

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 48 (1991)

**Heft:** 8

**Artikel:** Begegnung am Waldrand

**Autor:** Louis, Elisabeth / Sersa, André

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992913>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

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

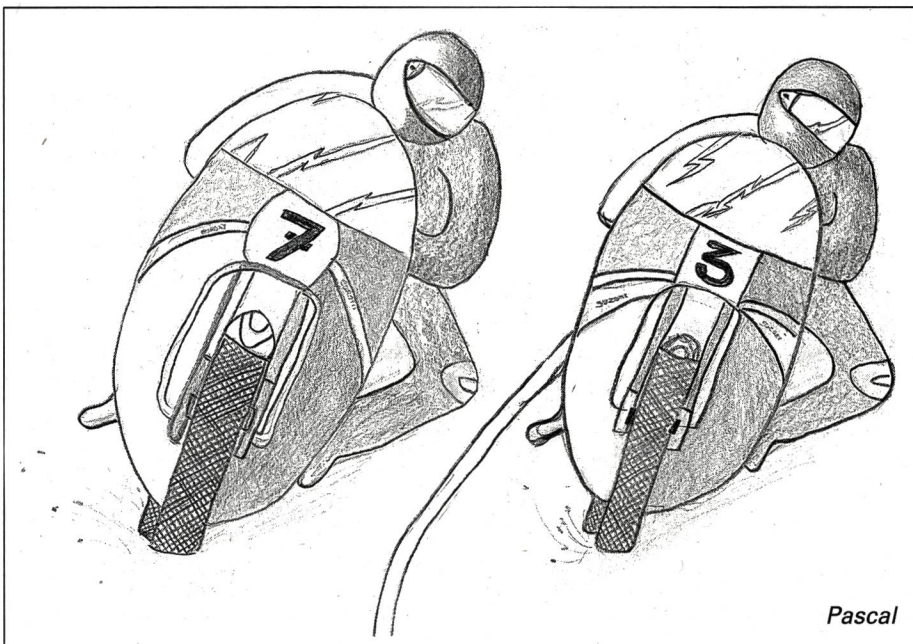
# Begegnung am Waldrand

Elisabeth Louis, André Sersa

Der See glitzert in den letzten warmen Sonnenstrahlen eines wundervollen Junitages. Eine leichte Brise lässt die Blätter des nahegelegenen Waldes leise rauschen. Der betörende Duft eines grossen Fliederstrauches lässt einen die Augen schliessen und in Träume versinken. Friedlich äst ein Reh am Waldrand.

Plötzlich durchdringt ohrenbetäubendes Geknatter die Stille. In einer riesigen Staubwolke kommt ein Auto zum Stillstand. Mit gewaltigem Schwung schlägt ein schlechtrasierter Mann die Autotür zu. Er steuert die nahe Bank an. Mit lautem Ächzen sinkt er darauf nie-

schon weit gelaufen ist: Das Stirnband ist schweissgetränkt, die Gesichtsfarbe schwankt zwischen Rot und Violett – der Mann trainiert so verbissen, dass er nicht einmal Zeit findet, sich die Nase zu putzen. Nach jedem dritten Schritt zieht er geräuschvoll durch die Nase hoch. Ohne den Dicken zu beachten, fängt er wie wild an, Liegestütze zu drücken, Rumpf- und Kniebeugen zu machen. Dieser schaut kopfschüttelnd zu. Als der Sportler kurze Weile später erschöpft eine Pause einlegt, fragt er ihn teilnahmsvoll: «Wollen Sie einen Schluck, um sich zu stärken?» und hält dabei die Flasche Wein in die Höhe.



der. Nach einigem Nesteln in der Jackettasche zieht er eine dicke Zigarre und ein Päckchen Streichhölzer hervor. Kaum hat er seine Zigarre laut paffend angezündet, nimmt er einen kräftigen Schluck aus der mitgebrachten Flasche Wein. Die Etikette deutet auf einen guten Wein hin: Bordeaux!? Zufrieden lehnt er sich zurück und geniesst die Aussicht.

Plötzlich ertönt leises Keuchen, begleitet von einem Stampfen, das immer lauter wird. Neugierig dreht der Bonvivant den Kopf, um die Ursache des Geräusches zu erkunden. Aber nicht ein flüchtendes Tier, wie er erwartet hat, kommt zum Vorschein, sondern eine buntfarbene Gestalt: enganliegende pinkfarbene Jogginghose, knalliges T-Shirt, Nike-Socken, Adidas-Turnschuhe und nicht zu vergessen, ein Stirnband «Isostar».

Mit verbissener Miene kämpft sich der Mann vorwärts. Man sieht, dass er

Entgeistert starrt ihn der Mann an: «Glauben Sie, ich will mich vergiften mit diesem Zeug? Ich trinke grundsätzlich nur ungezuckerten Tee.»

«Na, für solches Zeug hab' ich nicht viel übrig», sagt der Bonvivant und nimmt einen herzhaften Schluck.

«Ausserdem habe ich meinen Essplan bis jetzt eingehalten», fährt der Sportler fort, «mehr als mein Müsli würde mein Magen gar nicht ertragen.»

«Was, ein Müsli; dieses pappige scheussliche Zeug, das bringen Sie hinunter?»

«Sicher, und am Mittag steht etwas Fisch und etwas gedünstetes Gemüse auf dem Speisezettel und am Abend ein paar Knäckebröte mit etwas Kräuterkäse.»

«Tja, da bleibe ich lieber bei meiner Bernerplatte.»

«Sind Sie sich aber bewusst, wie fettig und ungesund Sie sich damit ernähren? Treiben Sie Sport?»

«Wieso, mir ist es ganz wohl ohne diese selbstauferlegte Qual.»

«Ich bitte Sie! Ich trainiere jeden Tag vier Stunden; sehen Sie, wie fit ich bin, so im Vergleich zu Ihnen!» stösst der Sportler hervor, noch immer ausser Atem. «Ausserdem ist es mein Beruf, sozusagen! Ich trainiere jetzt gerade für den Bieler Hunderter.»

«Aber ich brauche Sie ja nur anzusehen und schon fallen Sie vor Erschöpfung um. Sie wollen mir doch nicht weismachen, dass das Spass macht?»

«Es geht auch nicht um den Spass! Ich versuche jeweils herauszufinden, wo meine Leistungsgrenze liegt. Etwas erreichen zu wollen, heisst schliesslich, sich durchzubeissen, ohne Mitleid mit sich selbst», versucht der Sportler zu erklären.

«Ich begreife das einfach nicht! Ich finde das stupid! Da hechelt man durch den ganzen Wald, bis man fast auf die eigene Zunge tritt, hat nicht einmal Spass daran und macht es trotzdem. Ich sitze lieber bei einer guten Flasche Wein mit einer Zigarre.» (Laut paffend stösst er blaue Rauchwolken aus.)

«Aber schauen Sie sich doch einmal an! Bierbauch, blasse Hautfarbe. Sie wollen mir doch nicht etwa sagen, dass ihre Lebenseinstellung die richtige ist?» «Ihre ist es aber sicher auch nicht», entgegnet der Bonvivant. «So etwas Verrücktes», ergänzt er murmelnd.

«Da ist überhaupt nichts verrückt. Ich habe meine Konkurrenz, und die muss ich schlagen. Sehr wahrscheinlich werde ich noch eine weitere Einheit Krafttraining einschalten, um wirklich fit zu sein. Mein gebrochener Fuss ist zwar recht gut genesen; aber das hat mich zurückgeworfen, und so muss ich die verlorene Zeit wieder aufholen mit intensiverem Training.»

«Bleibt Ihnen überhaupt noch Zeit für etwas anderes als Sport?»

«Kaum. Zeitweise arbeite ich noch etwas daneben.»

«Was denn?»

«Als Sportlehrer.»

«Auch das noch», stöhnt der Bonvivant, «Sport, Sport und nochmals Sport.»

«Und bei Ihnen Wein, Zigarren und nochmals Wein! Aber hören wir auf zu diskutieren. Es führt zu nichts, und ausserdem habe ich mein Training schon viel zu lange vernachlässigt; ich muss weiter!» Mit diesen Worten setzt er sich in Bewegung. Das monotone Schnüffeln, Stampfen und Keuchen ertönt wieder, wird leiser und verklingt schliesslich in der Ferne.

Kopfschüttelnd schaut sich der Bonvivant um und widmet sich wieder seiner Flasche, die nur noch ein paar Schlücke enthält. Nach einer Viertelstunde sind auch diese verschwunden, und der Rest der zweiten Zigarre liegt

am Boden. «Nun muss ich wohl langsam ans Heimgehen denken», brummt er vor sich hin. Unsicher stotzt er auf sein Auto zu. Mit einiger Mühe findet er das Schlüsselloch. Er lässt sich in den Sitz fallen, der unter seinem Gewicht fast zusammenbricht. Wie er gekommen ist, fährt er wieder ab; bloss ein bisschen unsicherer. Laut singt er ein Lied vor sich hin.

Plötzlich eine jähe Kurve. Vom Alkohol benebelt reagiert unser Mann zu wenig schnell und gerät von der Strasse ab, auf einen Abgrund zu. Der Schrecken macht ihn beinahe nüchtern, und er versucht, das Auto zu bremsen. Zu spät... Es kippt über den Felsen und schlägt unten auf. Nachdem das ohrenbetäubende Geklirre und Geschepper verklungen ist, herrscht Totenstille; aber nur für eine Weile. Leise hört man auf einmal wieder ein wohlbekanntes Keuchen.

Unser Sportler schleppt sich zum Wald hinaus. Sein Gesicht ist dunkelrot, fast blau. Er torkelt auf die Strasse zu. Plötzlich sinkt er erschöpft in sich zusammen, kaum zehn Meter vom zertrümmerten Auto entfernt und bleibt reglos liegen.

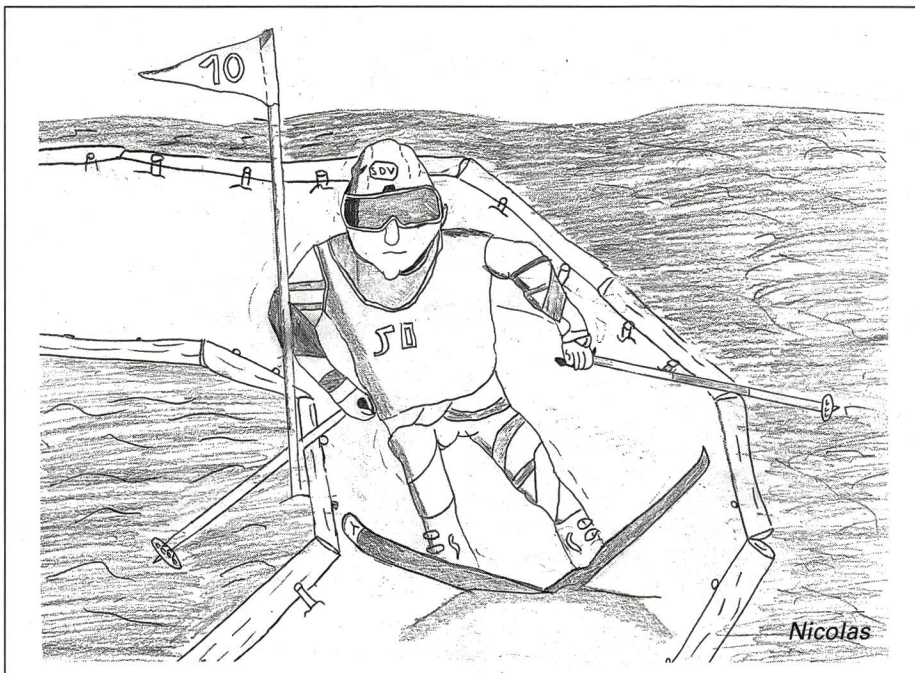
Der Arzt, der eine halbe Stunde später zur Stelle ist, kann bei beiden Männern nur noch den Tod feststellen. ■

### **Soll der Mensch überhaupt Sport treiben?**

Sport ist da, um Abwechslung in den Alltag zu bringen. Er ist für mich in erster Linie eine körperliche Betätigung und natürlich auch eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung. Wenn jemand die Fähigkeit besitzt, Sport zu treiben, sollte er dies nicht vernachlässigen. Zudem finde ich es auch aus gesundheitlichen Gründen sinnvoll, sich fit zu halten. Meiner Meinung nach braucht der Mensch Sport, einerseits als Aktivsportler, andererseits als Konsument.

Ich finde es reizvoll, Sport wett-kampfmässig zu betreiben, weil er eine Herausforderung ist und es eine gewisse Selbstüberwindung braucht. Auch kann ich mich so mit anderen messen und mich einschätzen. Es ist jedoch schade, dass oftmals Sport nur des Geldes wegen betrieben wird. Heute sind gute Ränge im Spitzensport fast nur noch mit Hilfe von Medikamenten und Aufbaupräparaten erreichbar. Ich finde einfach, Sport ist etwas Natürliches, und so soll es bleiben. Sport treiben bedeutet für mich auch Gemeinschaft pflegen. Zudem weckt er den Lebensgeist. ■

Philipp Gloor



Gerade älteren Leuten würde es sicherlich besser gehen, wenn sie etwas Sport treiben würden. Oft sind gesundheitliche Probleme, Rückenbeschwerden und Übergewicht Zeichen der Unsportlichkeit und der Trägheit der Menschen. Will ich wirklich auch mal so enden? Ich bin der Meinung, dass man auch im Rentenalter seine Zeit mit etwas Sport gestalten könnte, anstatt sich Abend für Abend in einer Kneipe literweise Bier «einzufliessen», so dass man täglich sehen kann, wie der Bauch immer runder wird. Es gibt doch nichts Schöneres, als in der Abenddämmerung einen kurzen Waldlauf oder eine Velotour zu unternehmen, um seine sportliche Figur, seine Fitness, wie auch seine Gesundheit zu erhalten. Würden sich mehr ältere Leute sportlich betätigen, gäbe es auf jeden Fall weniger Rentner, bei denen die Rückenmuskulatur völlig erschlafft ist und vor allem auch weniger Leute mit Übergewichtsproblemen. Leider spielt die Bequemlichkeit bei alten Leuten ihr böses Spiel. Oft fragen sie sich, warum sie sich jetzt noch mit sportlichen Tätigkeiten abrackern sollen, wenn sie ihr ganzes Leben lang «geschuftet» haben. Ich bin überzeugt, dass Leute, die etwas Sport im späteren Leben treiben, gesundheitlich und körperlich in einem viel besseren Zustand sind und weniger Beschwerden haben als jene, welche lieber auf der faulen Haut liegen und den ganzen Tag in Kneipen oder zu Hause vor dem Fernseher sitzen. ■

Pascal Schriber

Ich versuche, das an meinem Beispiel zu erläutern. Man sollte am Anfang in eine Gruppe gehen, wo von allem etwas zu finden ist. Ich besuchte im Alter von fünf Jahren die Jugi, bevor ich dann mit 13 Jahren zur Leichtathletik wechselte. Am Anfang lernte ich die verschiedenen Disziplinen kennen. Mit der Zeit konnte ich mich auf den 100-m-Lauf, das Kugelstossen und die 4x100-m-Staffel spezialisieren. Dies alles brauchte hartnäckiges Training und Disziplin. Ich setzte mir Ziele, die ich mehr oder weniger erreichte. Ich konnte mich zwei bis dreimal die Woche von der Umwelt distanzieren, abschalten und in eine ganz andere Richtung schauen. Sport bringt sehr vieles mit sich. Man ist körperlich fit, man hat Spass am Leben; kurz man findet den nötigen «Power», um sich im Alltag durchzuschlagen. Ich brachte es auf einen Höhepunkt meiner «Laufbahn». Ich hatte Freude und trainierte intensiv. Plötzlich kam der Punkt, wo keine neuen, persönlichen Rekorde mehr aufgestellt wurde, und ich glaubte, dass ich am Limit des Machbaren angekommen war. Ich besuchte das Training immer weniger und zuletzt gar nicht mehr. Ich glaubte, ich sei ausgelugt in Sachen Leichtathletik. Da ich aber Sport treiben wollte, schaute ich mich um und fand den OL, wo ich nun regelmässig trainiere. Dank diesen Erfahrungen bin ich zum Schluss gekommen, dass der Mensch Sport treiben muss (sollte). Er hält einen auf Draht. ■

Markus Bangerter