

Birgit Schillinger ist ein Urgestein im Triathlon. Die 62-Jährige ist seit über 40 Jahren aktive Triathletin. Ihr Weg im Triathlon begann bereits Anfang der 80er-Jahre, als sie zum ersten Mal in Koblenz an der Startlinie stand. Sie gehört der Triathlonabteilung des TSV 1895 Oftersheim an und ist Lehrerin für Mathe und Deutsch am Hebel-Gymnasium in Schwetzingen. In unserem Interview gibt sie Einblicke in ihr Leben als Triathletin und Lehrerin. Sie erinnert sich mit Freude an die Anfänge des Triathlons und schaut allen Entwicklungen zum Trotz optimistisch in die Zukunft. Das Interview führte BWTV Präsident Bernhard Thie.

Wie bist du zum Triathlon gekommen?

Ich weiß nicht genau, in welchem Jahr Triathlon mein Interesse weckte. 1983 müsste es gewesen sein. In Koblenz gab es einen Triathlon. Es war der erste Triathlon in der Region und der erste für mich. Ich bin noch mit meinem Freizeitfahrrad gestartet und habe dort aber schnell gemerkt, dass ich ein richtiges Rennrad benötige. Es hat aber noch fünf Jahre gedauert, bis ich eines hatte.

Damals war ich schon einige Jahre in der Leichtathletik aktiv (was bedeutet, dass ich nun 50 Wettkampffahre in den Beinen habe). Die Mittelstrecke über 800m hat mir als Jugendliche besonders gut gelegen.

Wie ging es weiter?

Ich bin neben meinem Leichtathletiktraining zusätzlich Rad gefahren und geschwommen. Der erste „richtige“ Triathlon war 1989 in Leimersheim über die Kurzdistanz während meines Studiums. Damals bin ich mit einem so genannten Römerhelm gestartet, der war unter vielen Triathleten angesagt. Ich fand mein Rennrad fortschrittlich, weil es Hörnchen am Lenker hatte. Danach war ich angefixt. Wir haben uns damals nach dem Schwimmen noch umgezogen! Manchmal gab es Umziehzelte und manchmal auch nicht... Später hat man im Badeanzug den ganzen Wettkampf gemacht, Triathlonanzüge gab es in den ersten Jahren noch nicht.

Ich war Mitglied im ABC Ludwigshafen. Mit zwei Freundinnen gründeten wir eine Liga-Mannschaft, die mit Mussbach zusammen in einer Startgemeinschaft startete. Mangels Konkurrenz sind wir in die 2. Liga aufgestiegen um dann mit Konkurrenz wieder abzusteigen.

Wie viel Zeit verbringst du mit Triathlon?

Zur Zeit sind es sechs Einheiten pro Woche, je zwei pro Disziplin. Im Schnitt über das Jahr gesehen etwa eine Stunde pro Tag. Das reicht immer für die Olympische Distanz. Es klingt viel, aber der Vergleich zum Gassi-Gehen zeigt, dass es nicht viel Zeit ist. Ich sage immer: Andere gehen mit ihrem Hund spazieren, ich mit meinem Schweinehund.

Trainierst du viel Inhouse?

Ich bin ein „Draußenmensch“. Ich kann mir es als Lehrerin gut einteilen und mal bei schlechtem Wetter eine Trainingseinheit verschieben.

Ist bei dir das Training nach so langer Zeit Routine oder ist die Motivation immer da?

Ich wundere mich über mich selbst. Ich bin ein Wettkampftyp und richte mein Training an den Wettkampfdistanzen aus. Steht ein Sprintwettkampf an, sind die Einheiten schneller. Mit einem Ziel vor Augen fehlt es mir nie an Motivation.

Wie wichtig ist für dich das Material?

Ich bin kein Materialfetischist. Ich kaufe mir etwa alle zwölf Jahre ein Rennrad. Wenn ich dann mit meinem neuen Fahrrad zum Einchecken komme, sehe ich sofort, wow, es gibt doch noch Fahrräder in einer anderen Preisklasse... Aber ich bin ja kein Hochleistungssportler. Ich bin jetzt 62, da verliert man jedes Jahr etwa ein Prozent Leistung und Muskelmasse. Ich habe mal mehr Krafttraining versucht, bin aber doch verletzungsanfällig. Ich werde jedes Jahr etwas langsamer, aber bei meinen Konkurrentinnen ist das genauso.

Was war für dich das schönste Erlebnis im Triathlon?

Die ersten Triathlons generell bleiben für immer im Kopf, zum Beispiel die erste Kurzdistanz in Ladenburg, damals noch mit flacher Strecke. Die hatte ich gewonnen, die Siegprämie von 400 DM war für eine Studentin sehr viel! Auch in Viernheim hatte ich schöne Erfolge, an die ich mich gerne erinnere. Ich habe viele Wettkämpfe gemacht, die es heute nicht mehr gibt, z.B. Mannheim. Da gab es die Wechselzone am Wasserturm und in der Augusta-Allee sind wir ein paar Runden gelaufen.

Es starten immer noch wesentlich mehr Männer als Frauen im Triathlon. Was würdest du Mädchen und Frauen raten, um einen Triathlon zu machen, wie würdest du sie motivieren?

Heute ist es noch wichtiger als früher, das Schwimmen zu lernen. Ich würde jeden jungen Sportler zuerst in einen Schwimmverein, am besten mit einer Triathlonabteilung, schicken. Ich habe erst später das Kraulen gelernt. Die anderen Disziplinen sind einfacher. Da muss es nicht unbedingt ein Verein sein. Bei den Mädels ist es nach meiner Erfahrung wichtig, dass sie nicht alleine anfangen, sondern möglichst zusammen. Das sehe ich auch in meiner Mathe AG: Mädchen haben mehr Spaß, wenn die Freundin mitmacht.

Wie siehst du allgemein die Entwicklung der Frauen im Triathlon?

Schwierig ist, dass Mädels im Sport nicht die öffentliche Wahrnehmung genießen wie die Jungs. Jedenfalls ist das bei uns im Sportteil der Lokalzeitung sehr einseitig ausgeprägt. Ich fand die getrennten Ironman-Rennen von Männern und Frauen gar nicht schlecht, weil die Frauen so exklusiv Artikel bekommen haben. Ich habe aber Verständnis dafür, dass es wieder rückgängig gemacht wurde. Zum Glück hat sich Triathlon trotzdem für uns Frauen positiv entwickelt. Gerade Frauen wie Laura Philipp oder Anne Haug haben dazu viel Gutes beigetragen. Es dauert aber wahrscheinlich noch sehr, sehr lange, bis Frauen die gleiche Aufmerksamkeit wie Männer bekommen.

Wie wäre das ideale Einsteigerformat?

Die Sprintdistanz mit 500m Schwimmen ist nach wie vor attraktiv und das richtige Einsteigerformat. Wenn ich gefragt werde, „was hast du am Wochenende gemacht?“ und ich die Sprintdistanz beschreibe, bekomme ich häufig die Antwort: „Ach, das würde ich mir auch zutrauen.“ Es sollte aber nicht zu einfach sein, damit auch ein Anreiz da ist. Die Volksdistanzen sind gut, weil sie für einen Anfänger machbar sind.

Du bist Deutsch- und Mathelehrerin, was ja nicht gerade die typischen Fächer für viele Triathleten sind, die Lehrer sind. Bringt der Sport auch was für die Berufsausübung und kannst du den Schülern was aus dem Sport mitgeben oder ist das streng getrennt?

Es ist nicht streng getrennt. In Schule und Sport geht mein Blick darauf, wie ich mit meinem Talent umgehe. Im Schulleben habe ich mich auf die Begabtenförderung in der Mathematik im Land Baden-Württemberg spezialisiert. Nur die, die aus ihrem Talent etwas machen *und* trainieren, sind in Mathewettbewerben gut und kommen beispielsweise bei der Matheolympiade weiter. Das ist wie im Sport.

Wie groß ist die Vorbildfunktion eines Lehrers?

Ich finde, wenn die Lehrerin ein bisschen sportliches Vorbild ist, ist das auch nicht schlecht. Die meisten in der Schulgemeinschaft wissen, dass ich Triathlon mache. Ich organisiere noch in Schwetzingen den Spargellauf mit und renne dann auch „gegen“ meine Schüler.

Wie wertvoll wird Sport in der Schule gesehen?

Generell steht es bekanntermaßen um die Fitness der Schüler nicht gut. An unserer Schule gibt es eine neue Motivation: Beim „Duke Award“ (eine Organisation aus Schottland) setzen sich die Schüler im sportlichen, sozialen und in einem anderen Bereich ein Ziel und verfolgen das über drei Monate. Sie sollen ihre Entwicklung dokumentieren. Wenn die Schüler die drei Ziele verwirklichen, bekommen sie eine Urkunde. Vor Kurzem hat mich erneut eine Schülerin, die ihre Ausdauer verbessern möchte, angesprochen, ob ich nicht ihr Coach sein wollte.

Wie sind die Veränderungen im Sport wirklich?

Bei denen, die nicht im Sportverein sind, hat die Leistungsfähigkeit abgenommen. Aber der große Unterschied von früher zu heute ist, dass es nicht mehr die freien Flächen gibt, wo sich die Jungs zum Kicken getroffen haben. Medien und Handynutzung sind Punkte, die vom Sport abhalten.

Wir feiern 40 Jahre BWTV. Wie nimmst du den Verband wahr? Hast du eine Erwartungshaltung? Wie wichtig ist für dich der Verband? Hast du Vorschläge zur Veränderung oder sollte er, zugespitzt formuliert, abgeschafft werden?

Am Anfang war ich kritisch. Ich habe die Fusion der Verbände auf Bundesebene mitbekommen. Es gab einmal eine ordentliche Erhöhung der Startpassgebühren, da habe ich mich schon gefragt, was brauchen die das viele Geld. Über die Jahre habe ich eine andere Haltung eingenommen. Ich sehe, wie schwer Veranstaltungen zu organisieren sind. Der Marathon in Mannheim findet nicht mehr statt, weil es so viele Auflagen gibt, und eine Triathlonveranstaltung ist ja noch mal viel mehr Aufwand. Es ist wichtig, dass wir so einen Verband haben, der die Vereine stützt, der das alles koordiniert und den Sport auch populär macht, sei es durch dieses Magazin oder andere Veröffentlichungen.

Wie findest du es, dass der Triathlonverband selbst Veranstaltungen organisiert?

Leider steigen immer mehr Vereine aus, weil es nicht mehr zu schaffen ist, alles alleine zu stemmen. Deshalb finde ich das sogar richtig gut. Ich habe mich am Anfang über die hohen Startgebühren für Veranstaltungen geärgert. Aber da habe ich meine Meinung zwischenzeitlich vollkommen geändert. Wir sollten froh sein, dass es überhaupt noch Veranstaltungen gibt. Es ist so viel Arbeit. Es braucht so viele Helfer und professionelle Strukturen. Dafür bin ich auch bereit, mehr zu zahlen.

Was ist dein größter Traum in Zukunft im Triathlon?

Ich würde gerne wieder bei Deutschen Seniorenmeisterschaften teilnehmen. Am besten hier in der Nähe. Für mich ist das Windschattenfahren ein Problem. Es wäre zu überlegen, ob für die älteren Senioren das Windschattenfahren - wie in den anderen Wettkämpfen auch - wieder verboten wird. Das Windschattenfahren ist für mich ein Grund, nicht teilzunehmen. Leute, die so uralt sind wie ich, die kennen das nicht und riskieren das im Alter nicht mehr.

Was macht für dich Triathlon aus und ist dir besonders wichtig?

Eine ganz tolle Kombination und die ideale Mischung aus drei Sportarten, die jeder mit einfachen Mitteln machen kann, wo ich kein teures Gerät (naja bis auf ein Rad), keine teure Trainingseinrichtung brauche. Obwohl ich Wettkampfsport mache, sehe ich Triathlon als perfekten Gesundheitssport. Ich wünsche, dass es im Triathlon so gut weitergeht.

Liebe Birgit, wir bedanken uns für das Interview.