kg)
Erwachsene	60	8	60	4,4
Nachwuchs	60	8	60	4,4
Junioren	60	6,6	60	4,4
Jugendliche	60	5,5	60	4,4
Halbwüchsige	60	4,4	60	3,3
Sportstudenten	60	5	60	3