



# Ein Sprint in Marathonlänge

Acht Spiele in 12 Tagen! Die Teams der Handball-EM gehen psychisch und physisch an ihre Grenzen.



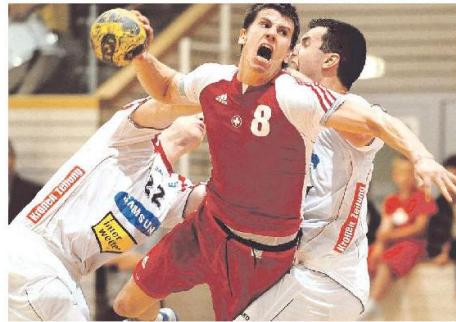
>> Elf Spezialisten stehen den Handballern während der EM 24 Stunden am Tag zur Verfügung. <<  
**Martin Leonhardt**

Die Spieler legen einen Marathon zurück – einen Marathon im Sprinttempo! Neben reiner Laufarbeit warten 2.232 blitzartige Richtungsänderungen, 1.510 Tempowechsel, Hunderte harte Körperkontakte, viele explosive Sprünge sowie technische und taktische Meisterleistungen auf sie“, veranschaulicht Sportwissenschaftler Christian Jopp die extreme Belastung, die auf die Teams der Europameisterschaft zukommen wird. „Was das für den Körper bedeutet, ist unvorstellbar“, seufzt auch Martin Leonhardt, medizinischer Betreuer der EM, und er-

gänzt: „Turnierbetrieb ist nicht gleich Meisterschaft. Mehr Belastung und weniger Regenerationszeit führen erwiesenermaßen zu mehr Verletzungen.“

### Ein Team für den Fall der Fälle

Seit Monaten laufen die Vorbereitungen auf das Großevent auf Hochtouren: „In der Stadthalle wird ein eigenes medizinisches Zentrum für schwerere Unfälle errichtet. Ein Team aus einem Narkosearzt, einem Unfallchirurgen, einem Intensivpfleger und einem Sportarzt steht rund um die Uhr zur Verfügung. Dazu wird das Team des UKHs noch mit fünf Spezia-



Harte Zweikämpfe und intensiver Körperkontakt können im Handball zu schweren Verletzungen führen – in Graz ist man dafür gerüstet. GEPA

listen erweitert, um sofort handeln zu können“, so Leonhardt. Aber nicht nur die ernstesten Verletzungen, sondern auch die kleineren „Wehwechen“ müssen lange vor der EM be-

dacht werden. „Jeder Teamarzt braucht pro Team und Woche etwa 600 Meter Tape und etwa 400 Meter Verbandsmaterial“, fasst Jopp zusammen. Das wären bei 16 Mannschaften be-

achtliche 16 Kilometer – eine Strecke, die etwa der Entfernung von Graz nach Unterprenstätten entspricht.

### Der Countdown läuft!

Nur noch zehn Wochen bis zur EM und mit der WOCHE können Sie hautnah dabei sein. Ab jetzt verlosen wir nämlich in jeder Ausgabe Karten für die Gruppenspiele in der „Steiermark-Arena“. Spielen Sie mit!

**Gewinnspiel**  
**1 x 2 Karten für ein EM-Spiel zu gewinnen!**  
 Kennwort: HANDBALL  
 E-Mail an [gewinnspiel@woche.at](mailto:gewinnspiel@woche.at) oder Karte an WOCHE, Belgierg. 3/2., 8020 Graz bis 14. 11. 2009. Gewinner werden telefonisch verständigt.

**WOCHE**

H  
N  
b  
G  
a  
g  
s  
1.  
(E  
B  
D  
a  
2  
In  
d  
g  
d  
S  
R  
se  
S  
u  
g  
i  
ül  
S  
oi  
fe  
G