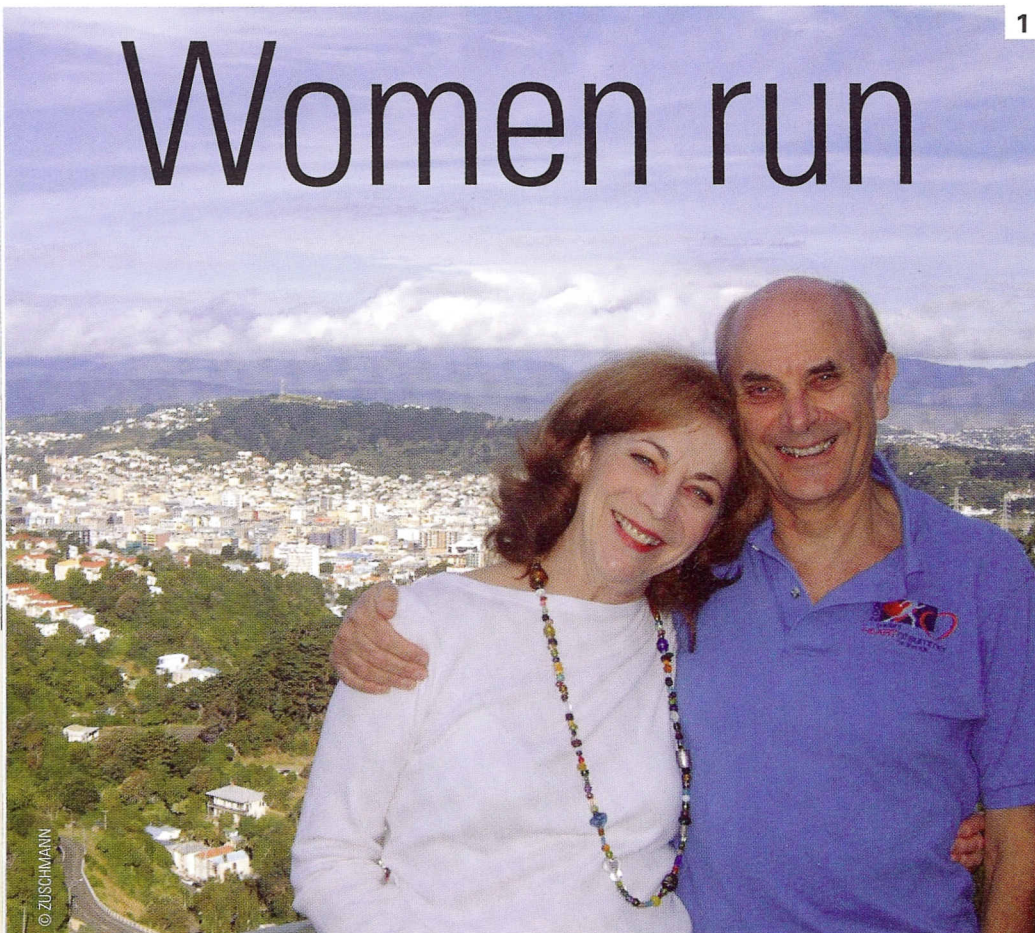


# Women run



1 Nicht nur in Business und Sport ein Spitzenteam: Kathrine und ihr Ehemann Roger Robinson.  
2 Kathrine Switzer war die Vorkämpferin für die heutigen Laufstars wie Paula Radcliffe.

**TOGETHER FOR DREAMS** Die Zukunft des Frauenlaufsports aus Sicht der Laufpionierin Kathrine V. Switzer. EDITH ZUSCHMANN

Es ist ein aufregendes und bewegtes Leben der Amerikanerin Kathrine V. Switzer, DER Pionierin des Frauenlaufsports. Ihre unglaubliche Lebensfreude und unendlich scheinende Energie hat sie trotz zahlreicher Widerstände nie verloren, im Gegenteil, sie spricht geradezu von Visionen, Ideen und Tatendrang. Das LAUFSPORT-Magazin sprach mit ihr über die Entwicklung und die Zukunft des Frauenlaufsports.

Sie wurde von vielen belächelt, von einigen für verrückt erklärt, ja sogar beschimpft. Das war 1967, als sie als erste Frau offiziell am Boston-Marathon teilnahm, auf einer Distanz, die bis dahin ausschließlich Männern vorbehalten war. Durch die Anmeldung als K. V. Switzer fiel es den Veranstaltern nicht auf, dass sich hinter diesem Namen eine Frau verbarg. Selbst handgreifliche, fast gewalttätige Versuche des Renndirektors Jock Semple, die junge Läuferin aus dem Rennen zu ziehen, scheiterten – dank Unterstützung ihrer männlichen Begleiter.

Nach 4:20 Stunden finishte sie als erste Frau offiziell einen Marathon. Ein Ereignis, das nicht nur den Laufsport gänzlich veränderte, es revolutionierte das Bild der Frau und schlussendlich auch das Zusammenspiel zwischen Mann und Frau.

## Gesellschaftlicher Wandel

„Anfang der Siebziger war die Meinung, dass Laufen Frauen unfruchtbar mache und sie zu Männern mutieren lasse, weitverbreitet“, lacht Kathrine heute. Dass dem absolut nicht so war, wurde der damals 19-Jährigen rasch klar. Noch mehr, sie erfuhr durch ihr regelmäßiges Training, wie sich Laufen positiv auf ihren Körper und Psyche auswirkte. „Männer, die nicht aktiv liefen, hatten regelrecht Angst vor uns, den laufenden Frauen.“ So wurde es ihr erklärtes Ziel, den vorherrschenden Irrglauben in den Köpfen der Männer und Frauen zu korrigieren. Das weibliche Geschlecht selbst sollte keine Angst mehr vor dem Laufen haben und nicht mehr

nachdenken müssen, ob sie laufen dürfen oder nicht. Es sollte in der Gesellschaft einfach akzeptiert sein. Gleichzeitig war sie unermüdlich in ihrem Anliegen, Offizielle und Funktionäre zu überzeugen, Frauen zu Laufveranstaltungen wie Marathons zuzulassen. Das bedeutete sehr viel Engagement, galt es doch zahlreiche Reglements zu ändern, um Frauen im Laufsport einen offiziellen Status zu geben.

Ein harter Kampf, bei dem sie gerade von ihren männlichen Laufkollegen große Unterstützung erhielt. Nicht nur beim Training und bei diversen Wettkämpfen, auch bei offiziellen Stellen legten sie gute Worte ein, was wesentlich zum Durchbruch von Kathrines Zielen beitrug. Ihr Engagement gipfelte schlussendlich darin, dass sie weltüberspannende Frauenlaufveranstaltungen mit über 1.000.000 Teilnehmerinnen initiierte. Diese immense Laufbewegung war u. a. auch die Basis des ersten Olympiamarathons für Frauen 1984 in Los Angeles. „Schon in den 1970er

Jahren habe ich prophezeit, dass eines Tages Frauenläufe populärer sein werden als reine Männerlaufveranstaltungen und dass durch die Teilnahme von Frauen Marathons wesentlich an Stellenwert gewinnen werden“, erzählt sie mit ernster Miene. Und sie behielt recht: bei amerikanischen Marathons sind oft schon 50% der Teilnehmer weiblich.

Heute sind es oftmals Eliteläuferinnen, die Säle und Magazine füllen. „Paula Radcliffe ist der Rockstar unter den Läufern“, bestätigt Switzer. Japanische Spitzenläuferinnen, allen voran die Olympiasiegerinnen Naoko Takahashi und Mizuki Noguchi, sind in ihrer Heimat Superstars, genauso wie Kara Goucher, die in den USA die „big stories“ für die Presse liefert. Auch die Wirtschaft weiß die laufenden Damen als Werbe-Ikonen bestens in Szene zu setzen, was wiederum finanzielle Unabhängigkeit für die Sportlerinnen bedeutet und ihnen ein Profidasein ermöglicht.

### Mit- statt gegeneinander

Dass sich die Beziehung zwischen Mann und Frau durch das Laufen verschlechtert habe oder sogar Frauen und Männer in Konkurrenz stehen, verneint Kathrine Switzer vehement. „Frauenlaufsport war nie eine Gegenbewegung zum Männerlaufsport. Ganz im Gegenteil – die Beziehung zwischen den beiden Geschlechtern hat sich zu einer gegenseitigen liebevollen Partnerschaft mit viel Achtung vor dem anderen entwickelt. Nicht nur im Hochleistungssport, wo Spitzenathleten sich in ihren Beziehungen unglaublich professionell und respektvoll unterstützen, sondern auch im Hobbysport hat dieses großartige Phänomen Einzug gehalten. Es bereitet mir immer wieder große Freude zu beobachten, wie laufende Paare aufeinander achten und durch den Sport den Partner besser verstehen lernen. Diese Beziehungen zeichnen sich durch mehr Verständnis für die Laufleidenschaft aus, die in den Alltag transferiert wird – sei es bei der Unterstützung im Haushalt oder der Versorgung der Kinder, um Zeit fürs Laufen aufzubringen. Wenn ich an meine beiden Teilnahmen am Österreichischen dm Frauenlauf denke, kommen mir immer wieder die unzähligen Männer am Wegesrand in den Sinn, die ihre Frauen euphorisch anfeuerten. Viele Männer, die früher das traditionelle Frau-Mann-Schema in ihren Köpfen hatten, realisieren heute, dass Sport nicht nur mehr alleine für sie gut ist, sondern auch für ihre Frauen. Ihre Lebenspartnerinnen achten plötzlich mehr auf ihr

Äußeres, entwickeln eine positive Einstellung zu ihrem Körper und bereichern die Beziehung neu, nicht nur sexuell, sondern auch im Umgang miteinander. Es geht manchmal sogar so weit, dass Männer zu stolzen Trainern von ihren Frauen werden – wer hätte das vor 40 Jahren gedacht“, und über Kathrines Lippen huscht ein schelmisches Lächeln.

### Blick in die Zukunft

Und wo wird sich der Frauenlaufsport in den nächsten 10 bis 20 Jahren hinentwickeln? Die als Visionärin bekannte Kathrine hat auch darauf umgehend einige Antworten parat: „Allen voran wird die Anzahl an Frauenlaufveranstaltungen kontinuierlich steigen. Sie werden globaler und verstärkt Eventcharakter annehmen, um so noch mehr Frauen zum Laufen zu animieren, frei nach dem Motto: Wenn die das kann, kann ich es auch. Ähnlich sehe ich die Zukunft von geschlechtlich gemischten Läufen. Der Lauf-tourismus-Boom wird weiter ansteigen, das gemeinsame Lauferlebnis mit dem Partner oder mit Freunden rückt immer stärker in den Mittelpunkt. Durch immer bessere Reisemöglichkeiten werden außergewöhnliche Laufevents in exotischen Ländern noch stärkeren Zuström erleben. Und auch die Sehnsucht nach dem einzigartigen Naturerlebnis verleiht unserem Sport zukünftig eine neue Dimension, wie zum Beispiel das Laufen in der Savanne, neben Giraffen oder in einzigartigen Bergregionen“, ist sich Switzer sicher.

„Mit Preisgeld dotierte Rennen stellen für Frauen in der Zukunft ebenfalls einen wesentlichen Faktor dar. Frauen als Verdiennerin werden unsere globale Gesellschaft einschneidend verändern. Dies gilt vor allem für Frauen aus sehr traditionell geprägten Ländern, allen voran aus afrikanischen Staaten. Männer werden ihre Frauen mit anderen Augen betrachten, sie als gleichwertige Partnerin ansehen“, weiß Kathrine aufgrund ihres starken Engagements auf dem afrikanischen Kontinent zu berichten.

„Hinsichtlich Bewerbe sehe ich zwei interessante und völlig neue Entwicklungen: Zum einen treten Frauen und Männer gegeneinander bei Ultraläufen an, wobei z. T. Frauen aufgrund ihrer hohen Ausdauerfähigkeit als Sieger hervorgehen. Bereits heute stehen Ultraläufe z. T. auf den Meisterschaftslisten – und es werden immer mehr, so zum Beispiel bei den kommenden Commonwealth-Games. Zum anderen starten die beiden Ge-

schlechter gemeinsam als Team. Mann und Frau ergänzen sich geradezu ideal: während er sich durch seine Schnelligkeit und Kraft auszeichnet, trägt sie mit ihrer Ausdauer wesentlich zum Erfolg bei. Auch die Olympischen Spiele stehen vor einer neuen Ära, wo Paarbewerbe ihren Einzug finden werden“, ist sich Kathrine sicher. Auf die Frage, welche Art von Teambewerben das – neben den bereits stattfindenden Läufen – sein werden, antwortet sie rasch: „Es sind die verrücktesten Kombinationen – von diversen Triathlonbewerben über spektakuläre Berg- und Geländeläufe bis hin zu mehrtägigen Laufveranstaltungen in den entlegensten Gebieten. Ich betrachte dabei die Ideenvielfalt als unendlich.“

Dass auch Frauen weit über 50 mit dem Laufen beginnen und noch mit 70 oder 80 Jahren Marathons bestreiten, sieht sie ebenfalls als interessante Entwicklung in den kommenden Jahren.



Die Szene ging 1967 um die Welt: Der Renndirektor des Boston-Marathons versuchte Kathy Switzer von der Strecke zu drängen – ihre Begleiter schützten sie.

„Der Laufsport wird weltweit den Fitnesslevel aller Altersgruppen wesentlich erhöhen. Laufen ist einfach und günstig. Gerade für jene, die sich auch im Alter aktiv betätigen möchten, ist diese Sportart geradezu ideal.“

### Projekte

Auf die Frage, was sie in der nahen Zukunft vorhaben, antwortet sie fröhlich: „Eines meiner nächsten Projekte ist ein Buch für laufambitionierte Frauen über 60 zu schreiben. Wir haben andere Bedürfnisse und unser Körper funktioniert völlig unterschiedlich zu dem einer 30-Jährigen.“ Aber auch Bücher zu den Themen „Frauen und ihre Fähigkeiten“, „Kinder und Laufen“ sowie „Sport und Natur“ möchte sie so bald wie möglich publizieren. Und das Laufen darf natürlich nie zu kurz kommen, so wie an diesem Tag, wo sie noch ihre einstündige Laufeinheit vor sich hat ... ●

### INFOS

[www.katherineswitzer.com](http://www.katherineswitzer.com)