

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 10 (2008)
Heft: 4

Artikel: Kalt auf Adrenalin
Autor: Bignasca, Nicola
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991612>

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: 04.02.2026

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

Kalt auf Adrenalin

Text: Nicola Bignasca, Foto: Daniel Käsermann

► Donnerstag. Gut gelaunt springt Georg aus den Federn. Heute werden sich einmal mehr einige seiner Träume erfüllen, die er als Sportlehrer hegt. Um Viertel nach acht beginnt die Sportlektion mit seiner Lieblingsklasse, der Höhepunkt seiner Woche. Für diese Gelegenheit pflegt Georg in der Vorbereitung jede Einzelheit bis ins Detail, wählt ein T-Shirt, das perfekt zu seinem Trainingsanzug passt, nimmt sich Zeit für ein ausgewogenes Frühstück. Er will für seine Schüler/-innen «bereit» sein.

Die Klasse 4 E verdient dieses Ritual: «Sie sind alle begabt und motiviert. Und es ist ein Vergnügen zu sehen, wie sie sich gegenseitig anspornen.» Georg kommen diese Komplimente leicht über die Lippen. Aus gutem Grunde: Unter diesen Schützlingen gibt es einige, die sich für ein Sportstudium einschreiben werden. Logisch, dass sich ein Sportlehrer geschmeichelt fühlt, denn seine Rolle als Vorbild wird dadurch gestärkt.

Auch heute will Georg die 4 E überraschen. Er weiss, dass die Schüler/-innen eine besondere Lektion erwarten, die ihnen zu einem Adrenalinkick verhilft und in der sie gestaute Energien entladen können. Mit solchen Schüler/-innen kann Georg es wagen, zu experimentieren. Sie sind seine Versuchskaninchen. Im guten Sinn des Begriffs. Die Idee geisterte bereits seit einigen Tagen in seinem Kopf: «Die Sporthalle kennt keine Geheimnisse mehr. Wir haben bereits alle Geräte benutzt. Heute ist Frischluft angesagt.» Und so entscheidet sich Georg für ein Wettrennen rund ums Schulhaus: Es gewinnt, wer die Runde als Erster beendet.

Die Klasse ist begeistert, hätte kaum Besseres erwartet. Schon werden heimlich erste Wetten abgeschlossen. «Der Letzte spendiert dem Ersten ein Getränk», fordert Florian. Er ist der Klassensprecher. Einer, dem in einem Fussballteam die Captain-Rolle anvertraut würde. Georg fühlt sich impliziert und widerspricht: «Dem Sieger gebe ich eins aus!» Die Schüler/-innen sind geladen. Die Spannung steigt, je näher der Startschuss rückt. Es scheint Georg, als würde er den Start eines olympischen 100-Meter-Laufs miterleben.

Die Lektion, oder besser das Rennen beginnt. Die Schüler verteilen sich im Bogen, es wird gedrängelt, schliesslich will keiner mit einem Handicap starten. Die magische Formel tönt aus Georgs Mund: «Auf die Plätze, fertig, los!» Wie Pfeile schießen sie los. Die Gruppe fliegt regelrecht die Treppe zu den Fahrradunterständen hinunter. Georg ist beeindruckt. Jeder gibt sein Bestes. Eine einmalige Vorstellung! Kein Vergleich mit anderen Klassen.

Die Schüler/-innen verschwinden hinter der ersten Ecke, jetzt werden sie der Längsseite des Schulhauses entlangrennen. Und dort am Büro des Schulleiters vorbeiflitzen. Georg hofft insgeheim, dass der Direktor an seinem Arbeitsplatz sitzt. Und vor allem, dass er die Schüler sehen wird. Er wird seine Idee schätzen. Zumindest hofft er das.

Stille. Georg hört seine Schüler/-innen nicht mehr. Er hätte eigentlich auch mitrennen wollen, aber sie sind zu schnell. Auch für ihn vergehen die Jahre. Besorgnis macht sich Platz. Hoffentlich ist das Zugangstor offen. Hoffentlich rennen sie nicht durch den botanischen Garten. Der Kollege aus Biologie würde ausrasten. Georg zweifelt: Wäre es angebracht gewesen, vor dem Rennen eine Rekognoszierungsrunde zu drehen? Die Schüler waren ja nicht einmal angewärmt. Zwei Fehler, die ihn teuer zu stehen kommen könnten.

Kalter Schweiss rinnt ihm über die Stirn. Er bangt darauf, seine Schüler hinter der Ecke hervorspreschen zu sehen. Er sieht den ers-





ten: Es ist Florian: Die Spannung löst sich. Doch Florian fuchtel wild mit den Armen. Läufer tun das nicht. Was hat er bloss? Er will seine Aufmerksamkeit erregen. Im Bruchteil einer Sekunde realisiert Georg: Etwas ist vorgefallen! Er beginnt dem Schüler entgegenzutreiben, geht in den Laufschrift über. «Andrea ist ausgerutscht und hat sich die Hand verletzt», ruft Florian. Beide rennen an den Ort des Zwischenfalls. Georg schafft es kaum, die Pace des Schülers zu halten. Die Gelenke knirschen, die Muskeln reagieren kaum, das Herz droht zu explodieren. Er ist nicht aufgewärmt. Ein Fehler folgt dem anderen.

In Andreas Augen: Angst und Leiden. Der Schnitt am Finger ist tief. Blut quillt bedrohlich hervor. Wird sie weiterhin Trompete spielen können? Das angeschwollene und blutunterlaufene Sprunggelenk verheisst auch nichts Gutes. «Gleich kommt ein Krankenwagen, und wir sind in einem Augenblick im Krankenhaus.» Georg findet kaum Worte, befürchtet das Schlimmste. Was ist, wenn Andrea die Funktionalität ihrer Finger verliert? Ihren Traum, Profimusikerin zu

werden, könnte sie vergessen. Was wird aus seiner eigenen Sportlehrerkarriere? Eine Suspension ist Georg sicher. Ein unauslöschlicher Fleck, den auch die Zeit nicht tilgen wird. Fehler bezahlt man. Man hetzt doch keine Klasse auf diese Art und Weise los! Ohne Reko. Ohne Aufwärmen. Nur indem man den grössten Einsatz aller verlangt. Noch vor dem Urteil des Untersuchungsgremiums erkennt Georg seine Fehler. Schuldig. Die Lektion endet frühzeitig. Sie wird ihm als Lektion für das ganze Leben dienen. //

› Wir danken Fränk Hofer, Verantwortlicher für den Sportbereich bei der bfu, uns zu dieser Erzählung inspiriert zu haben.