

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 4 (2002)

Heft: 3

Rubrik: Ouverture

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: 06.02.2026

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

Menschen sind für das Laufen geschaffen. Die Buschmänner der südafrikanischen Kalahari absolvieren täglich lange Laufstrecken, um ihre Versorgung sicherzustellen; oder die Tarahumara-Indianer aus Nordwest-Mexiko legen zu bestimmten rituellen Anlässen sogar bis zu 300 Kilometer lange Strecken zurück. Dass der Langstreckenlauf kein Privileg der Erwachsenen ist, zeigen beispielsweise Schulkinder aus Kenia und Äthiopien, die – wie die aktuelle Weltmeisterin im Marathonlauf Tegla Loroupe – morgens und nachmittags mehr als 10 Kilometer Schulweg zurücklegen.

In der westlichen Welt laufen die Menschen heute immer noch, allerdings zu meist aus völlig anderen Gründen. In unseren Breitengraden wird Laufen mit neuen – zivilisationsbedingten – Funktionen in Verbindung gebracht. Das morgendliche Lauftraining avanciert zum festen Bestandteil individueller Fitnesskonzepte, deren Ziel nicht selten auf die Kompen-sation eingeschränkter Bewegungsmög-lichkeiten am Arbeitsplatz ausgerichtet sind. Langfristig zielen die meisten Sportler mit dem Einsatz solcher Läufe auf Leistungssteigerung bzw. den Erhalt der körperlichen Gesundheit ab oder betrei-ben sie im meditativen Sinne als beson-dere Möglichkeiten des Ausdrucks von Lebenskunst.

Das Beispiel Laufen steht stellvertre-tend für andere Bewegungsformen, die in unseren Breitengraden ihrer ursprüng-lichen Funktion, nämlich von A nach B zu gelangen, teilweise oder ganz – in Form von Laufbändern oder Fahrrader-gometern – «beraubt» wurden. Das The-ma «Ausdauer» ist jedoch nach wie vor ein Aktuelles. Dies zeigen tagtäglich Jogg-erinnen, Velofahrer, Inlineskaterinnen, Langläufer, Schwimmerinnen und viele andere, die sich während längerer Zeit bewegen und dabei Freude und Befriedi-gung erfahren. Ihnen, aber auch jenen, die mit der Aufgabe betraut sind, die Ausdauer in Unterricht oder Training zu thematisieren, soll diese Ausgabe von «mobile» gewidmet sein.

*Harald Lange
Harald.Lange@sport.uni-frankfurt.de*

Zur Selbstverständlichkeit
des Laufens.



