

Hermann Haberl - mit Pfeil und Bogen zu Olympia!

Mittwoch, 14.12.2011 11:10 (GMT+1)

Der ASKÖ Steyrmühl Schütze Hermann Haberl kann der zweite Olympiastarter aus der Bogensporthochburg Steyrmühl werden. Nach einem ausgesprochen erfolgreichen Jahr 2011 mit Siegen und Spitzenplatzierungen, steht er nun kurz vor der Olympiaqualifikation. Er erzielte heuer EM-Silber und EM-Bronze in Lignano, Staatsmeisterschafts-Gold im Team und -Bronze im Einzel, sowie Doppeltes Gold als Österreichischer Meister Indoor und Outdoor.



Die Chance, dass er die Olympiaqualifikation im Juni 2012 nahe Salt Lake City, USA, holen kann, ist sehr realistisch. Ein Start bei den Spielen in London 2012 wäre die Krönung seiner bisherigen Laufbahn.

Hermann Haberl schießt einen Recurvebogen, die einzige olympische Bogenart. In der intensiven Wettkampfvorbereitung wird 6mal pro Woche insgesamt zwischen 12 und 15 Stunden trainiert. Mit reiner Muskelkraft zieht er den mit rund 24 Kilogramm bespannten, in Feinarbeit individuell auf den Schützen abgestimmten Bogen.



Fotos: priv/Haberl

Der Pfeil schnell mit über 240 km/h vom Bogen Richtung Zielscheibe. Bei einem Bewerb werden in der Qualifikation bereits 72 Pfeile geschossen. Das Finale wird im k.o.-System ausgetragen. Ganztagesturniere können rund 8-9 Stunden dauern, in denen es gilt, die Spannung und Konzentration hoch zu halten.

Was macht die Faszination des Bogensportes aus? Es geht darum, dem Bogensportgruß folgend „alles ins Gold“ zu treffen. Das bedeutet, auf 70 Meter Entfernung einen goldgelben Mittelring mit einem Durchmesser von nur 12 cm zu treffen, um dafür jeweils 10 Ringe zu erhalten. 12 Pfeile pro Durchgang stehen zur Verfügung – aber die 120 möglichen Punkte hat in einem Bewerb noch keiner erzielt. Haberls Highscore mit 72 Pfeilen in einem Bewerb liegt bei beachtlichen 641 Ringen.

Um auf so hohem Niveau schießen zu können, reichen Krafttraining und viele Trainingsstunden alleine nicht aus. Gemeinsam mit den Techniktrainern Johann Suchan und Toni Codispoti feilt Haberl an Nuancen im Schussablauf. Einmal im Monat geht es auch zum Mentaltrainer Wolfgang Weiss, da sich neben Kraft und Technik sehr viel im Kopf abspielt.

Bei diesem Freiluftsport muss der Schütze natürlich auch auf Wind, Regen und sämtliche Umwelteinflüsse reagieren und mit Feingefühl die Balance zwischen Krafteinsatz und Konzentration finden. Ist der Ablauf perfektioniert und automatisiert, kommt der so genannte Floweffekt. Hat man den erreicht, dann läuft alles fast wie von selbst. Um in diesen Zustand zu kommen reicht manchmal ein einzelner guter Schuss, und oft wartet man vergebens darauf.

Wer Lust bekommen hat, bei einem Bogenturnier zuzusehen, sollte sich den 22. Jänner 2012 notieren. An diesem Tag finden die OÖ ASKÖ Landesmeisterschaften im Sportland Laakirchen statt, an denen natürlich auch Hermann Haberl an den Start geht. Mehr zu den Erfolgen von Hermann Haberl und zur Sektion Bogensport der ASKÖ Steyrermühl Papier finden sie unter www.askoe-steyermuehl.at.

Auszug aus den Erfolgen von Hermann Haberl:

Weltmeisterschaften: 1 x Gold (2008 WFG Liverpool)

1 x Silber (2008 WFG Liverpool)

1 x Bronze (2007 WIAC Mannheim)

Europameisterschaften 1x Silber (2011 EMG Lignano)

1x Bronze (2011EMG Lignano)

Staatsmeisterschaften: 7 x Gold (.....2010 Einzel Outdoor, 2011 Team Indoor, 2011 Team Outdoor)

10 x Silber (.....2009 Team Indoor, 2009 Einzel Recurve Indoor, 2009, Team Outdoor, 2009 Einzel Recurve Outdoor, 2010 Team Recurve Outdoor)

4 x Bronze (2011Einzel Indoor)

Österreichischer Meister: 4 x Gold (1999 3D, 2000 3D, 2011 Indoor Masters, 2011 Outdoor Masters)

Landesmeisterschaften: 9 x Gold, 7 x Silber, 5 x Bronze