

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

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

Band: 12 (2010)

Heft: 3

Artikel: Die Spinner sind nun salonfähig

Autor: Aeberhard, Christin

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992313>

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>



Die Spinner sind nun salonfähig

Vor rund dreissig Jahren wurde der Ausdauer-Dreikampf das erste Mal durch eine Fernsehübertragung einem breiteren Publikum näher gebracht. In dieser kurzen Zeit hat sich Triathlon als DIE Ausdauerprüfung etabliert und wurde selbst zum Wegbereiter für die boomenden Multisportevents.

Text: Christin Aeberhard; Foto: Bakke-Svensson/Ironman

Kailua-Kona Hawaii, 1982: Der Ironman Hawaii findet bereits zum fünften Mal statt. Es melden sich 580 Athletinnen und Athleten zur Ausdauerprüfung über 3,8 km Schwimmen, 180 km Rad fahren und 42 km Laufen. Die Idee zu diesem Wettkampfformat entstand bei der Siegerehrung eines Laufwettbewerbes. Einige Teilnehmer verstrickten sich in eine Diskussion, welche Athleten wohl jene mit der grössten Ausdauer seien: Schwimmer, Radfahrer oder die Läufer? John Collins, ein US-Marine-Kommendant, unterbreitete den Vorschlag, lokale Wettkämpfe der drei Disziplinen in einem Rennen zu kombinieren. Sieger dieser Ausdauerprüfung sollte dann der Ironman, der Eisenmann, sein.

Eine denkwürdige Geschichte

In den ersten fünf Jahren seit der Erstauftragung 1978 stieg die Teilnehmerzahl von 15 auf die besagten 580. Unter ihnen steht die Studentin Julie Moss an der Startlinie. Fasziniert von den Bildern der

Fernsehübertragung der letzten Austragung, entschied sie sich, den Ironman zum Thema ihrer Abschlussarbeit zu machen. Julie Moss kommt als eine der ersten Frauen aus dem Wasser und übernimmt auf dem Rad gar die Führung. Auf der abschliessenden Laufstrecke hat sie zwischenzeitlich 20 Minuten Vorsprung. Aber mit jedem Meter, den sie in der Hitze der Lavafelder unterwegs ist, merkt sie, wie ihre Kräfte schwinden. Sie hängelt sich von Verpflegungsstation zu Verpflegungsstation. Die immer näher kommende Konkurrentin im Nacken treibt Julie aber weiter an. Eineinhalb Kilometer vor dem Ziel liegt die zweite Frau immer noch sechs Minuten zurück.

Nur noch der Kopf will

Wenige hundert Meter vor der erlösenden Ziellinie verliert die Studentin die Kontrolle über ihren Körper und fällt zu Boden. Mit den letzten Kräften stemmt sie sich hoch und beginnt wieder zu gehen, um wenig später erneut auf den Asphalt zu stürzen. Zu-



high

schauer und Helfer eilen herbei, um die Athletin auf die Beine zu heien und sie bis ins Ziel zu stützen. Im Wissen, dass jegliche Hilfe von aussen zur Disqualifikation führt, winkt Julie ab. Nach einem weiteren Sturz sieht Julie Moss ein paar schlanke Beine an ihr vorbeilaufen. Es sind die Beine von Kathleen McCartney, ihrer Mitstreiterin. Aber Julie will diesen Wettkampf unbedingt beenden. Unfähig aufzustehen, kriecht sie die letzten Meter auf allen Vieren bis ins Ziel. Nach elf Stunden und zehn Minuten, nur 29 Sekunden hinter der Siegerin, sackt Julie hinter der Ziellinie zusammen.

Beim Leiden zusehen

Diese denkwürdigen Bilder gingen um die Welt und machten auf diese neu entstandene Sportart aufmerksam. Daraufhin wurden auch in Europa die ersten Triathlon-Wettkämpfe organisiert. Die Geschichte von Julie Moss verhalf aber nicht nur der Sportart zu öffentlichem Interesse, sondern ihr unbändiger Wille inspirierte und animierte bis heute tausende von Triathleten. Ihr Leitgedanke – «Zu gewinnen heisst, das Ziel zu erreichen. Das Ziel zu erreichen, heisst zu gewinnen» – gilt auf der Langdistanz heute noch als geflügeltes Wort. Die Bilder der kriechenden Julie Moss trugen aber sicher auch dazu bei, dass sich das Vorurteil der «verrückten» Triathleten festigte.

Ursprung in Frankreich

Durch den Ironman Hawaii wurde der Triathlonsport einer breiten Öffentlichkeit bekannt und schaffte den Durchbruch als eigenständige Sportart. Seine Wurzeln reichen jedoch weiter in die Vergangenheit. Die französische Zeitung «L'Auto» berichtete bereits 1920 über einen Wettkampf in Frankreich, der die drei Ausdauersportarten vereinte: «Les Trois Sports». Dabei wurden erst drei Kilometer gerannt, zwölf Kilometer Rad gefahren, und zum Abschluss musste der Fluss Marne überquert werden. Dieser und ähnliche Wettkämpfe wurden jährlich durchgeführt, blieben aber in der Anonymität, da es stets Veranstaltungen für Hobby-Athleten waren. Sie trugen klingende Namen wie «La Course des Débrouillards» (Das Rennen der Könner) oder «La Course des Touche à Tout» (Das Rennen, das alles beinhaltet). Diese Art von Wettkämpfen konnte sich

Wettkampfdistanzen Triathlon

Bezeichnung	Distanz (Schwimmen – Rad fahren – Laufen)
Ironman/Langdistanz	3,8 km – 180 km – 42,195 km
Half-Ironman (Ironman 70.3)/ Mitteldistanz	1,9 km – 90 km – 21 km
Olympische Distanz/ Kurzdistanz	1,5 km – 40 km – 10 km
Sprint Distanz	0,75 km – 20 – 5 km (oder ähnlich)

jedoch zu dieser Zeit in Frankreich nicht durchsetzen. Wie uns die Geschichte lehrt, kämpften die Menschen nach 1920/1930 gegen andere Gegner als gegen den inneren Schweinehund. Es wurde wiederum still um den Ausdauer-Dreikampf.

Der Kreis schliesst sich

Rund fünfzig Jahre später erwacht der moderne Multisport erneut in Amerika. Die Initiatoren eines Lauf- und Schwimmwettkampfes hatten die Idee, die Streckenlängen besser aufeinander abzustimmen. Im Zuge dieser Veränderungen wurde auch noch das Radfahren integriert. An diesem ersten Mission Bay Triathlon in San Diego (1974) stand auch der Marine Kommandant John Collins am Start. Wie oben erwähnt, schlug ebendieser vier Jahre später bei der Diskussion um den ausdauerndsten Athleten den Zusammenschluss der drei Ausdauerwettkämpfe auf Hawaii vor.

Rasante Entwicklung

Ab 1983 wurden immer mehr Triathlon-Rennen auf der ganzen Welt organisiert. Neben der berüchtigten Ironman-Distanz wurden aber auch kürzere Wettkampfdistanzen angeboten, die auch für Hobbysportler sehr gut zu bewältigen waren (siehe Tabelle S. 31). Von da an überschlagen sich Ereignisse im Triathlon regelrecht. 1985 wurde der Schweizerische Triathlon-Verband gegründet. Im selben Jahr finden die ersten Triathlon-Europameisterschaften statt. Vier Jahre später wird die Internationale Triathlon-Union (ITU) ins Leben geru-

Aktuelle Multisportanlässe in der Schweiz

- Biennathlon** (19. Juni 2010 in Biel: www.biennathlon.ch)
- Thurathlon** (20. Juni 2010 in Weinfelden: www.thurathlon.ch)
- Gigathlon** (9.–11. Juli 2010 in Thun: www.gigathlon.ch)
- Megathlon** (1. August 2010 in Singen-Radolfzell: www.bodensee-megathlon.de)
- Inferno-Stafette** (21. August in Thun: www.inferno.ch)
- S-Challenge** (28. August 2010 in Langnau: www.s2-challenge.ch)

fen und die besten Athleten der Welt messen sich an der Triathlon-Weltmeisterschaft über die Kurzdistanz. Bereits 25 Jahre nachdem die Sportart «neu» geboren wurde, schwimmen, pedalen und laufen die Triathleten an den Olympischen Spielen 2000 vor dem Opernhaus in Sydney. Auch Triathlonrennen über die Ironman-Distanz finden auf der ganzen Welt statt, wo sich die besten Athleten für die Ironman-Weltmeisterschaften in Hawaii qualifizieren können. ■

Quellen:
www.swisstriathlon.ch
 Müller, M. (2008): **17 Stunden zum Ruhm. Mythos Ironman Hawaii.** Bielefeld: Delius Klasing.

Wissenswert

Kampf um Startplätze

Wer an einem Ironman-Rennen teilnehmen möchte, muss diese Entscheidung rund ein Jahr vor dem Tag X fällen. Einerseits braucht es diese Zeit für einen seriösen Trainingsaufbau. Andererseits ist eine so frühe Anmeldung unbedingt nötig, um überhaupt noch einen Startplatz zu erhalten. Viele Rennen in Europa und Amerika sind binnen weniger Tage bis Wochen ausverkauft. Die Athleten müssen also bereits ein Jahr vor dem Rennen das erste Mal Vollgas geben, um überhaupt an der Startlinie stehen zu können. Insgesamt steigen auch die Teilnehmerzahlen an den kürzeren Triathlonveranstaltungen in der Schweiz immer noch leicht an. Seit 2003 ist dieses Wachstum nur noch klein. Gerade auf der Sprintdistanz, die früher oft genutzt wurde, um ein erstes Mal Triathlon-Luft zu schnuppern, sind die Zahlen rückläufig. Es stellt sich die Frage, ob allgemein weniger Sportler den Ausdauerdreikampf neu ausprobieren wollen oder ob sie bereits auf längeren Distanzen einsteigen.

Abwechslungsreich, aber zeitintensiv

Der Triathlon-Sport ist trotz schneller Entwicklung noch weit davon entfernt ein Breitensport, wie es beispielsweise der Laufsport ist, zu werden. In den Wechselzonen der Triathlonveranstaltungen stehen wenige Mountain- oder Citybikes von Personen, die an einem Anlass teilnehmen, weil er in der Nähe stattfindet und man aus Neugierde eine kurze Distanz in Angriff nimmt. Das Training dreier Disziplinen ist sehr abwechslungsreich, aber auch aufwändig. Wenn man je einmal wöchentlich laufen, schwimmen und Rad fahren will, ist man bereits auf drei Trainingseinheiten. Dann kann man sicher ohne weiteres einen olympischen Triathlon bestreiten, sofern Rang und Zeit nicht interessieren. Viele Teilnehmende einer Laufveranstaltung schnüren aber maximal ein bis zwei Mal wöchentlich ihre Laufschuhe. Der Trainingsaufwand, auch für Hobbysportler, darf im Triathlon nicht unter-

schätzt werden. Daher hat es der Triathlon nicht leicht, ein Sport für die breite Bevölkerung zu werden.

Wenn schon, denn schon

Wer so viel Zeit in ein Hobby investiert – meist trainieren die Ausdauer-Dreikämpfer die einzelnen Disziplinen mehr als einmal in der Woche – wählt dann als Herausforderung eine längere Wettkampfdistanz als einen Sprinttriathlon. Daher sind die steigenden Teilnehmerzahlen auf der olympischen Distanz und vor allem auf der Half-Ironman- und Ironman-Distanz durchaus erklärbar. Als verrückt darf man Leute, die beinahe täglich ihrem Sport frönen, nicht bezeichnen. Ein Fan muss man aber ganz sicher sein.

Ausbau zum Multisport

Wer sportlich etwas auf sich hält, lief früher einen Marathon. Bald schon reichte dies schon nicht mehr aus: Man musste bei einem Ironman «gefinisht» haben. Heute müssen die wahren Sportstypen am Gigathlon oder ähnlichen Multisportevents neben Schwimmen, Radfahren und Laufen auch noch Inlineskaten sowie Mountainbiken. Wenn möglich nicht nur an einem Tag, sondern eine ganze Woche lang. Diese Tendenz zu «vielfältiger» und «länger» hat aber auch einen Nebeneffekt, der für den Breitensport äußerst erfreulich ist. Die Multisportanlässe haben so viele Disziplinen, und die einzelnen Streckenabschnitte sind so lange, dass diese, aufgeteilt in einem Team, immer noch eine Herausforderung für weniger «verrückte» Sportler/-innen darstellen. Obwohl jede Person seine Strecke alleine bestreitet, erhält die Ausdauerprüfung so einen Teamcharakter. Das Einzelkämpfertum, welches die Ausdauersportszene sonst stark prägt, kann so aufgeweicht werden und die Sportart bereichern.