

Wohin geht der Breitensport - wenn er läuft?

Autor(en): **Uhlenbruck, Gerhard**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin**

Band (Jahr): **131 (2005)**

Heft 1

PDF erstellt am: **29.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-596825>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Wohin geht der Breitensport – wenn er läuft?

Gerhard Uhlenbruck

Nun, der Breitensport geht immer mehr in die Breite, ganz im Gegensatz zu denen, die ihn ausüben. Er geht aber auch nach oben, d.h. ins Gehirn. Und so dreht sich dann alles um die Leib-Seele-Achse, mit ihrem Mittelpunkt da, wo die Mitte ist, also unterhalb des Nabels. Der Bauch ist inzwischen weg, man schaut etwas tiefer. Aber darauf wollen wir uns jetzt nicht versteifen, obwohl auch die Sexualität viel mit dem Körper zu tun hat und seiner Fitness. Und natürlich mit der Seele und dem Geist, schliesslich ist auch die Macht des Geistes ein Aphrodisiakum. Schon beim Flirten soll man den Partner mit Witz und Humor bewirten. Fitness kommt von «fit», passen. Fitness bedeutet mithin das a priori vorgegebene oder durch Training erreichte Angepasstsein an Bedingungen, die eine optimale Selbstverwirklichung ermöglichen, denn Gesundheit bedeutet nichts anderes als die Summe aller biologischen und ökoimmunologischen Voraussetzungen, um dieses Ziel erreichen zu können. Schon 300 v. Chr. erkannte der Arzt Herophilus, der in Alexandrien lebte:

«Wo Gesundheit fehlt, kann Weisheit nicht offenbar werden, Kunst kann keinen Ausdruck finden, Stärke kann nicht kämpfen, Reichtum wird wertlos und Klugheit kann nicht angewandt werden.»

Bekanntlich kommt der Name Sport von «disportare», sich zerstreuen, und beinhaltet bereits seine Anti-Stresswirkung. Wenn wir jetzt damit den Begriff der Fitness auf den geistig-seelischen Bereich ausdehnen, dann kommen wir zur Definition von Glück: Es ist das, was wir aus dem Chaos des Unpassenden um uns herum zufällig als das zu uns Passende gefunden haben. Auch das Wort Glück kommt von «passen»: Das «Gelücke» der Zimmerleute, wenn ein Brett in ein anderes sich fugendicht fügte (da-

her auch Luke oder Lücke!). Zum Glück muss man eben den passenden Partner gefunden haben, den passenden Beruf, die passende Umwelt und auch den passenden, einen gesunderhaltenden Sport. Ist, wer so «fit» ist, auch glücklich? Wehe, wenn uns was nicht passt! Dann dürfte die Summe aller psychologischen und physiologischen Abwehrkräfte, genannt Immunsystem, ernstlich gefährdet sein. Breitensport, eine heile Welt, die um alles in der Welt heilt? Noch breiter, weiter aber nicht gescheiter? Wenn man die neuesten Ergebnisse psychoneuroendocrinoimmunologischer Forschung betrachtet, könnte das fast so sein. Doch halt: Wie steht es mit Sport und Chaosforschung? Mit Mandelbrot's «Geometrie der Natur», der «Koch'schen Kurve» und dem «fraktalen Dimensionsbegriff»? Hier stutzt der Jogger und Ausdauerläufer! Eine gerade Strecke hat die Dimension 1, aber die Koch'sche Kurve hat die fraktale Dimension 1.2618! Das bedeutet nicht nur das Ende des Dimensionsbegriffes von Euklid, Aristoteles und Kant, sondern auch, fraktal gesehen, die chaotische Dimension der Marathonstrecke: 42,195 km! Selbst die Meile erscheint jetzt in anderem Licht!

Und auch die Tatsache, dass wir keine «runden» Zahlen laufen, zeitlich gesehen, gibt zu denken! Der moderne Breitensportler sieht sich nun als Teil eines gigantisch-geordneten Chaos, die persönliche Leistungskurve als komplizierte Koch'sche Kurve, Leistungen nur als persönliche «Enttäuserungen» des Körpers. Mit anderen Worten: Dem Leistungssport, der persönliche Rekorde bisher angepeilt hat, eröffnet sich eine neue Dimension, die fraktale Sicht des Geistes. Vermehrte Hirndurchblutung und Endorphine lassen ihn darüber grübeln, warum die Zahl Pi des Langstreckenlaufes ausgerechnet 42,195 ist? Ein krummer Weg, der geradewegs zu höheren Sphären der

Erkenntnis führen wird! Und daran führt kein Trimpfad vorbei, denn dem Breitensport drohen drei Gefahren: Dass er langweilig wird, dass er durch Übertreibung krank macht und dass durch zu viel Marathon-Cortisol eine Stress-Demenz entsteht! Sport sollte man «mit Köpfchen» betreiben, damit in einem gesunden Körper kein kranker Geist entsteht – Brain-Jogging neben Bein-Jogging! Das heisst: Mit den Beinen auf der Erde bleiben, aber geistig gelegentlich abheben (Runners high). Und wenn es dabei zu warm wird – per aspirin ad astra! Damit auch der Werbeblock im Sport nicht zu kurz kommt. So isses nun mal – auch im Breitensport.

Warum sind Skispringen für Frauen oder 100-km-Läufe (die Schweiz war hier Vorreiter in Biel!) noch keine olympische Disziplin und warten draussen vor dem Marathontor? Sind sie doch des passiven und aktiven Breitensportlers liebstes Kind! Liegt es am Chaos des Funktionärsklüngels oder an den fragilen Fraktalen des Funktionärsfrustes? Denn für sie gilt: Dabeisein ist alles – das gilt für alle Funktionäre, umso mehr, je weniger sie in ihren Funktionen funktionieren.

Sumo-Ringer

Das Urteil des Ernährungswissenschaftlers:
Ungesättigte Fettsaurier!

Werner Moor

Nachwuchssportlerin

Liz: Ich trainier' mit einem Stock,
um Muskeln zu bewegen ...
Opa: Ach, wäre da ein Besen dran,
dann könntest du bald fegen!

Irène