

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 34 (1977)

**Heft:** 8

**Artikel:** "Ich habe es geschafft"

**Autor:** Bruns, Hanke

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993734>

### **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:** 01.05.2026

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

# «Ich habe es geschafft»

Hanke Bruns

## Die Geschichte eines Laufes

Sie hielten alle gut zusammen, die Jungen aus der Leichtathletikabteilung des Vereins, und sie gönnten einander ihre Erfolge auf den Sportplätzen. Auf den Übungsabenden galt die unerbittliche Forderung ihres Trainers. Sie nutzten diese Abende, aber sie richteten auch an den übrigen Tagen ihr Leben als Sportler ein. Auch im Vereinsvorstand gab es Stimmen, die die Forderungen des Trainers an seine Jungen als zu weitgehend ansahen. Das Privatleben dürfte nicht mit einbezogen werden, meinten sie. Aber Karl Wietmann kümmerte sich nicht darum. Und seine Jungen schworen auf ihn und sprachen nur von «ihrem Karl». Das war entscheidend. In einer Beziehung aber war Trainer Wietmann unerbittlich: keiner durfte bei einem Lauf ohne Grund aufgeben. Als Grund gab es für ihn nur eine Schädigung der Gesundheit. Er war kein Rekordmacher. Der Sport durfte nicht gegen die Gesundheit verstoßen. Das war seine Meinung. Aber alle Kräfte des Körpers, des Geistes und der Seele wollte er mobilisieren.

Am letzten Übungsabend der Saison wollten sie zum Abschluss noch einen 3000-Meter-Lauf machen. «Günther, das ist noch nichts für dich! Eine solch lange Strecke bist du noch nicht gelaufen», meinte der Trainer zum jüngsten, einem vorzüglichen Kurzstreckenläufer, der sicher noch von sich reden machen würde. Der Blondschof bat: «Ich möchte es einmal versuchen.» – «Schön, aber steig mir unterwegs nicht aus. Wer mitmacht, muss auch durchhalten!» – «Ich halte schon durch.» – «Gut, abwarten.» So lief Günther mit.

Er lief übrigens prächtig. In der ersten Runde hielt er die Spitze, so als wollte er zeigen: «Seht, da bin ich. Ich schaffe es schon.» Der Trainer rief ihm zu: «Siebeneinhalb Runden sind zu laufen! Spar deine Kräfte!» Das ärgerte Günther. «Weiss meine Nachtmützel!» schrie er zurück. Der Trainer am Rande der Bahn schimpfte: «Der Junge ist total verrückt.» Er drohte ihm mit der Faust. Aber Günther lachte nur und war auch nach der vierten Runde noch an der Spitze. Die letzten Läufer hatten ihm gegenüber um 150 Meter verloren. Karl Wietmann knurrte: «Ein Teufelskerl.» Nun war er selbst gespannt, was daraus werden wollte. Die um einige Jahre älteren Junioren fühlten sich durch Günther an der Nase herumgeführt. Sie drückten jetzt auf das Tempo. Als sie in die sechste Runde gingen, lief vorn ein Feld von fünf Läufern. Jochen, der sogar Kreismeister bei den Männern über 3000 Meter geworden war, zog jetzt ab. Im Vorbeilaufen meinte er «Schon deine Kraft, Günther! Du musst noch Luft behalten bis zuletzt.» – «Keine Angst!» gab der zurück. Bei den letzten Läufern trat eine Schwächeperiode auf. Das war in der siebenten Runde.

Günther war auf den fünften Platz zurückgefallen. Der Trainer spürte, wie die Beine des Jungen langsamer wurden. Griff er sich da nicht nach der Brust? Trainer Wietmann hatte

es nicht genau gesehen. Er schrie: «Steig aus, Günther, das ist Wahnsinn!» Aber Günther lief weiter, hielt sich wieder locker, die Beine wirbelten. Der Mann am Rande der Laufbahn lachte: «Toller Kerl!» Und dann beobachtete er wieder das Feld. «Noch 200 Meter!» schrie er, als Jochen jetzt durchkam. Leichtfüßig strebte der Meister dem Ziel entgegen. Er erreichte es als erster. Nach ihm kamen drei andere Jungen. Günther aber keuchte. Sein Gesicht war angespannt. Alle Kraft musste er zusammenreißen. «Langsam auslaufen, Günther! Du hältst jetzt durch!» rief ihm der Mann wieder zu. Er nahm die Zeit mit der Stoppuhr. Jochen und die anderen Läufer, die das Ziel durchlaufen hatten, machten Atemübungen.

Jetzt kam der Fünfte. Nein, es war nicht Günther. Er war dem Endspurt dieses Laufes nicht gewachsen gewesen. Aber jetzt, auf den letzten 20 Metern, gab er seinen Beinen noch einmal den Befehl, zu wirbeln wie beim Beginn.

Er streifte die Schwere ab und lief locker durchs Ziel. «Bravo, Günther, bravo!» und dann plötzlich: «Nicht hinlegen, Junge, langsam auslaufen!» Da war auch Jochen schon neben Günther, riss den völlig Ausgepumpten noch einmal hoch, nahm ihn mit auf die Laufbahn und machte mit ihm Atemübungen. Alle 21 Jungen, die gestartet waren, kamen durchs Ziel. Günther aber jubelte: «Ich habe es geschafft!»



**Da Saft  
gibt Kraft!**



Die ideale Zwischenverpflegung aus entrahmter Milch und feinsten Schokolade. Stillt den Durst und den kleinen Hunger.



**Comella  
stillt den Durst  
und den  
kleinen Hunger!**

**SUTTER**  
E I M A I N U E I L

4052 Basel Lehenmattstr. 122 Tel. (061) 41 42 32

**Sportplatzbau  
Turnanlagen  
Tennisbau**

baut

**Sportanlagen  
Turnanlagen  
Tennisplätze**

mit modernen und neuzeitlichen Belägen

Rasenspielfeld **CELLSYSTEM®**  
für überdurchschnittliche Beanspruchung

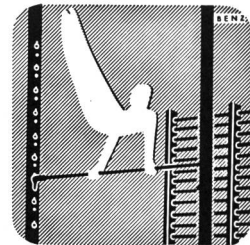
Verlangen Sie unverbindliche Offerten



**Alder & Eisenhut AG**  
8700 Küsnacht (ZH) ☎ 01 910 56 53  
9642 Ebnat-Kappel (SG) ☎ 074 3 24 24

**Turn-, Sport- und Spielgerätefabrik**

86 Jahre Turngerätebau



Lieferant sämtlicher  
Wettkampf-Turngeräte und Turnmatten  
der Europa-Meisterschaft  
im Kunstturnen 1975 in Bern.

Direkter Verkauf ab Fabrik an Schulen,  
Vereine, Behörden und Private.

