

Hans-Jürgen Ulbricht & Andreas Bering

Zeitstrukturen von Kampfhandlungen im Ringen

Summary

Duration and distribution of straight attacks in greco-roman wrestling effect a specific physical strain in competition. There are no studies about the diversification depending from type and rate during a given fight. Even an imagined differentiation between weight categories was not examined. Determined by use of modified video analysis there are notable varieties in the frequency of attacks. 48 % of the attacks with maximal strength need less than 5 and 41 % less than 10 seconds. The included 94 % total contest time episodes among aerobic requirements are used for a rapid degradation of lactate.

Zusammenfassung

Die Dauer und die Verteilung von direkten Angriffsaktionen im griechisch-römischen Ringkampf bewirkt eine bestimmte konditionelle Beanspruchung im Wettkampf. Wie sich die Art und Häufigkeit von Angriffshandlungen im Kampfverlauf verteilen, wurde bisher nicht untersucht. Auch eine anzunehmende Differenzierung zwischen den Gewichtsklassen wurde nicht betrachtet. Die mittels modifizierter Videoanalyse ermittelten Daten zeigen deutliche Unterschiede in der Anwendungshäufigkeit der Angriffshandlungen. 48 % der Angriffshandlungen mit maximaler Intensität dauerten weniger als 5 und 41 % weniger als 10 Sekunden (s). Die 94 % der Gesamtkampfzeit umfassenden Zwischenhandlungen unter Bedingungen der aeroben Energiegewinnung müssen für einen schnellen Laktatabbau genutzt werden.

Schlagnworte: Ringen, Angriffshandlungen, Belastungsdauer