

Ein fantastischer Wettkampf

Bestens auf diese **UNION Landesmeisterschaften** vorbereitet, ging ich voll motiviert an die Hantel.

Ziel war diesmal 5 bis 6 gültige Versuche zu zeigen und eine gewisse Sicherheit auszustrahlen.

Beim Aufwärmen lief es schon sehr gut und ich riss 65 kg ganz locker im Aufwärmraum, daher beschlossen Papa (der mich betreute) und ich, dass wir mit 65 kg den Wettkampf beginnen werden. 65 kg für den ersten Versuch und der gelang spielend obwohl dies schon 1 kg über meinem Rekord lag. Zweiter Versuch 68 kg und Papa motivierte mich (das kann er perfekt) und ich zweifelte keine Minute. Die 68 kg riss ich zwar gültig, aber technisch nicht perfekt. Nun steigerte Papa auf die 70 kg, die ich noch nie gerissen habe und er redete mir ein, dass ich das schaffe. Beim Motivieren schlägt Papa keiner, er machte mir Mut und sagte auf was ich aufpassen sollte und ich war bis in die Haarspitzen motiviert, weil ich diese 70 kg unbedingt Reißen wollte. Volle Konzentration gut weggehoben, gute Streckphase, schnelles eintauchen in die Hocke und ich musste kämpfen und das tat ich auch weil ich diesen Versuch unbedingt wollte. Phantastisch **70 kg gerissen** mit einem Körpergewicht von 51,9 kg. Ich war mächtig stolz auf mich endlich **3 Gutversuche im Reißen**, und ich überbot den Österreichischen Rekord der Katg- 56 gleich um 7 Kilogramm.

Beim **Stoßen** wollten wir mit 75 kg beginnen aber weil es im Aufwärmraum so gut lief, begann ich mit 78 kg im Stoßen. Dieser Versuch sah echt leicht aus. Diese 78 kg waren 4 kg über meiner bisherigen Bestmarke. Dann steigerte Papa gleich auf **82 kg** und die wollten wir, um 250 Sincl.-Punkte zu erreichen. Wieder motivierte mich Papa und immer wieder sagte er „du kannst das, du schaffst das“, und ich glaubte ihm das und ging sehr konzentriert an die 82 kg schwere Hantel auf die Treppe. Schwer weggehoben, dann perfekte Zugphase, schnell in die Hocke und dann sehr schwer aufgestanden und als ich mit der 82 kg schweren Hantel auf der Brust dastand da wusste ich, ich kann dieses Gewicht STOSSEN. Tief angewippt und perfekt ausgestoßen. Dieser Versuch war Gültig. **70 kg Reißen, 82 kg Stoßen, 152 kg im Zweikampf und 250,24 Sincl. Punkte** als 13-Jähriger mit einem Körpergewicht von 51,9 kg !!!! Was will man mehr; mein Gewichtheberherz war sehr stolz. Ich überbot die Österreichischen Rekorde der Schüler Katg- 56 kg um 9 kg im Zweikampf. Aber leider werden diese nicht mehr anerkannt. Die Vereinsrekorde des ACU Krems sind nun höher als die Österreichischen Rekorde der Schüler. Aber egal ab 1.1.2012 bin ich in der Jugendklasse und auch dort ist mein Ziel Rekorde zu machen und meine Ziele werde ich nicht aus den Augen verlieren