

Empfehlungen beim Kauf von Speeren

Weil ich regelmässig nach Tipps und Beratung beim Kauf von Speeren gefragt werde, möchte ich die häufigsten Empfehlungen meinerseits gerne hier kurz zusammenfassen. Ich will aber betonen, dass es sich hier um eine **subjektive Meinung von mir** handelt, die auf persönlichen Erfahrungen beruht.

Versucht zunächst die Frage zu beantworten: Was genau suche ich? Wettkampfspeer oder Trainingspeer? Soll er möglichst kostengünstig sein, oder spielt dies eine untergeordnete Rolle? Und ganz wichtig: Für welche Leistungsstufe werden die Speere hauptsächlich benötigt?

Trainingspeere

Wer z.B. für einen Klub oder eine Schule eine gewisse Menge an Speeren anschaffen muss, der sucht Geräte, die von der Qualität her gut und besonders robust und langlebig sind. Sie sollen nicht so schnell verbiegen, die Kordel soll fest sitzen und der Lack soll auch möglichst lange halten.

Empfehlung Nr. 1 für Vereine/Schulen: Nordic Viking oder Comet

Für mich, ist das der Schulungsspeer schlechthin. Ein enorm langlebiges und qualitativ gut verarbeitetes Gerät, das man bis zu einem gewissen Leistungslevel (ca. 40m) sogar für Wettkämpfe einsetzen kann. Ist von den Wurfeigenschaften her sowie der Kordelbeschaffenheit ein wirklich sehr gutes Gerät.

Alternativ und noch etwas preisgünstiger könnte auch die Linie Nordic Comet dasselbe bieten. Aber diese haben wir noch nicht selber getestet.

Empfehlung Nr. 2 Vereine/Schulen: GETRA Competition II

Ist dem Namen zum Trotz definitiv ein Trainingspeer. Preislich sehr günstig, aber von der Qualität her bei weitem besser als alle anderen in diesem Preissegment. Wer grössere Mengen kaufen muss, aber stark auf den Preis schauen muss, der soll diesen Speer wählen.

*Ich persönlich habe **schlechte Erfahrungen mit den günstigen Polanik-Speeren** gemacht. Diese verbiegen im normalen Gebrauch sehr schnell und die Kordel löst sich rasch ab. Diese Erfahrung teilten mir auch mehrere Kollegen mit. Zudem ist das Flugverhalten der günstigen Polanikspeere ungünstig. Viele Schulen haben sich (leider) aus preislichen Überlegungen für diese Marke entschieden. Dabei wären die GETRA günstiger und robuster.*

Wettkampfspeere

Speere vor dem Kauf ausprobieren

Ein guter Wettkampfspeer kostet schnell mal über 1000 Franken. Fragt unbedingt bei befreundeten Klubs/Werfern nach, ob ihr einige **Speere** des gewünschten Gewichts zum **Testen** ausleihen könnt. Kauft nicht „die Katze im Sack“! Die Hersteller-Beschriebe in Katalogen und Internetseiten beurteile ich persönlich als selten brauchbar bis irreführend.

So findet man einen individuell passenden Speer

Man muss einen potenziellen Wettkampfspeer körperlich vorbereitet und aus vollem Anlauf werfen, um ihn auch beurteilen zu können. Mit meinen Athleten mache ich das immer zusammen, damit man die Sicht des Athleten (Innensicht) und diejenige eines Beobachters (Aussensicht) kombinieren kann.

Ich als Beobachter orientiere mich primär an der Flugkurve. Sie soll harmonisch sein. Das heisst der Speer soll im ersten Teil nach oben steigen und allfällige Abwurf-Fehler des Athleten „schlucken“ oder mindern. Er soll möglichst wenig vibrieren. Der Umkehrpunkt zum Sinken soll weich sein, also nicht plötzlich und/oder sehr stark sichtbar sein. Er soll lange segeln. Aber kurz vor dem Bodenkontakt soll die Spitze den Boden suchen und möglichst auch (flach) stecken. Ein Speer der sehr flach fliegt und vor allem flach „aussegelt“ würde ich nicht empfehlen, da er wahrscheinlich zu hart ist und auf jeden Fall bei den Wettkämpfen häufiger ungültige Würfe provoziert; gerade bei Gegenwind. Zu weiche Speere wabbeln sehr stark, steigen rasch und sinken ebenso rasch.

Mein Athlet bringt dazu noch individuelle „Wohlfühl“-Aspekte dazu. Passt ihm die Kordel? Ist die Dicke des Speers angenehm? Und vor allem das Abwurfgefühl: spürt er den Speer? Man spürt beim Abwurf die Beschleunigung des Geräts und die Kraftentfaltung. Und man unmittelbar nach dem Abwurf ein Sofort-Feedback, ob es sich um einen heiklen Speer oder einen unkomplizierten Speer handelt. Man soll sich lieber für einen sicheren Speer entscheiden, der auch etwas ungestümeres Abwerfen verzeiht.

Der Klassiker : man kauft einen zu harten Speer

Ich behaupte, dass etwa 70% der Werfer in der Schweiz mit einem falschen, meist zu harten Speer werfen. Sie kaufen ein Gerät, wo 80m drauf steht und hoffen, dadurch einen besseren Speer zu kaufen, der natürlich wahre Wunder vollbringen soll. Nur der individuell richtige Speer kann helfen, die Wurfweite zu optimieren. Zu weiche oder zu harte Speere mindern die potenzielle Wurfweite. Nochmals zum Mitschreiben: Wer einen zu harten Speer wählt, wirft weniger weit! Ein zu harter Speer ist insbesondere daran zu erkennen, dass er im hintersten Teil des Fluges nicht mehr kontinuierlich „aussegelt“, sondern oft flach ausgerichtet „zu Tode fällt“. Er gibt dem Werfer auch ein ganz anderes (kein) Feedback beim Abwurf; man spürt das Weggehen nicht. Kommt dazu, dass das Trainieren mit diesem Speer rasch zu Beschwerden in den Gelenken (Ellbogen, Schulter) führen kann.

600g-Speere

Der Mehrheit der Schweizer Werferinnen von 600g-Speeren, die so um 35-45m werfen, rate ich grundsätzlich zu den Modellen **Nordic Diana 50** oder **Nemeth Standard 50 bis 70** oder **höchstens dem Nemeth Club 70**. Erst jenseits der 45m macht dann Nordic Diana 60 Sinn. Um die 50m-Werfer sollten dann Nordic 70 anschaffen und über 60m-Werfer allenfalls Nordic 80. Ab Würfeln um 50m warf Schweizerrekordhalterin Nathalie Meier in unserer gemeinsamen Zeit meistens Nemeth Classic Alu 80; damit warf sie im 2011 auch den Elite-Schweizerrekord.

Zu hart sind für **alle Frauen die nicht 50m** werfen sind Nordic Speere mit Flexhärte tiefer als 6.2. Also all die Nordic Indra, Xena und Olympia gleich vergessen, ebenso wie alles wo Carbon oder Composite draufsteht.

800g-Speere

Hier überzeugen mich ebenfalls die Nemeth-Modelle am meisten. Gerade die neue Nemeth-Generation mit der gelben Kordel hat eine sensationelle Qualität. Fürs Training verwenden wir oft die alten silbrigen Held-Speere, die praktisch „unkaputtbar“ sind.

Zu hart für **alle Männer, die nicht wenigstens 58m** werfen sind Nemeth 95 oder sämtliche Karbon-Speere. Dieses Modell wirft Bruno Schürch aktuell.

Deshalb haben Cracks oft zwei Wettkampfspeere dabei

Meine besten Werfer haben immer zwei Speere dabei. Einen der für die meisten Windverhältnisse passt und einen für starken Frontalwind. Bei 800g- und 600g-Speeren ist das bei uns meistens ein Nemeth-Speer und für Gegenwind einen von Nordic.

Bei 500g- und 700g-Speeren, die von der Konstruktion her eh dazu neigen zu flach zu landen, empfiehlt es sich zudem einen Speer dabei zu haben, der etwas deutlicher den Boden sucht und sicherer steckt.

Die Hinweise der Hersteller

Die **Meter-Hinweise auf den Speeren** (z.B. Nemeth Classic 70, Nordic Diana 60, etc) könnt ihr als Referenz für die Leistung schlicht vergessen! Faustregel: Zieht bei Frauenspeeren 15m und Männerspeeren 25m ab, dann entspricht es so halbwegs dem vorgesehenen Wurfbereich. Und übrigens auch die von einigen Shops in der Beschreibung als Untergrenze verwendeten Bezeichnungen „**ab** 30m“ oder „**ab** 35m“ finde ich völlig nicht der Realität entsprechend.

Zu den Marken allgemein

- Im oberen Leistungsbereich bietet Nordic seine Ware zu den teuersten Preisen an. Sie scheint mir in diesem Segment eher überbewertet. Nemeth und auch einige OTE-Geräte bieten für weniger Geld oft mehr, finde ich.
- Im unteren Leistungsbereich schneiden Nordic und Getra punkto Preis-Leistungsverhältnis am besten ab. Für mich fällt Polanik im unteren Preissegment punkto Qualität deutlich ab.

Modell - Tipps Wettkampfspeere kurz und bündig

Speere 400g

Mit Nordic Rocket Steel warf Nathalie Meier 2008 den Schweizer Rekord U16.

Speere 600g:

Wurfweite 35-42m: Nordic Diana 50

Wurfweite 44-50m: Nordic Diana 60 oder Nemeth Classic Alu 70 oder 75

Weiten über 50m: Nemeth Classic Alu 80 oder Nordic Diana 70 oder 80

Speere 700g:

Wurfweite über 55m: Nordic Super Elite

Speere 800g:

Wurfweite über 55m: Nordic Super Elite / Nemeth Classic