

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band: 26 (1969)
Heft: 12

Artikel: 4 x 100-m-Staffellauf : Technik und Schulung
Autor: Studer, J.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-994204>

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: 07.02.2026

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

4 × 100-m-Staffellauf Technik und Schulung

J. Studer, Magglingen

Zeichnungen: B. Haussener

halten begegnet man erstaunlicherweise in den ersten Versuchen einer Methodik des Flops einer verhängnisvollen Umkehrung der Tatsachen. Nicht dem Absprung mit vorausgehendem Anlauf gilt die Aufmerksamkeit, sondern wieder einmal der Lattentechnik.

Schon in der Methodik des Straddle wurde der gleiche betrübliche Weg beschritten und in vielen Schulen und Vereinen statt «Vollbluthochspringern» eine unübersehbare Zahl von perfekten «Wälzkünstlern» herangebildet, deren minderbemittelten Sprungleistungen in keiner Weise mit der tatsächlichen Sprungkraft harmonisierten.

Aus diesem entscheidenden Fehler haben einige Methodiker offenbar immer noch nicht gelernt und halten die Technik der Lattenüberquerung beim Flop für so bedeutungsvoll (z. B. Kerkmann und Kessler), dass sie diese zum Schwerpunkt ihrer Methodik machen. Kesslers Auffassung «das Schwergewicht pädagogisch-methodischer Bemühungen müsse in der 'Hohlkreuz-Einrollphase' (Lattenüberquerung und Landung) liegen»* ist kennzeichnend für die Versuche eine Methodik des Flops auf der Grundlage einer methodischen Übungsreihe aufzubauen.

Derartiges Bemühen führt zwangsläufig am Wesen des Hochsprungs vorbei. Mit diesen Methoden werden keine Hochspringer sondern nur Flopper (to flop = schwerfällig niederfallen, hinplumpsen) herangebildet. Lattentechnik ohne Sprungkraft und ohne Beherrschung des Absprungs ist vertane Zeit!

Die Hohlkreuzlage bei der Lattenüberquerung ist in der Anfängerausbildung ausserdem nur bedingt schulbar. Sie ist abhängig von einer gewissen Sprunghöhe und damit einer bestimmten Flugzeit. Schüler mit einer maximalen Sprungleistung von 1,20 m z. B. können bei einem Sprunghügel von 80 cm Höhe und der daraus resultierenden Fallhöhe von ca. 40-50 cm über der Latte nicht die typische Hohlkreuzlage einnehmen, es sei denn, sie opferten schon im Absprung einen

Teil der Sprungenergie dieser technischen Feinarbeit bei der Lattenüberquerung.

«Je weniger an Sprungkraft und Sprunghöhe zur Verfügung steht, desto mehr Drehimpuls muss auf Kosten der Sprungkraft abgezweigt werden. Da der Körper also nur kurze Zeit steigt, muss darum die Verlagerung und Drehung auch wesentlich schneller beendet sein. Verlagerung und Drehung müssen schon im Absprung in sehr starkem Masse eingeleitet werden. Die so an falscher Stelle aufgewendete Kraft geht dann natürlich den Körperschwerpunkt hebenden Komponenten verloren».

Die Kunst der richtigen Lattenüberquerung ist also im wesentlichen eine Angelegenheit der Dosierung von Rotationsimpulsen im Absprung und in zweiter Linie erst eine Sache der Körpergeschicklichkeit.

Folgerichtig hat sich eine Hochsprungmethodik auf den Anlauf und Absprung und deren konditionellen Voraussetzungen zu konzentrieren und nicht schwerpunktmässig auf Lattenüberquerung und Landung. Das heisst nicht, dass eine gewisse technische Schulung bei entsprechenden Sprungleistungen für die ideale Lattenüberquerung unterbleiben soll. Es will nur bedeuten, dass mit allen planmässigen konditionellen und technischen Mitteln das Hochspringen und nicht das Floppen im ursprünglichen Sinn des Wortes geübt und trainiert werden sollte.

Zeichnungen: Verfasser

Literatur:

- Ecker, T.: The Fosbury-Flop, Athletic Journal, April 1969.
Groh, H.: Über die Belastungsgrössen am arthrotischen Gelenk, Ärztliche Praxis, München 14, Dez. 62.
Kerkmann, K.: Ein Weg zum Fosbury-Flop für Schüler, Die Lehre der Leichtathletik, Berlin, 1969/28.
Kerssenbrock, K.: Beiträge zur Analyse des Fosbury-Flops, Die Lehre der Leichtathletik, Berlin, 1969/28.
Kessler, J.: Der Fosbury-Flop an der Schule, Die Leibeserziehung, Schorndorf, 1969/7.
Lindner, E.: Sprung und Wurf, Beiträge zur Lehre und Forschung der Leibeserziehung, Schorndorf, 1967.
Schlüter, D.: Zur Fosbury-Technik, Die Leibeserziehung, Schorndorf, 1969/7.
Wischmann, B.: Der Hochsprung – Fosbury-Technik, Die Leibeserziehung, Schorndorf, 1969/4.

Der Staffellauf ist ein ausgezeichnetes Mittel zur Entwicklung des Mannschaftsgeistes, der Präzision sowie des Verantwortungssinns. Andererseits entwickelt er die für die Schnelligkeit und Geschicklichkeit unbedingt notwendigen neuro-muskulären Eigenschaften des Athleten. Für den Trainer ist der Staffellauf eine Geduldsprobe, welche viel Ausdauer und Fingerspitzengefühl verlangt.

Seitdem die IAAF im Jahre 1963 entschieden hat, dem Staffelläufer bei der Stabübergabe zusätzlich 10 m zur effektiven 20-m-Zone zu gewähren, mussten die technischen Angaben etwas abgeändert werden. Erstens ist zu beachten, dass der Staffelläufer nun bereits mit einer gewissen Geschwindigkeit in die Übergabezone eindringt; zweitens sind die Parours nun 10 m länger, was von seiten der Läufer mehr Stehvermögen verlangt. Angenommen dass eine gute Stabübergabe zwischen 20 und 25 m erfolgt, weisen die Parours effektiv 100 bis 105 m für den ersten Läufer und 120 bis 125 m für die weiteren Läufer auf.

Diese reglementarischen Änderungen haben die Voraussagen der Fachleute bestätigt, wonach dadurch 1/10 bis 2/10 Sekunden pro Übergabe gewonnen werden können. Tatsächlich, wenn man den Unterschied zwischen den Resultaten jedes einzelnen Läufers und der Zeit des Laufes berechnet, erhält man eine Differenz von ungefähr 2,5 Sekunden; vorher betrug dieser Unterschied 2 Sekunden. Es ist ebenfalls zu erwähnen, dass der Weltrekord dadurch von 39,1 auf 38,2 Sekunden verbessert wurde. Entgegen der Voraussagen glaube ich persönlich, dass die Stabübergabe nicht weniger schwierig ist als vorher, und zwar vor allem wegen der erhöhten Laufgeschwindigkeit während der Übergabe.

Technische Betrachtungen

Die für die Technik notwendigen Grundregeln sind folgende:

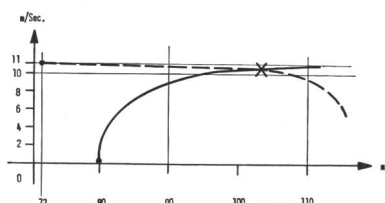
- Übergabe des Stabes mit einem minimalen Geschwindigkeitsverlust
- Sichern der Übergabe
- Kürzester Weg suchen für die Läufer mit dem Stab in der Hand.

* Kessler, J.: S 74

Wir wissen, dass ein Sprinter seine Geschwindigkeit nach 60 m Lauf nicht mehr steigern kann, und dass diese zwischen 100 und 120 m abzusinken beginnt.

Immerhin beträgt sie in der Übergabezone mehr als 10 m/Sek. Der Übernehmer, der ohne Anlauf startet, erreicht diese Geschwindigkeit nach 25 bis 30 m Lauf. Es geht also darum, einen Kompromiss aufzustellen zwischen dem Übernehmer, der seine Geschwindigkeit steigert und dem Partner, der sein Tempo verlangsamt, und den Verbindungspunkt zwischen der zunehmenden und der abnehmenden Geschwindigkeit festzustellen (Vivès).

Der Verbindungspunkt erlaubt somit die genaue Bestimmung der Ablauf-



USA Einzelleistungen

Hines	9,9 Sek.
Green	10,0 Sek.
Pender	10,1 Sek.
* Smith	10,1 Sek.
	40,1 Sek.
	38,2 Sek. Staffelleistung
	1,9 Sek. Differenz

* Smith und Piquemal sind im 100-m-Staffellauf von Mexico nicht gestartet.

Zum Vergleich verzeichnete unsere Staffel-Nationalmannschaft beim Rekordlauf (40,2) eine Differenz von 2 Sekunden; dies nach nur 3 Trainingstagen! Diese Zahlen bestätigen die Wirksamkeit der französischen Staffelläufer im Gegensatz zu den Amerikanern, welche unter 38 Sekunden hätten laufen sollen.

Die Stabübergabe sollte zwischen 22 und 25 m liegen und nicht – wie von gewissen Trainern festgesetzt – zwischen 26 und 28 m, da das Risiko des Übernehmers zu gross ist, von

marke. Es wird zugelassen, dass die beiden Läufer mit dem Stab in der Hand ungefähr 2 Sekunden brauchen, um die Übergabezone von 20 m zu passieren. Diesem Resultat kann die während der Übergabe gewonnene Strecke von ungefähr 1,50 m abgezogen werden (nach hinten und nach vorne gestreckter Arm). Man kann somit sagen, dass die Übergabezone mit dem Stab in der Hand ungefähr in 1,8/10 Sekunden überschritten werden kann. Um diese ideale Zeit zu erhalten, dürfen die Läufer auf jeden Fall während der Übergabe nicht an Geschwindigkeit verlieren; dies bedingt, dass der Übernehmer seine Beschleunigung aufrechterhält. Zu viele Läufer verlieren an Terrain, da sie den Stab mit «angezogener Handbremse» übernehmen. Es wird angenommen, dass ein Gewinn von 8/10 Sekunden während jeder Übergabe möglich ist; dieser Gewinn zeigt die Zeitdifferenz zwischen einem Tiefstart und einem fliegenden Start.

Es ist hier sehr interessant, die registrierten Zeitgewinne von Mexico zu erwähnen. Diese Ergebnisse sind selbstverständlich relativ:

Frankreich

Bambuck	10,1 Sek.
Fenouil	10,3 Sek.
Delecour	10,3 Sek.
* Piquemal	10,3 Sek.
	41,0 Sek.
	38,4 Sek.
	2,6 Sek.

seinem Partner, dessen Geschwindigkeit nach 125 m abzusinken beginnt, nicht mehr eingeholt zu werden. Diese minime Sicherheitsmarge kann ausserdem psychologische Nachteile auf die Läufer haben.

Etwas sehr Schwieriges ist die Bestimmung der Ablaufmarke, welche allgemein zwischen 7,50 und 8 m hinter der Startlinie liegt. Dieser Punkt kann erst nach verschiedenen Trainingsversuchen bestimmt werden und wird nach einigen Wettkämpfen definitiv. Die Ablaufmarke kann während der

Saison variieren, je nach der Form der Läufer. Deshalb müssen die Staffelläufer regelmässig ihre Ablaufmarke kontrollieren. Der Startmoment des Übernehmers steht fest, im Moment wo der Übergeber auf der Höhe der Ablaufmarke ankommt. Der französische Trainer Maigrot ratet uns, zwei Markierungen in 30 cm Entfernung anzubringen. Persönlich habe ich sehr gute Erfahrungen gemacht mit zwei Hinweisen in einer Distanz von ca. 2×8 m.

In einem Staffellauf hängt im Grunde genommen alles von der Fähigkeit des Läufers ab, im richtigen Moment zu starten; dies verlangt eine anhaltende Aufmerksamkeit, welche bereits beim Startschuss beginnt. Natürlich spielt auch hier das Glück eine grosse Rolle, wie das im Sport meistens der Fall ist.

Die verschiedenen Arten der Stabübergabe

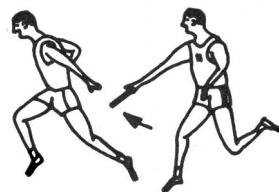
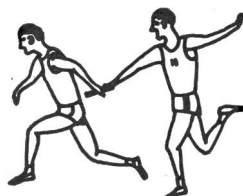
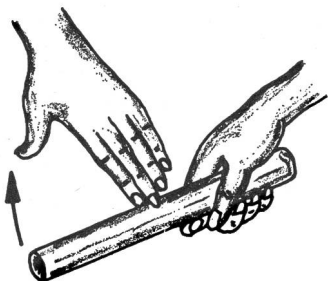
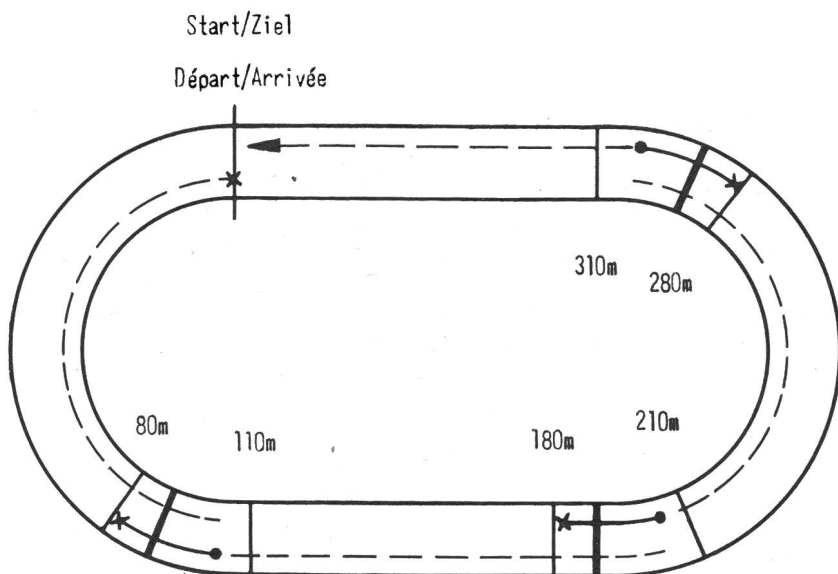
Es gibt drei Arten, den Stab zu übergeben und zu übernehmen. In der orthodoxen Form steht der Übernehmer auf der inneren Seite seiner Bahn und erhält den Stab von aussen her in die rechte Hand, währenddem der Übergeber ihn mit der linken Hand übergibt, was ihn jedoch verpflichtet, am Ende seines Laufes gegen die Aussenseite seiner Bahn zu steuern, also den längeren Weg des Parcours einzuschlagen.

Eine weitere Möglichkeit ist der Innenwechsel, also das Gegenteil der vorangehenden Form. Hier befindet sich der Übernehmer auf der äusseren Bahnseite, um den Stab in die linke Hand zu erhalten, währenddem der Übergeber seinen Lauf auf der Innen-seite seiner Bahn beendet, was einen gewissen Vorteil hat. Der Übernehmer startet dabei wohl auf der Aussenseite seiner Bahn, was jedoch keinen Einfluss hat, da er dies noch ohne Stab tut. Diese beiden Formen haben einen gemeinsamen Nachteil, da der Stab sofort nach Erhalt in die andere Hand hinübergewechselt werden muss. Möglich ist, dass dies einen nachteiligen Einfluss auf die gute Koordination der Bewegungen während der Beschleunigung hat. Um diesem Nachteil auszuweichen, ist eine neue Übergabetechnik erschienen, wobei der Stab

nicht mehr von Hand zu Hand zu wechseln ist. Diese neue Technik hat sich sehr schnell verbreitet; die einzige

Bedingung ist, dass der Reserve-Läufer den Stab links und rechts gut übernehmen können muss.

Der erste Läufer läuft mit dem Stab in der rechten Hand dem innern Rande seiner Bahn entlang; der zweite Läufer, welcher auf der Aussenseite seiner Bahn bereitsteht, erhält den Stab in seine linke Hand, um ihn wiederum in die rechte Hand des nächsten Läufers zu übergeben, welcher auf der Innenseite seiner Bahn steht; der letzte Läufer, welcher wie Nummer 2 auf der äussern Seite bereitsteht, erhält den Stab wiederum in die linke Hand. Auf diese Weise wird dem Wechseln des Stabes von Hand zu Hand ausgewichen, und man gibt den Kurvenläufern die Möglichkeit, dem innern Rand ihrer Bahn entlang zu laufen, was für sie wesentlich kürzer ist. Die Franzosen machten eine Ausnahme, indem die Nummer 4, der auf der äussern Bahnseite steht, nach dem Start den Weg des Übergebers schneidet – ohne ihn zu behindern – um sich auf die Innenseite der Bahn zu begeben und den Stab mit der rechten Hand in Empfang zu nehmen.

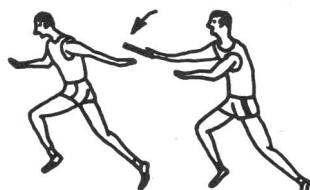
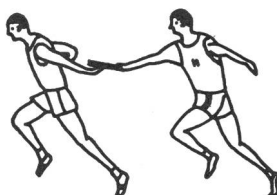
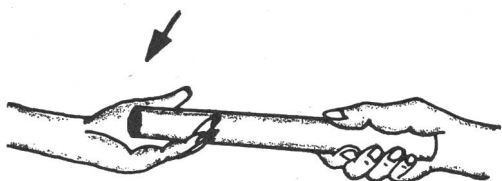


Wie wird der Stab übergeben?

Er kann von oben oder von unten übergeben werden. Der Übernehmer streckt nach seiner Beschleunigung den lockeren Arm schräg nach hinten in Hüfthöhe; die Hand ist geöffnet und ruhig, der Daumen befindet sich auf der Innenseite; der Übergeber schiebt seinem Kameraden den Stab aus einem natürlichen Armschwingen von

unten in die Hand. Bei der Übergabetechnik ohne Stabwechsel von einer Hand in die andere empfiehlt es sich, die Hand des Partners zu suchen, so dass der nächste Übernehmer noch genügend Platz für das Festhalten des Stabes hat; der Läufer Nummer 3 erhält den Stab am äussersten Ende, was ihn verpflichtet, die Haltung zu verbessern, indem er ihn durch die Hand gleiten lässt (Aufklopfen der

anderen Hälfte an die Hüfte). Die Entfernung zwischen den beiden Läufern beträgt während dieser Übergabe ungefähr 1 m. Wir werden sehen, dass diese Distanz während der Übergabe von oben grösser ist. Der Vorteil der Übergabe von unten entsteht daraus, dass die Schwungbewegung des Armes natürlich ist und der Übergeber den Laufrhythmus nicht verliert. Die Übergabe geschieht sehr schnell (3

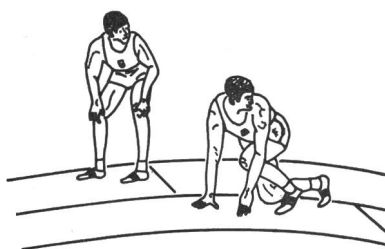


bis 4 Schritte) mit nach vorne und nach hinten gestrecktem Arm der beiden Läufer.

Die Übergabe von oben weist einen Vorteil auf, weil der Abstand zwischen den Läufern bei der Übergabe grösser ist, nämlich ca. 1,50 m. Dabei ist das Laufen mit gestrecktem Arm und Blockierung der Schulterhöhe nicht eine natürliche Bewegung und hindert den Laufrhythmus sowohl des Übergebers wie auch des Übernehmers. Andernteils verlangt die Übergabe mehr Zeit, sie kann nicht in weniger als 4 bis 5 Schritten vor sich gehen.

Die Starttechnik des Übernehmers

Gestartet wird immer mit grosser Geschwindigkeit, wenn möglich stehend, was ein gutes Beobachten des laufenden Partners erlaubt. In stehender Position, etwas nach vorne geneigt, einen Fuss vorstehend, Kopf auf die Seite, Körpergewicht auf dem hinteren Fuss, verfolgt der Übernehmer seinen Partner während des ganzen Laufes. Wenn sich der Übergeber der Ablaufmarke nähert, verlagert der Startende sein Körpergewicht auf den vorderen Fuss mit leichter Schaukelbewegung des Körpers nach vorne, um im richtigen Moment losrennen zu können.



Die Russen haben vor einigen Jahren den Tiefstart mit einer Hand am Boden ausprobiert. Diese Startform hat nicht Schule gemacht.

Der Übernehmer muss sich anstrengen, seine Beschleunigung aufrecht zu erhalten, den Weg des Partners nicht zu schneiden und den Arm im richtigen Moment nach hinten zu strecken, wenn er den Übergeber hinter sich fühlt. Im allgemeinen geschieht diese Bewegung im 12. oder 13. Schritt, d. h. ungefähr nach 18 bis 20 m Lauf.

Die Rolle des Übergebers

Der Übergeber muss versuchen, beim Kurvenausgang dem innern Rand entlang zu laufen und seine Geschwindigkeit aufrecht zu erhalten, bis die Übergabe vollendet ist. Er ist verantwortlich für die Übergabe und lässt den Stab erst los, wenn er sicher ist, dass der Partner ihn festhält. Dazu muss er früh genug die Hand des Übernehmers fixieren. Es ist seine Aufgabe zu rufen, wenn der Arm des Partners sich verzögert und seine eigene Geschwindigkeit dem Start seines Kameraden anzupassen, ihm zuzurufen, wenn er zu früh startet oder im andern Fall seinen eigenen Lauf abzubremesen.

Das Training einer Staffelmannschaft

Das Training der Staffelläufer besteht einesteiis in der Verbesserung der Geschwindigkeit des einzelnen Läufers, andernteils in der Automation der Bewegungen bei der Stabübergabe. Es geht darum, eine Mannschaft zu formen und den gewissen Einzelheiten Rechnung zu tragen, d. h. zwei gute Kurvenläufer und zwei Linienläufer zu bestimmen; einzig die Zeitkontrolle kann bestätigen, wer in der Kurve schneller läuft. Die Morphologie des Läufers ist nicht massgebend.

Die Lehre des Staffellaufes besteht zuerst aus folgendem:

- sich mit der Stabübergabe und der Stabübernahme vertraut machen, zuerst auf angepasste dann auf schnellere Art.

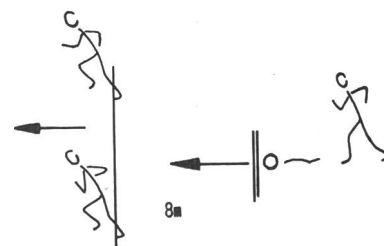
Beispiel: Die Mannschaft (in Einerkolonne mit 2 m Distanz) deplaziert sich kreisförmig, in 8-Form und in gerader Linie und gibt den Stab von hinten nach vorne. Die Armstreckung nach hinten auf Zuruf des Partners automatisiert sich.

- Lernen, auf einen visuellen Stimulus zu reagieren.

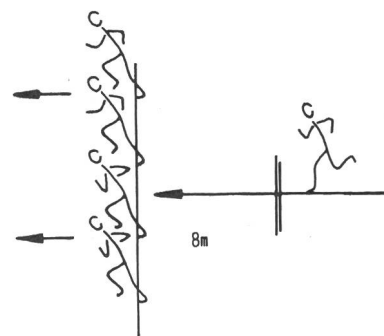
Beispiele: Die Linienläufer fixieren den hinter ihnen stehenden Trainer und reagieren auf seine Zeichen (Hand, Fähnchen usw.);

In der Halle: Zwei Linienläufer (1,50 m nebeneinander) reagieren im Moment wo der geworfene Ball auf der Höhe

der Ablaufmarke ankommt (8 m nach hinten);



Mehrere Linienläufer reagieren beim Durchgang eines Partners auf der Ablaufmarke (grosse Geschwindigkeit).



In der zweiten Etappe wird die Stabübergabe für den Wettkampf geübt und die genaue Ablaufmarke bestimmt. Partnerübungen (die Paare arbeiten getrennt): Nummer 1 und 2, Nummer 3 und 4 am Kurvenausgang, Nummer 2 und 3 am Kurveneingang. Gleiche Übung, indem zwei oder mehrere Paare zur gleichen Zeit in der gleichen Kurve starten, um den Übernehmer daran zu gewöhnen, sich durch die Läufer in den anderen Bahnen nicht irritieren zu lassen. Der Übergeber nimmt allgemein einen Anlauf von 40 bis 50 m (ausgenommen 100 m als Test), was ihm erlaubt, seinen Durchgang öfters zu wiederholen. Die Erfahrung zeigt, dass die Laufgeschwindigkeit nach 40 bis 50 m im Training fast der Geschwindigkeit des Wettkampfes nach 120 m entspricht. Es ist also unerlässlich, dass der Übergeber sich daran gewöhnt, immer in der gleichen Geschwindigkeit zu laufen. Der Übernehmer muss sich – zuerst mit Hilfe des Trainers – daran gewöhnen, die Geschwindigkeit seines Partners abzuschätzen und beim Passieren desjenigen auf der Ablaufmarke zu ant-

Leistung und Höchstleistung

Prof. Dr. H. Thielicke

Es ist eine Verirrung (die wir gleichwohl immer wieder beobachten), wenn wir den Rekord nur unter dem Gesichtspunkt der Sensation und des Starbetriebs sehen. Man verbaut sich den unbefangenen Zugang zu einem Phänomen, wenn man nur seinen *abusus* ins Auge fasst. Die Höchstleistung hat von Haus aus einen ganz anderen und durchaus legitimen Sinn, von der ich sprach, anders bezeichnen

Erstens: Was auch immer der Sport ist, auf jeden Fall geht es in ihm um Leistung. Ich wüsste nicht, wie man die Herausforderung der Natur, von der ich sprach, anders bezeichnen

worten. Die Stabübergabe geschieht also allgemein zwischen dem 12. und dem 15. Schritt. Es ist immer angebracht, die Geschwindigkeit der Läufer in der 20-m-Zone zu kontrollieren. Diese Zeit sollte unter 2 Sekunden liegen. Dies ist die einzige Bestätigung einer gelungenen Übergabe.

Die 4 × 50-m-Staffelläufe liefern uns ebenfalls wertvolle Angaben, denn sie haben den Vorteil, gewisse Male wiederholt werden zu können, ohne zu grosse Übermüdung, was in der Wiederholung von 4 × 100-m-Läufen nicht der Fall ist. Nun, wir wiederholen, die Ablaufmarken können nicht definitiv festgestellt werden, bevor eine gewisse Anzahl Wettkämpfe bestritten wurden. Bei dieser Gelegenheit gibt uns die Messung der Zwischenzeiten von 100, 200 und 300 m genaue Angaben über den Wert der Mannschaft. Diese Zwischenzeiten entsprechen annähernd 10,6 resp. 20,4 und 30,2 Sekunden während eines Laufes von 40 Sekunden. Ein guter Kurvenläufer verliert in seiner Kurve keine Zeit. Das Training des Staffellaufes ist eine Frage der Ausdauer, der Geduld und der Disziplin währenddem die Technik keine grossen Probleme stellt. Es sollten im weiteren immer vier Läufer aus der selben Gegend gefunden werden, die regelmässig einmal pro Woche zusammen trainieren, was manchmal nicht so leicht ist, vor allem wenn es sich um nationale Selektionen handelt.

Übersetzung aus «Jeunesse et Sport», Mai 1969.

sollte, als dass man mit ihrer Annahme etwas «leistet». Ich kann den Begriff der Leistung aber nicht bilden, ohne gleichzeitig ein Mass zu setzen, an dem sie gemessen wird. In der Tat ist der Sport ja von einem permanenten Messgeschehen durchsetzt. Und vor allem ist der sportliche Wettkampf, ist der Agon ja das Mass der Leistung:

Eine Mannschaft «gewinnt», und das heisst doch: Am Mass des Agon erweist sie sich als die bessere, als die mehr leistende.

Sobald ich aber das Mass ins Spiel bringe, ist auch die Frage nach dem Höchstmass gesetzt. Das lässt sich sehr leicht einsehen: Wenn im Sport gemessen wird, geschieht das ja nicht aus statistischem Interesse, sondern – wenn man so will – aus einem sokratischen Motiv: Der Blick auf das Mass dient der Selbstkontrolle, aber auch der Stimulierung der Kräfte. Darum gleitet der Blick von dem erreichten Mass sofort auf den nächsthöheren Skalenstrich, der erreicht werden soll. Und eine der grössten Faszinationen des Sports ergibt sich gewiss aus der Frage, wann die absolute Grenze des menschlichen Leistungsvermögens, etwa im 100-Meter-Lauf, erreicht sein könne, wann also das Höchstmass erreicht sei.

Auch der Agon zeigt die gleiche Tendenz der Eskalation: Von Regionalmeisterschaften schraubt sich das Leistungsmass hinauf zu nationalen und internationalen Spitzengewinnen. Der Rekord hat also seinen im Wesen des Sports liegenden Sinn, und man würde ihn verfehlen, wenn man ihn nur vor der Entartung des Starkultes her interpretierte.

Wir halten deshalb fest: Das Mass impliziert die Frage nach dem Höchstmass, weil das Messen keine statistische, sondern eine antreibende Bedeutung hat. Der höchste Lorbeer, der zu gewinnen ist, gehört zu den symbolischen Zeichen, die das Wesen «Sport» selber erzeugt.

Zweitens: Wenn wir nun einmal den «Star» losgelöst von allen massenpsychologischen Entstellungen in diesem Sinne zu erfassen suchen, dann ist er der Repräsentant der höchsten Lei-

stung oder – um es auf die Frage des *humanum* hin zu formulieren – des äussersten menschlichen Sein-Könnens. Insofern hat der Star dann einen tiefen menschlichen Sinn, den wir vor allem der Welt des Mythischen entnehmen können: Denn als Repräsentant des äussersten menschlichen Sein-Könnens übt er so etwas wie Stellvertretung uns allen gegenüber aus.

Das tritt am unverzerrtesten dann in Erscheinung, wenn wir die körperliche Höchstleistung an einem Modell studieren, das gleichsam zeitlos durch die Geschichte geht und unseren Blick nicht durch moderne und akute Verirrungen ablenkt: Ich meine die «Artistik». Was zieht uns (wenn Sie so wollen: «existentiell») am artistischen Trick an? Wenn ich recht sehe, ist es zweierlei:

Einmal ist das, was der Artist kann, ein Gleichnis für die Souveränität des Menschen gegenüber seinem Körper: eben jenes äusserste Sein-Können. Es ist in der Weise «spielerischen» Tuns (und damit erträglich!) ein Hinweis auf die Grenzen der Menschheit. Ich selbst kann das alles nicht; ich bin am Schreibtisch eingerostet und kann keine solchen Purzelbäume schlagen; aber siehe: «der» Mensch kann es, und ich bin auch dieses Geschlechtes. Hier zeigt sich jene mythische Identifizierung mit dem, was wir sehen – eine Identifizierung, wie wir sie im Hang zu den Stars und auch im Verhältnis zur Welt der Wild-West-Filme beobachten können. Der Star ist mein Stellvertreter, der das *humanum* an einer Stelle repräsentiert, wo ich selbst nur sein Zerrbild bin. Man wird etwas nachsichtiger gegenüber der viel bekrittelten Rolle des blossen Sportzuschauers, wenn man das weiss.

Ferner liegt noch eine weitere Gleichnishaftung der Artistik darin, dass sie den Zwiespalt zwischen Sein und Sollen zu überwinden scheint und damit wiederum auf eine äusserste Möglichkeit des Menschlichen hinweist. Denn diese äusserste Möglichkeit wird ja nicht unter Schnaufen und Stöhnungen gewonnen (die wären nur ein Zeichen dafür, dass man noch weit unterhalb der artistischen Leistungsmarke existierte und sie nur