

# Was treibt die Menschen?

## Motive im Triathlon (Teil 1)

**M**arlies Penker, selbst aktive Triathletin mit persönlicher Bestzeit von 10:03:02 h, hat ihre Dissertation über die „Motive der Breiten- und der Spitzensportler und -sportlerinnen im Triathlon“ geschrieben. Befragt wurden dazu die Teilnehmer/-innen des Ironman 2003 in Klagenfurt. Die interessantesten Ergebnisse dieser Studie werden wir hier in einer dreiteiligen Serie veröffentlichen.

### Warum muss es gerade ein Ironman sein?

Aus welchem Grund auch immer ... Derzeit lässt sich ein Trend zur vermehrten körperlichen Bewegung feststellen. Ob radeln, wandern, schwimmen oder laufen, immer mehr Menschen raffen sich morgens oder abends auf, um in ihrer Freizeit Sport zu betreiben. Einige dieser Sportler setzen sich Ziele

und möchten einmal bei einem Volkslauf mitmachen. Wer einen kurzen Lauf locker schafft, will meist mehr, und da kann es schon vorkommen, dass der eine oder andere an einem Marathon teilnimmt. Wer nicht genug hat, die Marathondistanz von 42,195 km zu laufen, sucht nach neuen Herausforderungen. Eine davon könnte die Teilnahme an einem Ironman sein. Bei diesem Rennen werden 3,8 km schwimmend, 180 km radelnd und 42,195 km laufend zurückgelegt.

Beim Ironman sind zwei besondere Details erwähnenswert. Die erste Besonderheit ist: Frauen und Männer starten gemeinsam, für beide Geschlechter gilt dieselbe Strecke. Die zweite Eigenheit ist folgende: Breiten- und Spitzensportler bewältigen am Renntag auch gemeinsam dieselbe Distanz. Dies ist im Sport eine Ausnahmerecheinung, denn grundsätzlich müssen sich die Teilnehmer für ein Skiweltcuprennen oder für eine Leichtathletikgroßveranstaltung erst über Vorwettbewerbe qualifizieren. Somit ist es für Breiten-sportler meist ein Erlebnis, Spitzensportler „hautnah“ erleben zu können, auch wenn diese „Hautnähe“ am Wettkampftag meist nur in Form des Überholens oder des Überrundens wahrgenommen wird.

Als ich beim Ironman 2002 in Klagenfurt mitgemacht habe und beim Laufen von Lori Bowden überholt wurde, habe ich versucht, ein paar Schritte mit ihr mitzuhalten, was aber nicht von Erfolg gekrönt war. Aber es war für mich ein besonderer Moment, eine Weltklasseathletin ganz aus der Nähe zu sehen. Lori Bowden hat mich auf der Höhe eines Baums überholt, der für mich zum „Lori-Bowden-Baum“ wurde.

Eine weitere Gemeinsamkeit des Breiten- und Spitzensports betrifft den Zieleinlauf. Jene Athleten, die für dieses Rennen 16 oder 17 Stunden lang brauchen und somit kurz vor Mitternacht das Ziel erreichen, werden von den Profisportlern auf ihrem letzten, dem 226. km, begleitet und von den Zuschauern euphorisch „ins Ziel getragen“.

Auch ich war 1999 beim Ironman in Klagenfurt als Zuseherin dabei und bin





fasziniert beim Zieleinlaufsgelände gestanden. Ich habe Frauen und Männer gesehen, die mit einer Lockerheit ins Ziel gelaufen sind, als wären sie gerade von einem kurzen Joggingausflug zurückgekommen. Manche Männer sind mit Kindern an der Hand über die Ziellinie gelaufen, einer trug sogar ein Baby auf dem Arm und jubelte euphorisch. Diese Momente werde ich nie vergessen, manche Szenen haben mich so berührt, dass ich dieses Gefühl auch einmal erleben wollte. So reifte in mir der Wunsch, auch einmal an einem Ironman teilzunehmen. Die langen Distanzen schreckten mich zwar ab, denn ich habe auch Athleten gesehen, die sich kaum mehr über die Ziellinie schleppen konnten und danach erschöpft zusammengebrochen sind. Juli Moss, die Frau von Mark Allen, die vielen Triathleten bekannt sein dürfte, erlitt im Jahr 1982 kurz vor dem Ziel einen Kollaps, der im Fernsehen gezeigt wurde. Auf den letzten 15 m kroch die Sportlerin auf allen vieren dem Ziel entgegen und wurde noch vor der Ziellinie von einer Verfolgerin überholt. Aber Juli Moss hat das Ziel erreicht und das Rennen beendet.

Als ich diesen Bericht und auch jene Sportler gesehen habe, die sich kaum mehr ins Ziel schleppen konnten, da stellte ich mir auch die Frage, warum jemand so an die Grenzen geht, nur um dieses Rennen zu beenden. Warum kriecht jemand ins Ziel, „nur“ um einen Ironman zu schaffen? Der Körper will offensichtlich schon lange nicht mehr, aber was treibt ihn weiter voran? Diese Fragen und meine persönlichen

Eindrücke waren für mich die Hauptgründe, dass ich mich in meiner Dissertation mit den Motiven der Breiten- und der Spitzensportler und -sportlerinnen im Triathlon auseinandersetze.

Mittels Interviews versuchte ich, Antworten auf meine Fragen zu bekommen, damit ich daraus einen Fragebogen entwickeln konnte. Bei der Fragensuche habe ich zwischen Trainings- und Wettkampfmotiven unterschieden. Ich wollte beispielsweise wissen, was einen Familienvater mit Frau und Kindern bewegt, sich auf einen Ironman vorzubereiten.

### Was motiviert ihn zum Training?

- Ist es das Wohlfühl, das sich nach dem Training einstellt?
- Sind es die Freude und der Spaß an der Bewegung?
- Ist es die Möglichkeit, sich beim Training häufig im Freien aufhalten zu können?
- Ist es das Glücksgefühl, das sich beim Training bemerkbar macht?
- Verbessert sich durch das Triathlontraining der Schlaf?

### Was motiviert ihn für den Wettkampf?

- Ist der Ironman eine Gelegenheit, die eigenen Grenzen auszuloten?
- Wird durch die Teilnahme beim Ironman etwas geleistet, das nicht jeder kann?
- Wird die Ironmanteilnahme sehr vom Umfeld bewundert?
- Bedeutet der Ironman Abenteuer und Herausforderung zugleich?
- Ist es das rege Zuseherinteresse, das Publikum, das einen anfeuert und ins Ziel bringt?

Fragen über Fragen ...

Die Antworten darauf finden Sie in der nächsten Ausgabe der *Condition*.

Übrigens: Ein Jahr später, nachdem ich beim Ironman zugesehen hatte, stand ich schon am Start und habe das Glücksgefühl beim Zieleinlauf genossen. Mittlerweile hält mich der „Ironman-virus“ schon fünf Jahre lang gefangen.

Marlies Penker



Anzeige

## Volksbank-Münster-Marathon

11|09|2005

9.00 Uhr

42  
km  
195

www.volksbank-muenster-marathon.de