

## Anlässe, Anfänge und Entwicklung des BVDG Masterssport. Teil 13

Von H. Ehlenz

Dienstag, 24. November 2015

Die Zukunft des Masterssports.

In den 50ziger Jahren wurde in der Regel 2 bis 3 mal pro Woche trainiert. Einmal weil keine oder kaum Trainingsstätten vorhanden waren, da für Städte und Gemeinden in der Nachkriegszeit der Bau von zerstörten Krankenhäusern, Schulen usw. verständlicherweise wichtiger war, als der von Sportstätten. Des Weiteren aber auch, weil es in den meisten Vereinen damals so üblich war, dass nur 2 bis 3 mal pro Woche trainiert wurde. In vielen Fällen war die Situation so, dass der Vereinswirt 2 mal pro Woche sein Sälchen zum Training zur Verfügung stellte, da das Sälchen aber ständig für Gesellschaften, Hochzeiten, Sitzungen, Versammlungen usw. gebraucht wurde, musste der Bodenbelag zu jedem Training auf- und abgebaut werden. Weil der Bodenbelag aber auch in der Nachkriegszeit schon um die 400kg schwer war, versuchte man durch späteres Erscheinen dem Aufbau zu entgehen. Da die Sportkameraden jedoch nicht dumm waren, wurde mit dem Aufbau so lange gewartet, bis 7 oder 8 Teilnehmer vor Ort waren. Hierdurch ging schon viel an Trainingszeit verloren. Das Training lief dann in etwa so ab, als erste Übung wurde gedrückt und zwar nach dem Leistungsniveau. D. h. der Heber mit der geringsten Drückleistung begann, der mit der höchsten Leistung beendet den 1. Satz. Dies wiederholte sich, bis auch die damals schon üblichen 6 Sätze pro Übung absolviert waren. Dieser Ablauf wiederholte sich auch im Reißen und Stoßen und wenn dann noch etwas Zeit übrigblieb, was aber selten vorkam, wurden auch noch ein paar Kniebeugen gemacht. Dass unter diesen Gegebenheiten die damaligen Leistungen gegenüber den heutigen, wo teilweise bis zu dreimal täglich trainiert wird mehr als Bescheiden waren, versteht sich von selbst.

Nachdem sich in den 60ziger Jahren Städte und Gemeinden nunmehr auch dem Bau von Schwimmbädern und Sportstätten zuwendeten, verbesserten sich auch die Trainingsmöglichkeiten von Hallensportarten wie z.B. dem Gewichtheben. Aufgrund der nunmehr verbesserten Trainingssituation und im Hinblick auf die Olympischen Spiele 72 in München, erhöhte sich Mitte der 60ziger Jahre die Trainingshäufigkeit in der Regel auf 3 bis 5 mal pro Woche. Bekanntlich ergeben sich durch einen größeren Trainingsaufwand nicht nur Vorteile durch Leistungssteigerungen, sondern durch die längere Belastungsdauer auch ein höheren Verschleiß im Bereich von Gelenken, Sehnen und Bänder, der vor allem im Spitzensport die Dauer der Laufbahn wesentlich verkürzen kann. Man kann also sagen, je höher der Trainingsaufwand, bez. Trainingshäufigkeit - Umfang und - Intensität, je kürzer die Laufbahn. Ausnahmen hiervon sind Sportlerinnen und Sportler die über eine hohe Belastungsverträglichkeit verfügen, wie z.B. K.H. Radschinsky oder Andreas Letz, die nach Ende ihrer Karriere im Spitzensport, als mehrfache Masters Europa- und Weltmeister, noch lange Jahre erfolgreich im Masterssport aktiv waren. Im Gegensatz dazu sind viele andere ehemalige Topsportler froh, dass sie nach Ende ihrer Karriere noch vernünftig laufen können.

Wie wirken sich diese Gegebenheiten nun auf den Masterssport aus. Bei der in vielen Berichten oder Artikeln angesprochenen „Alten Garde“ handelt es sich um Heber die in den 70ziger Jahren auch im Masterssport aktiv geworden sind. Sie mussten um diese Zeit also mindestens 35 Jahre alt sein. Obwohl viele von ihnen deutsche Spitzenklasse, Deutsche Meister oder Vizemeister waren, wie z.B. Siegfried Rosengart, Rudi Sauerbeck oder Rudi Seidel, haben sie die enorme Steigerung der Trainingsbelastung, z.B. bez. der Trainingshäufigkeit von 3 bis zu 6 mal pro Woche, nur noch einige Jahre mitgemacht, da in einem Alter von über 35 Jahren, auf Grund der Alters - und Verschleißerscheinungen, ein längeres Verbleiben im Spitzensport in der Regel nur noch kurzfristig möglich ist. Die für heutige Zeiten geringere Trainingsbelastungen haben die Verschleißerscheinungen der „Alten Garde“ aber so in Grenzen gehalten, dass diese noch bis ins hohe Alter erfolgreich im Masterssport aktiv sein konnte. Mittlerweile haben aber Verletzungen, Krankheiten oder Ableben ihren Tribut gefordert. So existiert der harte Kern der „Alten Garde“, die jahrzehntelang die internationale Erfolgsgarantie des BVDG Masterssport -war, abgesehen von den noch aktiven Heinz Kuhn und Hans Ehlenz, heute nicht mehr. Hans Ehlenz, der schon bei der 1. offiziellen Deutschen Meisterschaft der Masters 1971 in Tuttlingen am Start war, ist auch Einziger, der bis dato in allen 10 Altersklassen gestartet ist. Heinz Kuhn Jahrg. 37 müsste noch 2 Jahre aktiv bleiben um auch in allen 10 Altersklassen gestartet zu sein.

Erfolgsmäßig hat sich der Verlust des harten Kerns der „Alten Garde“ „bisher nur wenig bemerkbar gemacht, da der Rest der „Alten Garde“ und die „Neue Garde“ den Verlust in etwa ausgleichen konnten. Dies zeigt sich schon darin, dass die BVDG Masters nach wie vor weltweit im Masterssport führend sind. Es wird aber nicht so bleiben, da heute auch die „Neue Garde“ mit einem Alter um die 60 - 75 Jahre schon in die Jahre gekommen ist. Sie ist zwar erfolgreich, so haben Richard Hermann (Kassel), Walter Schüßler (Ladenburg) und Peter Simon (Eisenbach) z.B. bei der WM 015 in Finnland den WM Titel gewonnen, kommt aber bei weitem nicht an die Erfolge der „Alten Garde“ heran, die zeitweise bis zu 15 Titel bei Weltmeisterschaften gewinnen konnte. Wenn auch die „Neue Garde“ durch Verletzungen, Krankheiten oder Ableben nicht mehr existiert, dürfte ein Umbruch im Masterssport erfolgen, denn die Anzahl der Einsteiger in die Altersklasse 1, d.h. die 35 zig Jährigen, ist viel zu gering, um die Abgänger zu ersetzen. So starteten bei der DM 013 in Kassel gerade einmal 5 Einsteiger, 014 in Ohrdruf sogar nur Einer, 015 in Ladenburg aber sieben Masters. Selbst wenn man voraussetzt, dass pro Jahr und Altersklasse nur ein Master, aus immer welchen Gründen, aus dem Masterssport ausscheidet, sind selbst 7 neue Masters zu wenig um den Verlust auszugleichen. Diese schon seit einigen Jahren dauernde Unterdeckung hat dazu geführt, dass die Zahl der Teilnehmer an Deutschen Meisterschaften von um die 340 auf etwa 290 Teilnehmer gesunken ist. Somit ist auch die Anzahl der Wechsler in höhere Altersklassen zu gering, um vor allem die hohen Altersklassen zu erhalten. So ist es nur eine Frage der Zeit, bis die Altersklassen 9 u. 10 mangels Teilnehmer, entfallen werden. Dies ist aber nicht die Folge der Erkenntnis von Georg Hein, dem Präsidenten des GHV NRW, der einmal geäußert hat, wer keine Jugend hat, wird kurz oder lang auch keine Masters mehr haben. Sondern beruht auf der Gegebenheit, dass die meisten Leistungs- und Spitzensportler auf Grund der großen Verschleißerscheinungen, vorwiegend im Knie und Hüftbereich, als Folge der hohen Trainingsbelastungen, gesundheitlich gar nicht mehr in der Lage sind bis 35 Jahre, d.h. Masterseintrittsalter, im Leistungssport aktiv zu bleiben. Da im Hinblick auf die Olympischen Spiele 72 in München in den meisten Sportarten die Trainingsumfänge, durch z.B. Erhöhung der Trainingshäufigkeit von 3 auf 6 Einheiten, gesteigert wurden, haben diese auch die gleichen Probleme. Nach der sportlichen Erkenntnis, keine Wettkämpfe, keine Motivation, verlassen die ehemaligen Leistungs- und Spitzensportler, die aber als künftige Mitarbeiter für Verein und Verband dringend benötigt werden, ihre Sportart. Um dies zu verhindern und auch um ihr Potential an Masters zu erhalten, haben fast alle Masterssportarten das übliche Eingangsalter von 35 auf 30 Jahren gesenkt, Schwimm- und Rudersport sogar auf 25 bzw. 27 Jahre. Nur noch Gewichtheben, Hockey, Squash, Segeln und Ringen bieten den Masterssport erst ab 35 Jahre an. Umso mehr wundert es, dass auf den BVDG Bundestagen 014 und 015 der Antrag des BVDG Mastersausschuss auf Senkung des Eingangsalters von 35 auf 30 Jahre, abgelehnt wurde. Die Delegierten der etwa 20 Verbände, die eine Senkung des Einstiegsalter auf 30 Jahre und jünger schon vollzogen haben und die der BVDG Bundestage 014 und 015 die für eine für eine Senkung gestimmt haben, werden sich mit Sicherheit mehr Gedanken darüber gemacht haben welche Vorteile sich durch eine Senkung für den Erhalt ihrer Sportart ergeben, als die Ablehner. Da die Vertreter des BVDG Mastersausschuss hingegen diese Vorteile kennen, werden sie auf ihrer nächsten Sitzung mit Sicherheit beschließen, dem Bundestag 016, erneut den Antrag auf Senkung des Einstiegsalter vorzulegen. Argumente der Ablehner, die Masters würden nichts zur Jugend-Vereins- und Verbandsarbeit und somit auch nicht zum Erhalt des Gewichthebens beitragen, zeigen wie wenig Kenntnis sie über Gegebenheiten und Situation im deutschen Gewichthebersport haben, ansonsten würden sie solche Äußerungen bestimmt nicht von sich geben. Wie leicht diese Äußerungen zu widerlegen sind, zeigen schon einige Beispiele von Masters, die im BVDG Vorstand und den Vorständen der Landesverbände tätig sind oder waren. Im BVDG Vorstand sind seit langen Jahren immer 3 Masters vertreten. Früher waren es H. Kuhn, R. Firnkes und H. Ehlenz, heute sind es H. Kuhn, R. Firnkes und A. Heib.

Beispiele aus den Landesverbänden. Vorsitzende: Vera Loch, SAR, K. H. Fechter, HES, A. Otto, BAY, W. Kuchta, BRE, H. Kuhn, PFA, M. Schröder, SHS, H. Wende und H. Barth, MVP, E. Tau, SAS, Dr. F. Boschen und H. Ehlenz NRW.

Geschäftsführer: H. Fouquet, PFA, U. Dämmig SAA, B. Duderstadt THÜ, P Müller, MVP. Sportwarte: H. Joos, RHH, G. Röhrig, RHL, E. Tau, SAS. Lehrwarte: H. Fischer, NRW, L. Jarre SHS. Pressewarte: K. Förster, THÜ, R. Bossauer, NSA. Sonstige: R. Seidel, Statistiker, HES und K. Rosenberger, Schatzmeister, NRW. Die vielen auf Vereinsebene tätigen Masters aufzuführen, würde den Rahmen des Artikels sprengen.

Wie sieht nun die Zukunft des Masterssport aus? Schon auf Grund vorstehender Ausführungen ist ersichtlich, dass auf den Masterssport nicht verzichtet werden kann und er deshalb auch in Zukunft existieren wird.

Sollte das Einstiegsalter aber nicht gesenkt werden, wird wie schon vorstehend erläutert, die Anzahl der Master auch weiterhin sinken.

Wie schon vorstehend angeführt werden ehemalige Spitzensportler auf Grund der großen Verschleißerscheinungen, bedingt durch die hohen Trainingsbelastungen, -wenn überhaupt, nur noch in den frühen Altersklassen vertreten sein. D.h., abgesehen von überaus belastungsverträglichen Athleten, wie z.B. die ehemaligen Weltklasse Athleten Andreas Letz oder K.H. Radschinski, wird der Masterssport künftig nur noch von ehemaligen Mittelklasse Athleten dominiert werden, da diese auf Grund ihrer geringeren Trainingsbelastungen auch geringere Verschleißerscheinungen zeigen.

Aber auch deren Anzahl wird in den Altersklassen 9 und 10 so gering sein, dass diese Klassen wegen nicht ausreichenden Teilnehmern, gestrichen werden.

Bei den Masterinnen dürfte auch die Zukunft wenig ändern, da es sich bei diesen in der Regel nur um Quereinsteigerinnen aus z.B. der Leichtathletik, dem Judo, Turnen oder Fitness Sport handelt, oder um Späteinsteigerinnen, die vorher überhaupt noch keinen Sport betrieben haben, wie z.B. die Masterin des Jahres 015 Monika Pipke. Da es Quer - und Späteinsteigerinnen immer geben wird, dürfte ihre Anzahl ausreichen, um die sich seit langen Jahren nicht geänderte Anzahl von 25 - 30 Masterinnen auch in Zukunft zu erhalten.

H. Ehlenz.

