



# Pionierin des Frauenlaufsports

Ihr Antrieb ist ungebrochen. Kathrine Switzer, 64, ist Läuferin, TV-Journalistin und Lauf-Aktivistin. Mit 20 lief sie ihren ersten Marathon in Boston – und schrieb Sportgeschichte.

Von Ursula Thomas-Stein



Die amtierende Weltrekordlerin Paula Radcliffe mit der Marathon-Pionierin Kathy Switzer in Berlin.

Foto: Herbert Steffny

**D**er 19. April 1967 war kalt und verregnet. Beim Boston-Marathon nicht ungewöhnlich. Die Läufer, ausschließlich Männer, trainierten hart, um sich auf diesen prestigeträchtigen Wettkampf vorzubereiten, auch das war normal. Aber dieses Mal war doch etwas anders. Kathrine Switzer, eine junge Publizistikstudentin aus Syracuse, hatte auch trainiert und sich mit ihren Initialen „K.V. Switzer“ ordentlich angemeldet. Als nach einigen gelaufenen Meilen die Kapuzenhemden an den Straßenrand flogen, wurde sie entdeckt. Renndirektor Jock Semple sprang aus dem Bus und stürzte sich auf die Läuferin, um ihr die Startnummer abzureißen. Harry Trask, ein Fotograf, eilte dazu, machte drei schnelle Schüsse. Und traf ins Schwarze. Ebenso wie Switzers Freund und Mitläufer Tom Miller, ein Hammerwerfer. Mit einem gezielten Haken brachte er den Renndirektor zum Nachdenken über das Thema Frauenlauf. Die Bilder gingen um die Welt. Es sollte noch fünf Jahre dauern, bis Frauen beim Marathon in Boston zugelassen waren und bis zu den Olympischen Spielen 1984 war es ein noch ein längerer Weg ...

„Ich bin nicht die erste Marathonläuferin“, erklärt Switzer noch heute. „Ich war nur die erste Frau, die sich offiziell zu einem Marathon angemeldet hat.“ In der Tat – Frauen waren schon vorher, auch in Boston mitgelaufen: sie fädelten sich unterwegs ein und wurden dann nicht immer über die Ziellinie gelassen. „So angegriffen zu werden, war mir peinlich, ich schämte mich und hatte Angst“, erinnert sich Kathrine Switzer. „Aber ich wollte den Lauf beenden, und indem ich es tat, bewies ich, dass Frauen einen Marathon laufen können.“ In 4:20 h kam sie ins Ziel.

Für ihre Schülerzeitung hatte Kathrine Switzer einmal die Basketball-Trainerin interviewt. Ob in Zukunft Frauen die gleiche Version wie Männer spielen würden? „Niemals“, sagte diese: „Die übermäßig vielen Sprünge könnten den Uterus verschieben.“ Volkes Stimme damals – manchmal sogar von Medizinern propagiert.

Um fit fürs Mädchen-Hockey-Team zu werden, lief die Schülerin Switzer nun täglich eine Meile (1,6 km). Und sie entdeckte die Vorzüge des Laufens: es macht Spaß, verleiht Ausdauer und lässt sich auch alleine trainieren, ohne Team oder Trainer. Und doch bekam sie an der Universität von Syracuse eine Art Lauftrainer. Der Betreuer des Männer-Crossteams staunte über ihre Zielstrebigkeit und trainierte sie für Boston 1967. Switzer blieb beim Laufsport und ihre Bestzeiten sollten noch kommen: 1. Platz beim New-York-City-Marathon 1974 und persönliche Bestzeit von 2:51:37h beim Boston-Marathon 1975 – nur eine war hier schneller: die Deutsche Liane Winter, die mit 2:42:24 h damals einen neuen Weltrekord aufstellte.

Parallel setzte der Laufboom ein und auch die Wirtschaft zeigte Interesse. Switzer war beim ersten Frauenlauf dabei – von der Organisation bis zum Start. 78 Läuferinnen liefen die sechs

Meilen um den Central Park und seither wurden es jedes Jahr mehr. 2011 feierte der New Yorker Lauf 40. Jubiläum mit knapp 5.000 Läuferinnen.

Switzer erkannte früh die Möglichkeiten des Sponsorings: dem New-York-City-Marathon bescherte sie 1973 ein beachtliches Budget, sodann trat sie mit einem professionellen Frauenlauf-Konzept an die Firma Avon heran. Aber warum überhaupt Frauenläufe? Die Grundidee: Viele Frauen würden anfangen zu laufen, wenn sie ein angenehmes Lauf-Angebot – ohne Leistungsdruck oder Stress – hätten. Andererseits sollten auch Top-Athletinnen die Chance bekommen, sich über Strecken von 5 km bis hin zum Marathon zu qualifizieren. Denn Frauen mussten erst lernen zu gewinnen, als Erste ins Ziel zu kommen, ohne in der Menge eines Männerlaufes zu verschwinden. Bereits der erste Testlauf in Atlanta 1978 wurde ein Riesenerfolg und Switzer bekam den Job. Als Direktorin des Sportprogramms entwickelte und betreute sie in der Folge etwa 400 Läufe in 27 Ländern – von Argentinien bis Japan. Alles Pionierarbeit für den Laufsport und die angestrebte Zulassung des Frauen-Marathons als olympische Disziplin. Und die Premiere kam: 1984 bei den Olympischen Spielen in Los Angeles. Kathrine Switzer war dabei, diesmal am Mikro; live berichtete sie für eine TV-Station. Neun der 49 Marathonläuferinnen kamen bei 24 °C unter 2:30 h ins Ziel – allen voran die Amerikanerin Joan Benoit Samuelson mit 2:24:52 h.

Beim New-York-City-Marathon begegnete sie Horst Milde, Berliner Konditormeister und Gründer des Berlin-Marathon. Er hatte mit Kathrine Switzer eine kongeniale Mitstreiterin gefunden. 1983 trafen sich die beiden in Berlin. Wie der Frauenlauf konkret aussehen sollte, wurde bei einem gemeinsamen Lauf durch den Tiergarten besprochen. Ergebnis: 1984 fand der 1. Avon Frauenlauf Berlin statt. Ausgerechnet am Vatertag liefen die 645 Teilnehmerinnen die 5-km-Strecke zum Brandenburger Tor. Der heute größte Frauenlauf Deutschlands fand im Mai 2011 zum 28. Mal statt – mit über 17.000 Läuferinnen. Von den



Deutsche Gruppe im April 1974 auf dem Rückweg vom Boston-Marathon beim Training mit dem New York Road Runners Club im Central Park. Ganz rechts Fred Lebow, der vom Plan eines Marathons durch die ganze Stadt für 1976 berichtete. Erste Reihe mit erhobenem Arm von links Christa Vahlensieck, Nina Kuscsik, Manuela Angenwoorth-Preuß und Manfred Steffny. Zweiter von links Heinz Kubelt. Foto:privat

weltweit etwa 150 Frauenläufen finden heute über 40 in Deutschland, sieben in Österreich und zwei in der Schweiz statt. Tendenz steigend. „Das Beste an der Entwicklung“, findet Switzer, „Frauen fühlen sich heute nicht mehr eingeschränkt. Sie sind selbstbewusst und stark. Millionen Frauen laufen heute.“ In Nordamerika sind sie sogar in der Überzahl. „Wir haben durchschnittlich 53% Frauenanteil bei gemischten Läufen – es ist fantastisch“, schwärmt Switzer, die über ihre Geschichte und die der Frauenlaufbewegung auch ein Buch geschrieben hat: „Marathon Woman“; es ist nun auch auf deutsch erschienen.

Nach 34 Jahren Pause läuft sie auch selbst wieder die magischen 42,195 km – im neuseeländischen Motatapu, in Athen oder Berlin. Vom Athen-Marathon wurde sie 2010 als „Lauflegende“ eingeladen. Fühlt sie sich auch so? „Meine Geschichte wurde mit der Zeit ein Mythos wie die des griechischen Marathonläufers“, erklärt Switzer.

Am 5. Januar 1947 kam Kathrine Switzer im bayerischen Amberg auf die Welt. Mit 18 Monaten konnte sie noch nicht laufen, die Eltern machten sich schon Sorgen. Aber warum laufen, wenn Anni, ihre Nanny sie überall herumtrug? Der Vater war als US-Major mit dem Aufbau von Lagern für Heimatvertriebene betraut, während sich die Mutter als eine Art „Eine-Frau-Marshallplan“ tatkräftig für viele verzweifelte Menschen engagierte.

1979, als Kathrine Switzer als Avon-Renndirektorin anlässlich des Internationalen Frauen-Marathons in Waldniel in einem ZDF-Interview auftrat, erkannte Nanny Anni ihre „kleine Kaffy“ wieder. Aber erst 1998, nach dem Mauerfall und nachdem Annis computerversierte Enkelin die Switzers ausfindig gemacht hatte, kam es zu einem Wiedersehen. Den Berlin-Marathon am 25. September 2011 hat Switzer ihrer heute 91-jährigen Nanny gewidmet. Den Lauf hat sie mit einem Besuch bei ihr in Senftenberg verbunden.

### Kathrine Switzer

**Geboren:** 5. 1. 1947 in Amberg, Deutschland

**Größe:** 1,70 m

**Gewicht:** zu aktiver Zeit 52 kg, heute 60 kg

**Laufpensum:** früher bis zu 180 km/Woche; heute etwa 70 km/Woche.

**Beste Platzierung:** 1. Platz, New-York-City-Marathon, 1974

**PB:** 2:51:37 h, Boston-Marathon, 1975

**Wohnort:** New Paltz, USA, und Wellington, Neuseeland; verheiratet mit Roger Robinson, neuseeländischer Autor und Weltklasse-Seniorenläufer.

**Autobiografie:** Marathon Woman.

Die Frau, die den Laufsport revolutionierte, Deutsch von Gesine Stempel, Spomedis Verlag, Hamburg 2011, 432 Seiten mit S/W-Fotos, 22,95 €.

## LAUFBAHN am LIMIT

Manfred Steffny

Roman



SPIRIDON

„Aus der Sicht des Insiders werden die Tragödien und Highlights der zur Nebensportart verkommenen einstigen Königin des Sports grell ausgeleuchtet. Manfred Steffnys Verdienst ist es, enthüllend, aber dabei Einzelne nicht denunzierend, einen spannenden Schlüsselroman aus der Welt der Leichtathletik zustande gebracht zu haben, wie es ihn bisher nicht gab.“

**Günter Wallraff** im Epilog dieses Buchs

„Dieser herrlich erfrischende, spannende und international angesiedelte Roman füllt genau die Lücke, die zwischen der Berichterstattung, die in den Medien stattfindet und der wie auch immer gearteten Realität besteht: in beiden Bereichen ist der Autor seit Jahrzehnten sowohl als erfolgreicher Sportler wie auch als hervorragender Journalist zu Hause. Hier berichtet kompetent und eloquent ein intimer Kenner der Leichtathletik-Szene von internen Netzwerken, schicksalhaften Zufällen, von Glück und Unglück der Sportler und von Querelen im Zusammenhang mit Doping und Funktionären. Glückwunsch zu einem längst fälligen Buch und einem gelungenen Debüt als Romancier!“

**Prof.med. Gerhard Uhlenbruck**

„Mit dem Buch LAUFBAHN AM LIMIT entführte mich Manfred Steffny in eine Leichtathletik-Welt, die so realitätsnah ist, dass ich es kaum glauben konnte. Ein toller Roman!“

**Dieter Baumann**

Laufbahn am Limit, Roman von Manfred Steffny  
240 Seiten, fester Einband, 16,80 € / 29,80 sFR  
SPIRIDON Verlags GmbH,  
Dorfstr. 18 a, 40699 Erkrath  
ISBN 978-922011-26-2  
Seit März 2009 im Buchhandel,  
Auslieferung KNO-VA, KNV  
oder bei SPIRIDON-Boutique



SPIRIDON