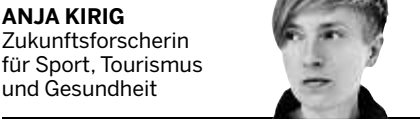


SERIE

Mitgemacht im Sportverein: Heute Teil 1 – Tough Mudder beim FSV Sandharlanden

INTERVIEW

„Neue Trends mitnehmen“



Frau Kirig, würden Sie „Tough Mudder“ als Sport einordnen?
Das ist eigentlich nicht die Frage. Der Fokus liegt darauf, aus welchen Bedürfnissen ein Mensch Bewegung macht: Sieht er etwas als Event, als Ausgleich, will er Adrenalin spüren, verfolgt er einen Lifestyle-Gedanken, tut er es für die Gesundheit, sucht er die Gemeinschaft? Wir registrieren in der Trendforschung ein großes Bedürfnis, sich zu bewegen, aus unterschiedlichsten Motiven.

Für einen Sportverein wird es vermutlich immer schwieriger, das in Abteilungen aufzufangen.
Tatsache ist der gesellschaftliche Wandel. Sportvereine müssen sich mit dem Thema Konnektivität auseinandersetzen und auf jeden Fall soziale Plattformen wie Facebook, WhatsApp oder Instagram für sich nutzbar machen. Außerdem sollte man sich angucken, was die Mitglieder außerhalb des Vereins machen. Was kann ich davon integrieren? Viele aktive Menschen haben ein neues Bewegungsbewusstsein jenseits des Leistungs- und Wettkampfgedankens. Man orientiert sich an Gewinn von Lebensgefühl und -qualität. Die Menschen wollen die Balance zwischen Beruf und Freizeit finden. Ein Megatrend ist die Gesundheit.

Auch im Sport wird von Individualisierung gesprochen. Da braucht's Vereine doch nicht mehr.
Die Individualisierung ist auch ein Megatrend. Jeder kann Laufen, wann er mag. Oder sich aufs Rad setzen. Egal, ob nachmittags oder mitten in der Nacht. Wissenschaftlich gesprochen differenziert der Mensch seine Lebensziele aus und jongliert mit seinen Freiräumen. Übers Internet wird er immer jemanden finden, der ihn begleitet. Da kann ich aber als Sportverein einhaken und sagen: Hey, verabrede dich doch über unsere Kanäle.

Aber im Grunde läuft es auf ein „Ich treibe Sport, wenn es mir passt“ hinaus.
Dieses Unverbindliche ist ein großes Problem für Vereine, etwa auch wenn sie Übungsleiter oder andere ehrenamtliche Mitarbeiter suchen. Der Wunsch des Menschen, sich sozial zu engagieren, besteht definitiv. Aber man will sich nicht mehr binden, schon gar nicht in einer Funktion über Jahre hinweg. Dadurch fällt dem Einzelnen auch der Schritt leichter, zu sagen: „Ich steige wieder aus beim Verein.“ Nach unseren Studien registrieren viele Vereine bei den 20- bis Mit-40-Jährigen die größte Lücke, da kommen auch Beruf und Familie hinzu.

Das hört sich aus Sicht der Sportvereine nicht prickelnd an.
Wie gesagt, es bedarf der Ideen und Konzepte. Wichtig ist festzuhalten: Der Mensch hat noch immer eine große Gemeinschaftsehnsucht. Er kann zwar nachts alleine laufen, aber eine Vereinsversammlung möchten die wenigsten. Dieses Bedürfnis können Vereine erfüllen. Und wenn man die Angebote auf den Megatrend Gesundheit auslegt, kann man durchaus gewinnen. Wer natürlich sagt: „So, das ist die Abteilung XY und wer mag, der kommt und wer nicht mag, halt nicht“ wird keine große Zukunft haben. Für Vereine, die sich nicht verändern, sieht es nicht gut aus.

HABEN SIE WEITERE FRAGEN?
kelheim@mittelbayerische.de



Ein schmutziges Team (v. l.): Thomas Schmalzl, Michael Przewloka, Monika Ulit, Anna Daffner, Johannes Amann (hi.), Andreas Ulit, Stefan Daffner und der (noch) gut gelaunte MZ-Reporter.

FOTOS: KRIEGER

Dieser Drecks-Sport riecht auch streng

AMPHIBIEN-ATHLETEN Beim „Tough Mudder“ robben Teilnehmer durch den Matsch, werfen sich in Tümpel und Weiher oder gehen die Wände hoch. Im FSV Sandharlanden gibt es 20 solcher Verrückter. Unser Reporter hat ein Training im Kurort Bad Gögging mitgemacht – und Schlammanwendungen in ganz neuer Form kennengelernt. Am schlimmsten, so sagen auch die Mitstreiter, ist die Kälte.

VON MARTIN RUTRECHT

Das linke Bein steckt fest. Wie ein Saugnapf umschließt der Schlamm den Fuß. Eben hatte ich noch gelächelt, als Mitstreiter Thomas Schmalzl mir zurief: „Da hab' ich schon mal den Schuh verloren.“ Die Hand von „Monster Michl“ Michael Przewloka schnell mir entgegen: „Greif zu!“ Mit seiner Kraft aus snehner Muskelatur zieht er mich aus dem bauchhohen Wasser – oder sollte ich sagen: aus dem Drecksloch.

Tough Mudder nennt man jene verrückten Wettkämpfe, bei denen durchaus vernunftbegabte Menschen durch Schlamm- und Wassergräben pflügen, haushohe Hindernisse aus Holz, Stein oder Seilgeflecht überwinden und durch Betonröhren kriechen. Bis zu 25 solcher Hürden warten auf einer Laufdistanz von etwa 20 Kilometern. Die schmutzigen Athleten des FSV Sandharlanden, die solche Herausforderungen bestreiten, haben mich heute mitgenommen ins Training.

Ein früher Abend im Kurort Bad Gögging könnte nicht schöner sein, Gäste flanieren, Radfahrer ziehen lächelnd vorbei. „Da rein?“ – „Da rein.“ Marc „Centurio“ Utry („einer muss der Chef sein“) deutet in die Abens, 13 bis 14 Grad Celsius dürfte sie haben. Feixend haben er und seine Kollegen – mit ihren Kopftüchern ein wenig ausscheidend wie verlornte Piraten – mich erwartet. Und Kolleginnen: Anna

sie hat auch Extremäufe wie die 100 Meilen von Berlin absolviert.

Die Mitstreiter reißen mich raus. Stefan Daffner, der Mann der schwangeren Anna, sieht so gar nicht angestrengt oder schmutzig aus. „Man muss sich das jetzt auf 25 Hindernisse und 20 Kilometer ausgedehnt vorstellen“, sagt er, während wir



Bitte den Untergrund ergründen, bevor man sich reinwirft!

„Centurio“ Utry steuert auf einen kleinen Bach zu. „Lächerlich“, denke ich. Doch kaum mache ich die ersten Schritte rein, stecke ich im hüfttiefen Wasser im Schlamm. Jede Bewegung lässt den Körper noch weiter einsinken. Ich stakke langsamer, leichte Angst, wie in einem Moor zu versumpfen, überfällt mich. Das Lachen über Schmalzls verschwundenen Schuh habe ich längst bereut. „Was ist, wenn der ganze Mensch verschwindet?“, überlege ich. Monika Ulit hinter mir muntert mich auf. „Beim Tough Mudder hilft man sich gegenseitig, keiner lässt den anderen im Stich.“ Die 52-Jährige hat nicht nur Erfahrung in solchen Rennen,

durch einen Stoß aus gefällten Bäumen springen. Trotz der hoch gerechneten Anstrengung – es hat was von Kind-Sein. „Einfach ausbrechen und was Verrücktes tun“, beschreibt es Andreas Ulit, Monikas Ehemann. Der Satz bleibt hängen.

Nach weiterem Durchmessen von Feld und Flur erreichen wir den Kur-



In einer Gegenstromanlage reicht sich die Gruppe die Hände zur Menschenkette, um besser voranzukommen.

DER AUTOR

Martin Rutrecht: Schlamm-schlachten gehen beim Autor auf kindliche Prägung zurück. „Es kann noch so schön sein – du kommst immer verdreckt heim!“, begrüßte ihn sein Vater liebevoll. Nun durfte er seine Leidenschaft ungeahndet ausleben.

park-Weiher. „Centurio“ findet selbst hier ein Schlammloch. Das noch dazu modrig riecht. „Wie wär's mit Eintauchen?“ Wie auf Kommando gehorchen „Monster Michl“ und „Eisbrecher“ Daffner. Zurückstecken ist da schwierig. Luft anhalten und ab. Prustend reiße ich den Kopf hoch, geht eigentlich. Wir waten



Frisch rein in die Abens! Beim Trainingstest hatte das Wasser rund 14 Grad Celsius.

AKTUELL IM NETZ
Ein Video

Das Tough-Mudder-Training unter Beteiligung eines MZ-Reporters finden Sie auch als Videomitschnitt bei uns im Internet. www.mittelbayerische.de/kelheim



Das Abschlussbild nach der Tough-Mudder-Tour zeigt die nasse und erstaunlich fröhliche Mannschaft des FSV Sandharlanden samt Reporter.

Schwimmen in der Mitte des Sees und erhöhe die Schlagzahl, während einige tiefenentspannt rüchlings im Wasser liegen. Endlich gelingt es mir, auch auf die anderen zu achten und am Ufer zu helfen. Auch wenn es die Hilfe nicht braucht, es ist wie eine Geste: „Du bist in meinem Team.“



Das Abschlussbild nach der Tough-Mudder-Tour zeigt die nasse und erstaunlich fröhliche Mannschaft des FSV Sandharlanden samt Reporter.

„Zwei Erdhügel überwinden wir beim Weiterlaufen. Eine Röhre unter einer Wegbrücke durch bereitet keine Schwierigkeiten. Der nächste Durchschlupf wird enger, der Erste aus unserer Gruppe gibt den Spinnennetzabräumer. Auf Knien rutschen wir durch, Wasser gleitet über die Hände. „Da musst du Abstand zum Vordermann lassen“, rät Amann. Wenn sich Hunderte Athleten an einem Hindernis drängen, etwa robbend in einer Pfütze unter einem Stacheldrahtzaun, verstärkt jede Sekunde des Innehaltens die Kälte im Körper.

Die letzte Prüfung nach fünf Kilometern ist eine Gegenstromanlage im Wasser. Mit einer Menschenkette kämpfen wir dagegen an. „Jetzt stellst dir ein bisschen Hochwasser dazu vor, da sind wir auch schon durch“, sagt Daffner. Langsam fröstelt mir, aber „Centurio“ nimmt auch die nächste Abensquerung mit.



Das Abschlussbild nach der Tough-Mudder-Tour zeigt die nasse und erstaunlich fröhliche Mannschaft des FSV Sandharlanden samt Reporter.

Anrainer und Kürgäste staunen
Und dann wollen unsere Fotografen noch, dass wir reinspringen, nicht einmal, zweimal, weil es schöne Motive geben muss. Einmal mehr ruf das Gemeinschaftsgefühl einen Moment des Hochs hervor. Anrainer haben ihr Haus verlassen und gucken interessiert zu. „Wir sind jedesmal wie im Schaufenster, wenn wir trainieren“, lacht Schmalzl in seinen grauen, an der Spitze geflochtenen Bart.

Mir schlottern die Glieder, als wir zum Ausgangspunkt zurückkehren. „Respekt“, klopft mir einer aus der Truppe auf die Schultern. Sollte ich zum Schlamm-schlacht-Sportler geboren sein? „Im Winter kommst wieder!“ Klar, nicke ich abwesend und zucke plötzlich. „Hat er Winter gesagt?“ Bis dahin, lächeln die werdenden Daffner-Eltern, gibt es auch Tough-Mudder-Nachwuchs.



Das Abschlussbild nach der Tough-Mudder-Tour zeigt die nasse und erstaunlich fröhliche Mannschaft des FSV Sandharlanden samt Reporter.

DER VEREIN

Der FSV Sandharlanden wurde im Jahr 1946 gegründet. Derzeit zählt der Gesamtverein 822 Mitglieder, denen acht Abteilungen offen stehen: Fußball, Kegeln, Ski, Kondition, Bogenschützen, Tennis, Stockschützen und Turnen. Reinhold Huber steht dem FSV Sandharlanden vor.

Die Konditionsgruppe entstand vor 41 Jahren. Der Laufsparte gehören 37 Aktive an. Bekannt ist die Abteilung vor allem für den alljährlichen Silvesterlauf. Erstmals wurde das Rennen am 31. Dezember 1990 ausgetragen. Damals gingen 47 Läufer an den Start – 27 Jahre später verzeichnete die Veranstaltung in 2017 den Rekord von 881 Teilnehmern. Der Lauf führt über zehn Kilometer.

Die Tough-Mudder-Gruppe bildete sich aus den FSV-Läufern. Korrekt nennen sie sich Hindernisläufer, denn der Begriff „Tough Mudder“ steht für eine bestimmte Serie dieser sportlichen Betätigung. Etwa 20 Aktive aus Sandharlanden und darüber hinaus haben sich diesen Hindernissen mit natürlichen bzw. eigens dafür errichteten Stationen verschrieben. Einmal in der Woche (dienstags) wird trainiert, im Sommer wie im Winter. Bei Kälte werden die Fluss- und Tümpelquerungen ausgelassen – aber da muss es schon sehr kalt sein.

100 EURO
genügen für die Ausrüstung im Tough Mudder. Bei der Wahl gilt: Alles, was man am Körper trägt, wird nass und schwer.

3000 TEILNEHMER
versammeln sich stets im Dezember zum „Getting Tough“ in Rudolstadt, dem größten Hindernissenrennen in Europa.

177 KILOMETER
spulte der Sieger des „World's Toughest Mudder“ ab. Auf einem 8-km-Kurs werden in 24 Stunden Runden gesammelt.

LESEN SIE IM NÄCHSTEN TEIL



Minigolf – jeder kennt es, jeder hat es wohl schon gespielt. Doch die Beliebtheit des oftmals belächelten Sports bricht selbst im Breitensportbereich rapide ein. Unser Redakteur Benjamin Neumaier hat ehemaligen Kelheimer Bundesligaspielern auf den Zahn gefühlt und sich selbst am Schläger versucht. Mit überraschenden Ergebnissen.

ALLE SERIENTEILE UNTER:
mittelbayerische.de/kelheim