Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 54 (1997)

Heft: 3: Von Wasserzwergen und Meeresgiganten : die geballte Vitalkraft der Algen

Artikel: Extremsport : Hauptsache ungesund? : Himmelsstürmer & Sturzpiloten

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554443

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: 13.12.2025

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

Extremsport: Hauptsache ungesund?

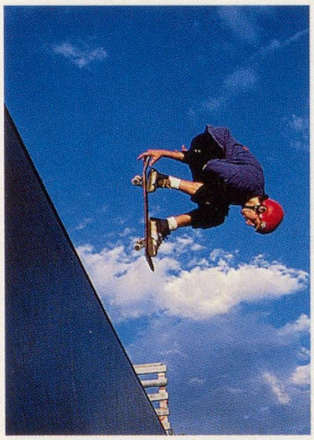
Himmelsstürmer & Sturzpiloten

Extremsportler gab es immer schon. «Verrückte», die sich mit Skiern von einem Schanzentisch katapultieren und 100 Meter durch die Luft segeln, «Spinner», die auf einem Schlitten durch Eiskanäle sausen, «Wahnsinnige», die mit einem Segelboot allein die fünf Weltmeere durchkreuzen. Neu ist der Extremsport als Massenphänomen und Nervenkitzel für immer jüngere Kids. Dabei stellt sich die Frage: was bedeutet eigentlich extrem, und wann hat es noch mit Sport zu tun? Ist das Wichtigste an den neuen Sportarten, die sich nur in zweiter Linie durch Körperbeherrschung, Kondition und Kraft auszeichnen, das Spiel mit Leben und Tod?

Mit Mannschaftssport, mit «normalem» Sport hat sie wenig am Hut (Pardon: an der verkehrt herum aufgesetzten Schirmmütze), die coole Gemeinde der jüngsten Extremsportler. «Fussball», sagt der 13-jährige Mike, «ist ein Sport für Senioren».

Akrobat auf der Abschussrampe

Mikes Sportgerät sind Inline-Skates. Aber er hasst die Skater, die brav auf Plätzen und Bürgersteigen fahren und sich selbst von Radfahrern überholen lassen. Der Schüler wirbelt durch die Halfpipe, in der er zu den Könnern gehört, die gewagteste Sprünge beherrschen. Halfpipes – halbrunde Rampen, an deren Endpunkten man mehrere Meter hoch in die Luft geschleudert wird – sind auch das Element der Skateboarder, sofern sie nicht auf dem Brett stehend in mörderischem Tempo Alpenpassstrassen bergabwärts flitzen oder wie Rennrodler, stromlinienförmig auf dem Board liegend, steile Asphaltstrassen hinunterrasen. Kaputte Bänder, Schleimbeutel und Gelenke gehören zu diesen Sportarten wie aufgeplatzte Augenbrauen zum Boxen. Nicht selten sind Handgelenkbrüche, angeknackste Wirbel und Schädelverletzungen. Aber die Kids sind hart im Nehmen und freuen sich trotz der Schmerzen auf den nächsten ultimativen Kick bei dem Sprung mit der 360-Grad-Drehung.



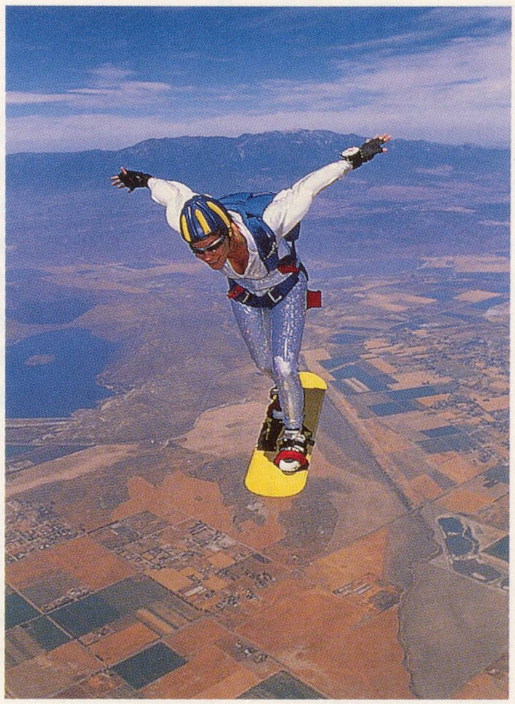
Die neuen Freizeitideale heissen: High Tech statt Natur, verschärftes Risiko für Hals- und Beinbruch statt Gesundheit, Angst-Lust-Gefühle statt Entspannung.

Up, up and away oder: Die Kür im Himmel

Das wichtigste Element vieler Extremsportarten scheint die Luft zu sein. Sprünge, Salti, Drehungen – schneller, höher, weiter – sind die Herausforderung. Welches Sportinstrument einem die Gelegenheit gibt, sich durch die Lüfte zu katapultieren, scheint von untergeordneter Bedeutung. BMX-Räder, Gleitschirme, Skate- und Snowboards,

Surfbretter, Inline-Skater oder gar die guten alten Ski – ohne waghalsige Sprünge scheint nichts mehr zu laufen.

Ein Mann springt in 5000 Meter Höhe aus einem Flugzeug. An seinen Füssen klebt so etwas wie ein Surfbrett, und der «Skydiver», der Sturzflieger aus dem Himmel, gleitet auf der Luft, dreht Pirouetten, schlägt Purzelbäume, balanciert und tanzt im freien Fall. Die Jury befindet sich auf der Erde und kann leider schlecht erkennen, was oben vor sich geht. Deshalb gehört zur Sportart ein Partner mit Kamera, der den Tanz über den Wolken filmt. Das Skydiving-Team, das die verwegenste Luftakrobatik mit den faszinierendsten Bildern zur Erde sendet, bekommt die besten Noten. Die Extremvariante zum Fallschirmspringen erfordert bei Fallgeschwindigkeiten von bis zu 250 Stundenkilometern nicht nur eine ungewöhnliche Körperbeherrschung, sondern hohe Konzentration – auf die Figuren, aber auch auf den richtigen Moment für das Ziehen der Fallschirmreissleine.

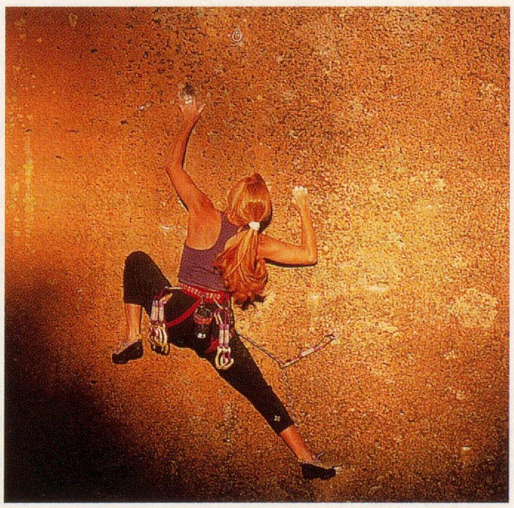


Eröffnen neue Varianten bekannter Abenteuersportarten wie Fallschirmspringen, Drachenfliegen, Segelfliegen neue Erlebnishorizonte oder sind sie ein immer riskanteres Spiel mit dem Tod?

Der mutwillige Sprung in die Tiefe

Ist Bungee-Springen ein Sport, gar ein Extremsport? Oder eine Mutprobe, der ultimative Nervenkitzel für gelangweilte Zeitgenossen, denen im Alltag keine Abenteuer mehr begegnen? Das Gummiseilspringen aus Höhen zwischen 60 und 120 Metern von Brücken, Heissluftballons, Fernsehtürmen, mobilen Kranwagen oder gar Seilbahngondeln mit der Gewissheit, rechtzeitig aufgefangen zu werden, erfordert keine körperliche Aktivität oder Fähigkeit, sondern «nur» die Lust an Grenzerfahrungen und die Überwindung des Knieschlotterns und der Angst. Der Rest ist Sicherheitstechnik. Psychologen wissen, dass die Überwindung der Todesangst Glücksgefühle vermittelt und das Selbstwertgefühl steigert, selbst noch Monate nach der Gummibandgaudi.

Sportkletterer interessieren nur die Schwierigkeiten in der Wand, sei es in der Natur oder in Klettergärten in der Halle.

Mit Zehen- und Fingerspitzen: immer an der Wand lang

Ein anderer Extremsport ist das Steilwandklettern oder «Free climbing», das sowohl in der Natur als auch in Hallen durchgeführt wird. Den Speed-Kletterern genügt es nicht, eine Wand zu bezwingen, sie wollen es so schnell wie möglich tun. Zwar kann dem Einzelkämpfer in der Wand nicht wirklich etwas passieren, weil er durch ein Seil gesichert ist, aber schon das Zuschauen ist schwindelerregend. Das Klettern in dieser Form beansprucht vor allem die Finger, Fuss-, Knie- und Hüftgelenke. Durch die extreme Belastung sind vor allem die feinen Sehnen der Finger und Zehen gefährdet – Verletzungen und spätere Arthrosen können die Folge sein. • IZR