

[= Login](#) | [Registrieren](#)

Suchen...

Achim Achilles empfiehlt:
Kathrine Switzer, eine der mutigsten Frauen der Sportgeschichte, heute im exklusiven Achilles-Interview.

[Läuferblogs](#) | [Laufstrecken](#) | [Lauftools](#) | [Laufthemen](#) | [Laufshop](#)

| [Laufen im Herbst](#) | [Abnehmen](#) | [Ernährung](#) | [Einsteiger](#) | [Training](#) | [Marathon](#) | [Gesundheit](#) | [Ausrüstung](#) | [Laufschuhe](#) | [Produkt-Tests](#) | [Regeneration](#) | [Motivation](#) | [Wettkämpfe](#) | [Tipps der Profs](#) | [Lauf-Stars](#) | [Promi-Interviews](#) | [Läuferberichte](#) | [Studien](#) | [Aus aller Welt](#) |

29 Oktober 2010 00:00

Video: Lauf-Stars
Achim trifft Haile

Lauf-Stars

Kathrine Switzer: „Laufende Frauen verändern die Welt“



Bilder von sporthistorischer Bedeutung: Ein Offizieller versucht Kathrine Switzer 1967 an der Teilnahme am Boston-Marathon zu hindern - vergeblich (Foto: AP Images)

Die Sportwelt feiert am Wochenende ein großes Jubiläum: 2500 Jahre Marathon. Dass Marathon-Rennen zum Massenphänomen wurden, an dem Männer und Frauen gleichberechtigt teilnehmen, ist vor allem Kathrine Switzer zu verdanken. Die Amerikanerin erklärt im Interview, wie sie zur Laufpionierin wurde und warum laufende Frauen selbstbewusster sind.

Frau Switzer, am Sonntag starten Sie beim „Ur-Marathon“, dem Rennen von der griechischen Stadt Marathon nach Athen. Was bedeutet dieser Lauf für Sie?

Der Athen-Marathon ist für mich vor allem eines: eine Pilgerreise. Ich kehre an den Strand von Marathon zurück, den Ort, an dem ich vor 38 Jahren beschloss, für meinen Traum vom Olympischen Frauen-Marathon zu kämpfen.

Wie kam es dazu?

Ich reiste 1972 sechs Monate lang quer durch Europa, war live bei den Olympischen Spielen in München dabei und trug meine Idee von Frauen-Straßenläufen von Land zu Land. Ich startete selbst bei einigen Läufen, meist als erste und einzige Frau. Die Krönung meiner Reise sollte ein Start in Athen sein, beim „Vater“ aller Marathons. Ich schrieb ein Ansuchen an den griechischen Leichtathletikverband. Doch nach seiner Rücksprache mit dem Internationalen Leichtathletik-Verband erhielt ich eine Absage. Keine Frau durfte an den Start. Ich war bitter enttäuscht, zumal kurz zuvor in Boston zum ersten Mal eine Frau für einen Marathon zugelassen worden war.



Kathrine Switzer, Jahrgang 1947, ist eine der mutigsten Frauen der Sportgeschichte. Sie ging am 19. April 1967 beim legendären **Boston-Marathon** an den Start - obwohl das für Frauen verboten war. Als ein Offizieller sie jedoch entlarvte, drohte das Aus. Switzer setzte sich aber mit Hilfe ihres Begleiters, einem Football-Spieler, durch und lief als erste Frau nach 4:20 Stunden

Also ausgerechnet dort, wo Sie 1967 die erste Frau waren, die offiziell einen Marathon lief - weil man Sie bei der Anmeldung für einen Mann hielt.

Genau. Umso trauriger war ich über das Startverbot in Athen. So saß ich an einem kalten Novembertag weinend am Strand von Marathon und hatte Heimweh. In dieser Trostlosigkeit spürte ich aber, dass durch Mut und Ausdauer ungeahnte Dinge möglich sind. So wie der tapfere Botenläufer Pheidippides 490 v. Chr. nach der gewonnenen Schlacht von Marathon nach Athen lief, so startete ich aus dieser traurigen Stunde voll Kraft und Tatendrang, um meinen Traum von laufenden Frauen weltumspannend wahr werden zu lassen. *Frauen liefen dann 1984 in Los Angeles tatsächlich zum ersten Mal einen Olympischen Marathon. Sie gelten als Wegbereiterin dafür. Was waren die größten Barrieren auf dem Weg dorthin?*

Nicht die laufenden Männer! Die nahmen uns Frauen vielmehr immer mit offenen Armen auf, freuten sich über uns Mitstreiterinnen. Rückblickend fallen mir zwei große Widerstände ein: Zum einen die offiziellen Stellen wie Leichtathletik-Verbände oder das Olympische Komitee. Es gab Reglements und diese konnten wir nicht von heute auf morgen ändern. Zum anderen waren es auch die Frauen selbst. Über Jahrhunderte hielt sich der unbegründete Glaube, Frauen seien körperlich nicht in der Lage, längere Distanzen zu laufen. Gravierende körperliche

Meist gelesen

- Lauf-Stars
Julia Viellehner: „Männer überholen macht Spaß“
- Lauf-Stars
10 Dinge über Haile Gebrselassie
- Lauf-Stars
Ingelena Heuck: „Laufen ist nicht nur Körper“
- Lauf-Stars
Frodono: „Triathleten haben eine Meise“
- Lauf-Stars
Tobias Sauter: „Ich lebe meinen Traum“

Umfrage Lauf-Stars

Wer ist der beste deutsche Läufer aller Zeiten?

- Armin Hary
- Waldemar Cierpinski
- Dieter Baumann
- Achim Achilles

[Abstimmen](#) [Ergebnis](#)

Quick-Links

abnehmen achilles radio achilles
tv achim achilles achims blog
berlin-marathon einsteiger ernährung
expertenblog gesundheit
laufbericht laufen und motivation
laefer-lexikon marathon
motivation motivationstipps
sportmedizin studie tipp der woche
training transeuropalauf triathlon
verletzungen videos wettkämpfe

Giganten des Laufsports



UNWIDERSTEHLICHE PROMOS

SALE

IM PUMA ONLINE SHOP

JETZT PROFITIEREN >

PUMA
shop.puma.de

durchs Ziel. Später baute Switzer die weltweit bekannte AVON-Frauenlaufserie mit auf.

Schädigungen wären die Folge.

Wie gelang es Ihnen, diese Annahmen zu widerlegen?
Nur durch das Vorleben und ständiges Animieren, an Laufen teilzunehmen. Als die Frauen dieses „Empowerment“-Erlebnis, das ein Wettlauf bedeutet, am eigenen Leib spürten, war der Bann gebrochen. Eine neue Zeitrechnung begann.

Der Läuferinnen-Boom scheint seitdem ungebrochen.

Richtig. Bei den Marathons in Nordamerika stellen Frauen mittlerweile mehr als die Hälfte der Teilnehmer. Auch in Europa wächst die Zahl der Marathon-Läuferinnen. Das ist ein Trend, der nicht nur das Läuferbild verändert, sondern auch das Tun und Denken in der Sportindustrie, bei Veranstaltern und angrenzenden Wirtschaftszweigen. Die laufenden Frauen haben die Welt bereits nachhaltig verändert – und sie werden es auch weiterhin tun.

Inwiefern?

Durch das Laufen erfahren Frauen, dass sie Grenzen überschreiten können. Diese Kraft und Erkenntnis nehmen sie in alle Lebensbereiche mit. Das gilt nicht nur für europäische oder amerikanische Frauen. In manchen Ländern Afrikas und in Japan haben Frauen heute eine völlig neue gesellschaftliche Stellung.

Worin zeigt sich das?

Vor einem halben Jahrhundert gingen sie gebückt hinter den Männern, heute gelten die japanischen Marathonläuferinnen als die Superstars in ihrer Heimat, weit vor den Männern. In Kenia befreien sich einige Frauen aus der Rolle einer Handelsware und bauen sich dank Siegprämien ein unabhängiges Leben auf. Wer hätte das vor 40 Jahren gedacht?

Was haben Sie sich persönlich für den Athen-Marathon vorgenommen?

Ich bin seit 34 Jahren keinen Straßenmarathon mehr gelaufen, daher visiere ich keine bestimmte Endzeit an. Vielmehr möchte ich einfach nur ins Ziel kommen und mit diesem Lauf die für mich so wichtigen Dinge wieder zu einem ganzen zusammenführen. Der 31. Oktober wird in vielerlei Hinsicht ein historischer Tag für mich.

Interview: Edith Zuschmann

Fotostrecke: Giganten des Laufsports



Gefällt mir: Zeige deinen Freunden, dass dir das gefällt.

0
tweets
tweet

Lesenzeichen setzen

Kommentare (0)

Kommentar schreiben

Sie müssen angemeldet sein, um einen Kommentar abzugeben. Bitte registrieren, wenn Sie noch kein Konto haben.

| Drucken | E-Mail

Multimedia

Fotostrecken | Videos | Audio



Fotostrecke: Die schönsten Fotos vom Ironman auf Hawaii

Video: Achilles trifft Hirschhausen: Rottweiler auf Rezept

Fotostrecke: Rosa Traum: Achims Lesung bei SportScheck

Fotostrecke: Berlin-Marathon – die schönsten Fotos vom

Achilles' Laufshop
Information



Beurer 875.00 PM 18 Puls...
Beurer
Nur EUR 29,39
Top-Preis EUR 21,95



Times Ironman Road Train...
Times
Nur EUR 99,85
Top-Preis EUR 99,85

letzt flirtet neu.de

Asics Gel-Kayano 16
129,99€
nur 103€
Mehr Informationen >>
ONLINE LAUFSHOP
www.online-laufshop.de Google-Partner