

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 29 (1972)

Heft: 2

Rubrik: Der Hammerwurf des Ostdeutschen Reinhard Theimer

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

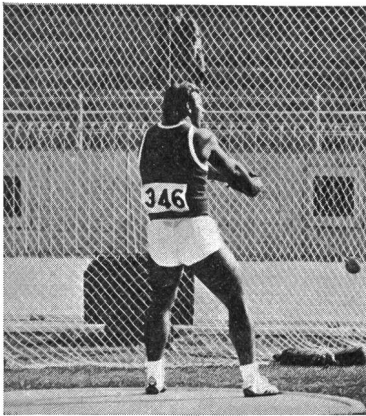
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

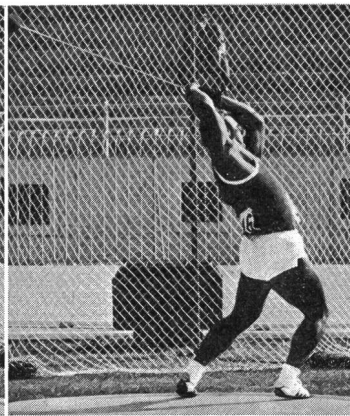
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



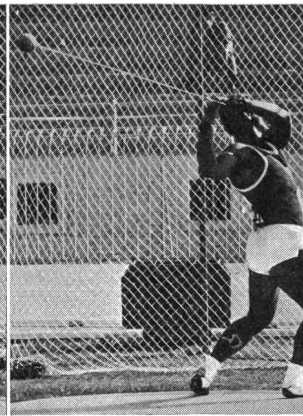
1



2



3



4



9



10



11



12



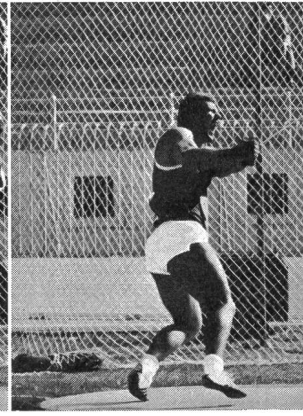
13



14



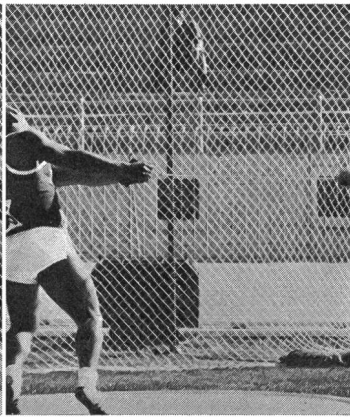
15



16



21



22



23



24



6

7

8

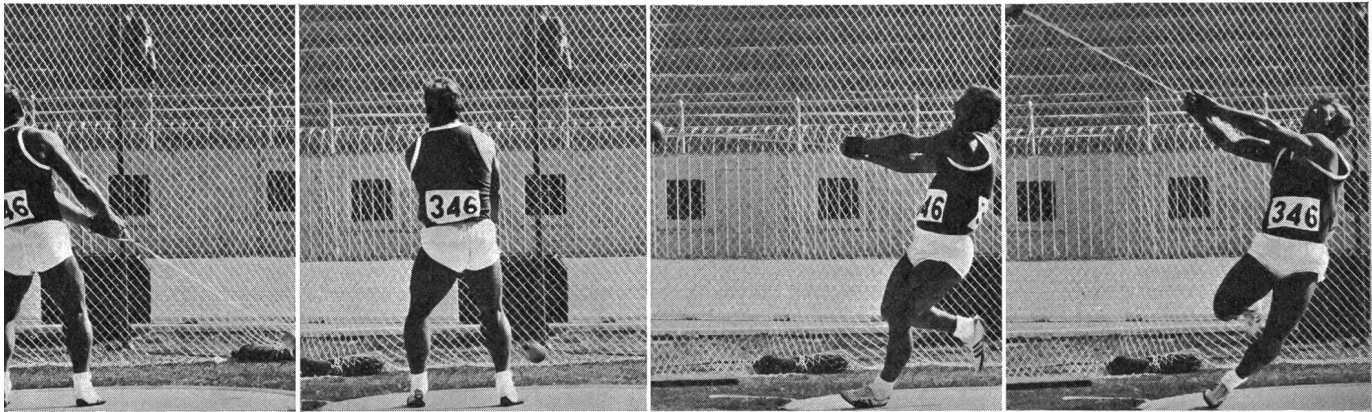
Der Hammerwurf des Ostdeutschen Reinhard Theimer

Der junge Werfer ist eines der grossen Talente in der internationalen Hammerwurf-gilde. Bei den Olympischen Spielen in Mexiko 1968 wurde er mit 68,84 m im siebten Range klassiert, in Athen, an den EM des Jahres 1969 holte er mit 72,02 m die Bronzemedaille. Diese hier von Elfriede Nett gedrehte Bilderreihe zeigt den Athleten beim Qualifikationswurf der EM in Athen mit einer Leistung von 71,06 m.

Nach zwei Anschwüngen (wir haben hier nur einen festgehalten, Bilder 1 bis 6) setzt die Drehung mit einer aktiven Beinarbeit aus der zweibeinigen Stützphase ein, und zwar, wenn der Hammerkopf seinen tiefsten Punkt erreicht hat (Bild 7). Beide Beine drücken in die Drehrichtung, der rechte Fuss mit dem Ballen, der linke mit der Ferse auf dem Boden

(Bild 8). Jetzt erfolgt die intensivste aktive Beschleunigung des Hammers, welche Theimer ausserordentlich geschickt beherrscht. Man beachte auch die Sicherheit des Athleten in seiner Fussstellung. Die zweite und dritte Drehung setzt wieder – wie die erste – dann ein, wenn der Hammerkopf den tiefsten Punkt passiert (Bilder 12 und 18). Sobald das Umlaufbein den Boden berührt, beginnt die Abwurfbewegung (Bild 22). Das linke Bein streckt sich, das rechte bleibt gebeugt. Die Arme bleiben lang, der Kopf wird in den Nacken gelegt. Theimers Bewegungen sind unglaublich harmonisch, rund und präzise. Ein prächtiger Athlet!

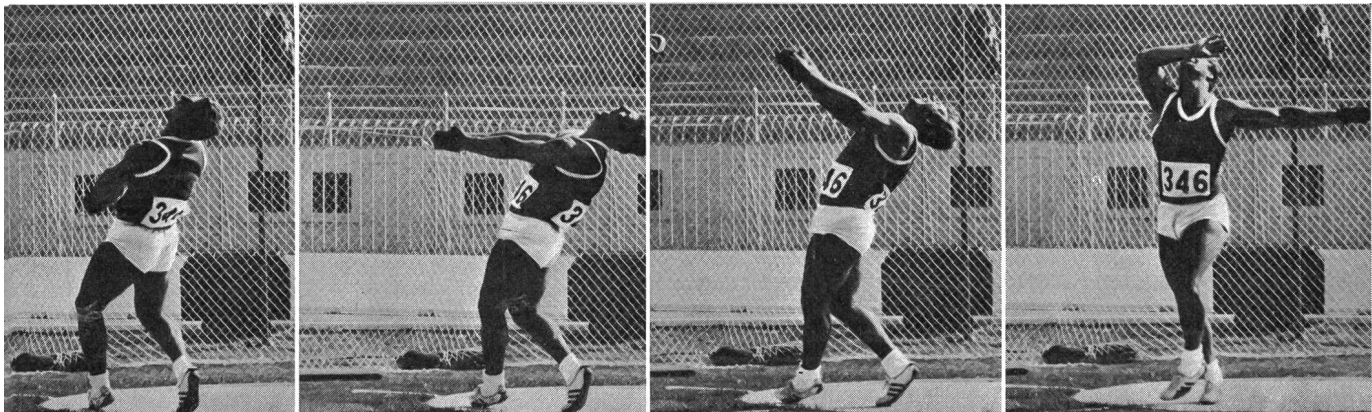
Bilderreihe: Elfriede Nett
Text: Arnold Gautschi



18

19

20



26

27

28