

Seilziehclub Melchtal-Kerns



FRÄNAND UND MITÄNAND

Spannen! Der linke Absatz wird mit voller Wucht in den Boden gerammt, die Hände suchen die richtige Stelle und klemmen zu. Bereit! Das rechte Bein trägt das ganze Körpergewicht, jeder Muskel ist angespannt, wartet. Kein Atemzug mehr, die ganze Aufmerksamkeit ist auf das erhobene Händepaar des Schiedsrichters gerichtet, jeder Sekundenbruchteil kann entscheidend sein. Pull! Innerhalb einer Sekunde schnellen sechzehn Körper in die Schräglage.

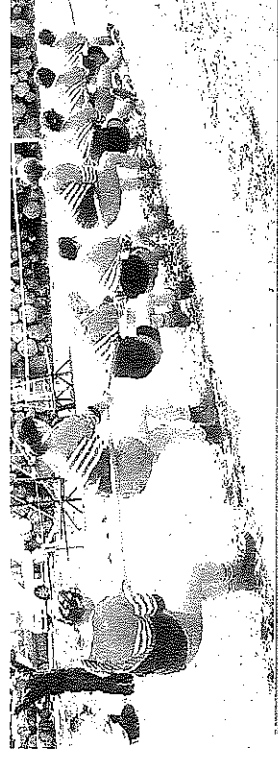
Das ist Seilziehen. Seilziehen, wie es die Profis betreiben, hier zählt nicht, wer am meisten «schränzt» oder die dicksten Kerle in der Mannschaft hat. Wer Erfolg haben will, braucht Kraft, Ausdauer, Willensstärke, die richtige Technik und vor allem eine Mannschaft, auf die man sich in jeder Sekunde des Zuges verlassen kann. Hier braucht es keine Einzelkämpfer, es braucht Teamplayer und einen erfahrenen Trainer und Coach, der seine Mannschaft genau kennt.

Kämpfe von 5–6 Minuten sind bei den Männern die Regel. An internationalen Spitzenbegegnungen haben Züge schon bis zu einer halben Stunde gedauert. Gerade während langen Kämpfen, wenn die Oberschenkelmuskeln brennen und die Hände schmerzen, hilft es zu wissen, dass man nicht allein ist, dass die anderen sieben genau so

müde sind wie man selbst. Jetzt zählt nur noch der Wille zu siegen, der Ehrgeiz die Besten sein zu wollen. Ein Team von Kämpfern, die miteinander am gleichen Strick ziehen und während des Zuges für einander an ihre Grenzen gehen.

Die Schweizer Nationalmannschaften brachten schon viele Mannschaften hervor, ob bei den Frauen oder bei den Männern, die an Europa- oder Weltmeisterschaften die Besten waren. Zuletzt im September letzten Jahres an den Europameisterschaften in Cento, dort errangen die Schweizer Athleten in allen Disziplinen Edelmetall. Leider weiss auf Grund der Randstellung des Seilziehsports niemand etwas davon.

Seilziehen wird international in sieben Disziplinen ausgetragen, vier bei den Männern, zwei bei den Frauen und eine bei den Junioren bis 23 Jahren. Massegebend ist das Gewicht einer Mannschaft. Man darf zu acht das vorgeschriebene Gewicht nicht überschreiten. Bei den Männern sind dies Gewichtsklassen von 560 kg bis 720 kg, bei den Frauen 520 kg und 560 kg.



Soviel zum Klischee, alle Seilzieher seien wandelnde Berge aus Speck und Muskeln. Bei den leichten Gewichtsklassen beträgt das durchschnittliche Gewicht 65–70 kg pro Person. Besonders viel Platz für Fett bleibt da nicht.

So kann man sagen, Seilziehen ist nicht nur gut für die Figur, sondern auch für sämtliche Muskeln, da der ganze Körper und allen voran der Rumpf beansprucht wird. Dabei wird ein besonderes Augenmerk auf einen gleichmässigen und soliden Muskelaufbau während des Winters gelegt, so ist das Training hauptsächlich auf die Verbesserung von Kondition und Kraftausdauer ausgelegt. Hingegen im Sommer verbringt man die meiste Zeit im Training am Seil, macht Züge gegen Sparringspartner oder am «Bock». Ein Bock ist eine etwa 4 Meter hohe Stahlkonstruktion, über die auf Rollen Stahlseile verlaufen. So kann auf einer Seite ein Gewicht angehängt und auf der anderen Seite hochgezogen werden.

Der Ausdruck «Tug of War» hat übrigens nichts mit Krieg zu tun,

Seilziehclub Melchtal-Kerns



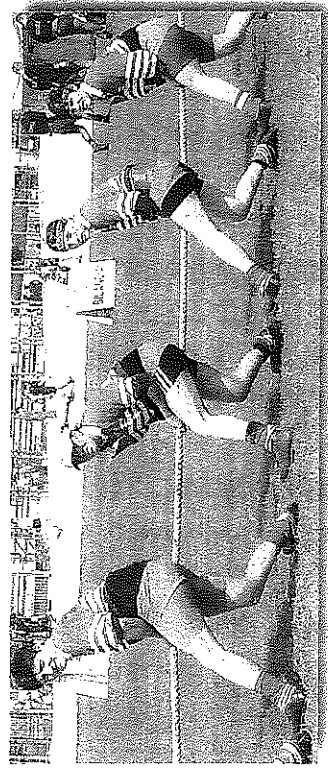
Doch Seilziehen ist im Gegenteil ein sehr friedfertiger Sport. Nicht selten setzt man sich nach einem Turnier zu seinen ärgsten Feinden und trinkt mit ihnen noch etwas. Die seilziehende Gemeinschaft der Schweiz hat sich in den letzten Jahren stark verkleinert, da sind Unstimmigkeiten zwischen den einzelnen Mannschaften erst recht fehl am Platz.

Aber das Allerschönste am Seilziehen ist die fast schon familiäre Stimmung, innerhalb der Mannschaft, wie auch den anderen Teams gegenüber. «Tug of War»

sind zwei starke Mannschaften, die einander gegenüberstehen, die einander fordern und die nicht aufgeben, es sind zwei starke Mannschaften, die mit einem Seil verbunden sind, die nur solange Gegner sind, bis sie das Seil wieder aus den Händen gelegt haben. Denn auf und neben dem Turnierplatz gilt: füreinander und miteinander am gleichen Strick ziehen.

**Für weitere Informationen
und Fotos:**

www.tugofwar-kerns.ch



auch wenn man es wörtlich mit «Zieh-Krieg» übersetzen müsste. So wurden Athleten, die «Tug of War» auf ihre Jäckchen geschrieben hatten, auch schon gefragt, ob sie Kriegsspiele betreiben.