Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 53 (1996)

Heft: 12

Artikel: Schort track speed skating

Autor: Bürgi, Martin

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-993326

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

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

Short Track Speed Skating – auf Deutsch Eisschnelllauf auf der Kurzbahn, das heisst dem Eishockeyfeld – ist äusserst spektakulär: Massenstarts, enorme Schräglagen in den engen Kurven, ein atemberaubendes Tempo und ständige Führungswechsel sorgen bei den Zuschauern für Spannung von der ersten bis zur letzten Sekunde.

Autor: Martin Bürgi
Fotos: J.P. Maeder, IOC

Fun und Action auf dem Eis

Short Track Speed Skating

Schon um die Jahrhundertwende wurde in Kanada wie auch in England und Schottland aus Mangel an 400-m-Eisrundbahnen auf das Hockeyfeld ausgewichen und dort im Massenstart um die Wette gelaufen. Aber erst 1981 wurden die ersten von der ISU (International Skating Union) anerkannten Weltmeisterschaften ausgetragen. Seither hat sich Short Track rasant weiterentwickelt: in Calgary noch Demonstrationssportart, wurde diese Disziplin 1992 in Albertville olympisch. Vor zwei Jahren, in Lillehammer, wurde das Programm bereits erweitert, sodass heute über zwei Einzeldistanzen (500 m und 1000 m) sowie in der Staffel olympische Medaillen vergeben werden.

Short Track in der Schweiz

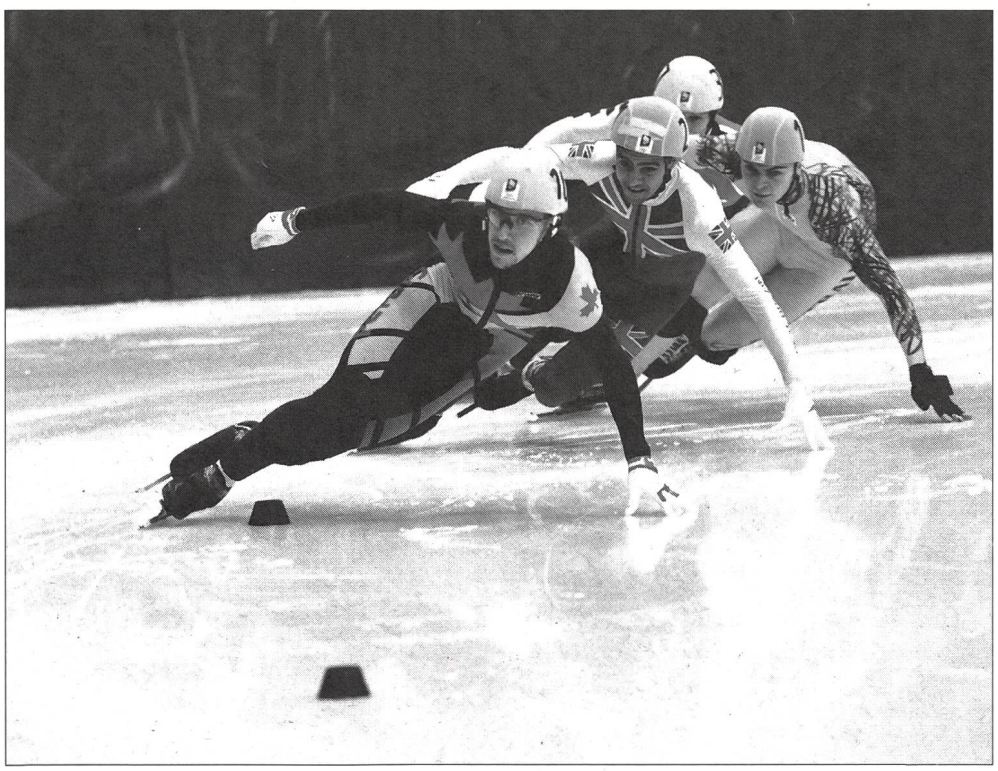
In der Schweiz wird Short Track seit 1981 ernsthaft betrieben. 1992 konnten in Schaffhausen die ersten offiziellen Schweizer Meisterschaften durchgeführt werden. Mit insgesamt gegen 100 Eishockeyfeldern ist für Short Track eine optimale Infrastruktur vorhanden. Die beiden Haupttrainingszentren liegen zurzeit in Schaffhausen und Zürich, weitere sind in Thun und Leukerbad am Entstehen. Short Track gehört als eigenständige Disziplin dem Schweizer Eislauf-Verband (SEV) an und ist seit Mitte Jahr auch in der Sportfachkommission Eislauf vertreten.

Wettkampfbestimmungen

Die Wettkämpfe sind als Cupsystem organisiert. Jeweils vier bis acht Laufende treten direkt gegeneinander an. Die beiden Ersten jeder Serie qualifizieren sich für die nächste Runde. Dabei werden dem Rang entsprechend Punkte verteilt. Gesamtsieger ist, wer über die vier zu laufenden Distanzen (500 m, 1000 m, 1500 m und 3000 m) am meisten Finalpunkte sammeln kann.

Parallel zu diesen Einzelwettkämpfen werden auch Staffeln (Relays genannt) ausgetragen. Vier Teams mit jeweils vier Laufenden treten über 3000 m bei den Damen (27 Runden) bzw. über 5000 m bei den Herren (45 Runden) an. Nach jeder Runde erfolgt ein fliegender Wechsel zum nächsten Läufer mit einem kräftigen Stoss in das Hinterteil.

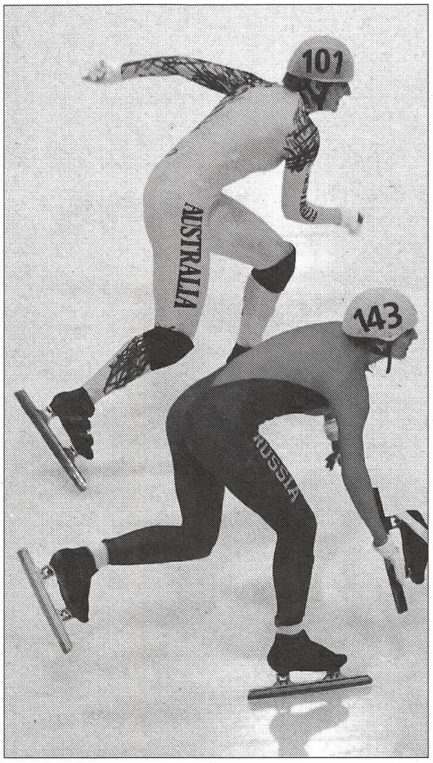
Die im Gegenuhrzeigersinn zu befahrene Runde misst 111,12 m. Auf eine Gerade von rund 30 m Länge folgt eine Kurve mit einem Radius von lediglich 8,5 m, die mit sieben Gummiblöcken markiert wird. Spitzenläufer legen eine solche Runde in knapp neun Sekunden zurück, was einer Spitzengeschwindigkeit von über 45 km/h entspricht. Bei diesem Tempo muss ein Läufer in den Kurven Fliehkräften widerstehen, die mehr als sein doppeltes Körpergewicht betragen. Dabei werden Schräglagen gegenüber der Vertikalen von mehr als 60° erreicht – und dies auf engstem Raum im Pulk mit bis zu acht Laufenden!



Material

Anfänger und Hobbyläufer können Short Track ohne weiteres mit ihren normalen Schlittschuhen betreiben. Fortgeschrittene und Wettkämpfer verwenden dagegen hochfeste Schalenschuhe, die mit Kevlar- und Carbon-Geweben verstärkt sind, um den hohen Fliehkräften standhalten zu können. Die messerscharfen Kufen sind seitlich nach links versetzt und nach innen gebogen. Dadurch liegt der Körperschwerpunkt in der Schräglage genau auf der Kufenkante.

Stürze sind manchmal nicht zu vermeiden, aber kaum jemand im Eissport ist so gut geschützt wie Short-Track-Läufer/-innen: der obligatorische Helm schützt den Kopf, Knie- und Ellbogenschoner die Gelenke und die ebenfalls vorgeschriebenen, schnittfesten Handschuhe helfen Verletzungen durch die



scharfen Kufen zu vermeiden. Ein Genickschutz analog zum Eishockey wird empfohlen. Die Banden sind durch Schaumstoffmatten dick gepolstert, um allfällige Stürze weich abzufangen.

Ein Sport für 8- bis 80-jährige

Short Track ist ein Sport, der in jedem Alter ausgeübt werden kann. Wer auf zwei Schlittschuhen stehen kann, ist ein potentieller Short-Track-Läufer! Als Breitensport betrieben ist Short Track ein vorzügliches Konditionstraining ähnlich dem Langlaufen, das auf jeder Eisbahn erfolgen kann. Anders als beim Joggen gibt es durch die harmonische Bewegung keine Schläge auf die Gelenke, sodass Short Track auch für ältere Leute geeignet ist.

Auf Stufe Leistungssport stellt Short Track hohe Anforderungen an Kraft, Kondition, Technik und Gleichgewicht. Während des Wettkampfs sind noch weitere Fähigkeiten erforderlich: Taktik, um im Rennen zur richtigen Zeit an der richtigen Stelle zu sein, aber auch die Fähigkeit, die Kräfte richtig einzuteilen, denn gefragt ist, mit möglichst geringem Kraftaufwand die Finals zu erreichen und dort zuzuschlagen.

Das Short-Track-Training findet immer in der Gruppe statt. Anfänger wie Fortgeschrittene können problemlos gleichzeitig trainieren, ohne sich in die Quere zu kommen. Neben dem Gruppenerlebnis fördert dies auch eine wirkungsvolle Ausbildung und die stetige Weiterentwicklung aller. ■

Ski: Zum Hinschied von Giovanni Testa (1903–1996)

Drei Jahre nach seinem Wegstreiter Franz Josef Dahinden (1898–1993), ist der letzte mitbetroffene Zeuge einer bewegten Zeit der Schweizer Skigeschichte, Giovanni Testa, nach einem langen und reichen Leben am 18. Oktober 1996 in St. Moritz 93-jährig gestorben. Testa und Dahinden können als die beiden prominentesten Schweizer Skipioniere bezeichnet werden. Oft wurden sie auch «Rebellen» genannt, weil sie in den dreissiger Jahren den Mut hatten, der offiziellen Lehrmeinung im Schweizer Skilehrwesen zu widersprechen. Sie beide waren als erfahrene und stets reflektierende Pragmatiker von der damals vorherrschenden kopflastigen und vorwiegend skimechanisch begründeten Auffassung des Skifahrens wenig angetan. Aus eigener Erfahrung und auch aus einer gefühlsbetonten Beziehung zum Skisport heraus, erlebten und erkannten sie ihren Sport als eine naturverbundene Auseinandersetzung zwischen dem Ich und seiner Mitwelt. In der Art und Weise, wie sie darüber nachgedacht und wie sie die entsprechenden Konsequenzen für ihr technisches Verständnis gezogen hatten, waren sie der Zeit weit voraus. Ihre Überzeugung war es beispielsweise, dass die Skitechnik in erster Linie für den Menschen entwickelt werden müsse sowie als Lösung einer subjektiv wahrgenommenen Aufgabe dem Skifahrer dienen soll und nicht umgekehrt. Giovanni Testa, geboren am 31. Juli 1903, war der Pionier der «schraubenlosen Schwünge». Er verstand diese Technik als Protest zur in der Zwischenkriegszeit inszenierten «Einheitstechnik» und warf diesen «Übungswiesenkünstlern», wie er sie zu benennen pflegte, ihre «mechanistische Betrachtungsweise» vor. Damals stand gerade die vor allem von Schweizer Physikern begründete Skimechanik als «die» Wissenschaft des Skifahrens besonders hoch im Kurs. Testa und Dahinden vertraten jedoch die Auffassung, dass das eigentliche Verstehen der skifahrerischen Bewegungsabläufe nicht mit biomechanischen Überlegungen gefördert werden könne. Durch die einseitig technokratische Interpretation des Skilaufs verkümmere die Skitechnik zum Selbstzweck: der Skiunterricht dürfe nicht auf eine Lehre von biophysikalisch konstruierten Skistellungen und der Formenkorrektur beschränkt werden. Testa begründete seine Überzeugung mit dem Argument, dass eine ökonomische Skirenntechnik, wie sie damals der Skirennfahrer Rominger (St. Moritz) international erfolgreich demonstriert hatte, nicht falsch sein könne. Den beiden Skipionieren blieb zur «rechten» Zeit die verdiente Anerkennung und Wertschätzung versagt. Beide wurden von der offiziellen Ski-Schweiz während langer Zeit kaum je verstanden, schlimmer noch: geächtet. Im Höhepunkt jener unrühmlich und meist unsachlich geführten, für den damaligen Meinungsbildungsprozess vielleicht aber notwendigen Diskussionen über die «einzig wahre Technik», wurde den beiden Pionieren ihre Skilehrer-Patente wegen ihrer querdenkerischen Tätigkeit entzogen. Den zwei dann bis zum Bundesgericht prozessierenden «Rebellen» wurde im Zusammenhang mit dem Schweizer Wintertourismus «kreditschädigendes Verhalten» vorgeworfen. Erst 1982, anlässlich des 50-Jahr-Jubiläums des Schweiz. Interverbandes für Skilauf (SIVS) in Zermatt, erhielten Testa und Dahinden ihre Ski-Brevets wieder zurück. Dies, nachdem Karl Gamma, Chef-Techniker im Schweizer Skilehrwesen und Initiant dieser Rehabilitierung, in der Zwischenzeit längst erkannt hatte, dass die Patentlosen mit ihrer Auffassung – «sparsame Körperbewegungen bei möglichst gleichbleibendem Körperschwerpunkt und Ausgleichsbewegung durch Beinarbeit» – der skitechnischen Entwicklung meilenweit voraus waren.

Arturo Hotz