

# Tempo auf vielen Rollen

Gülser Speedskater lieben die Geschwindigkeit

**Wer den Rausch der Geschwindigkeit liebt, muss sich nicht unbedingt in einen Sportwagen oder gar einen Jet setzen. Die Speedskater aus Güls zeigen in ihren Schuhen mit den schnellen Rollen, dass das auch mit einfacheren Mitteln geht.**

KOBLENZ. „Nur fliegen ist schöner!“ Der flotte Spruch steht zwar nicht formal Pate für das Speedskating der „Gülser-Mosel-Skater“, könnte aber der rasend schnellen Sportart durchaus gerecht werden. Denn wenn die agilen Sportler mit den Rollen unter den Schuhen in rasantem Tempo über die Piste jagen, drängt sich das Gefühl des Schwebens auf.

Der Bewegungsablauf erinnert stark an das Eisschnelllaufen, und die Dynamik verrät, welche Kraft und Ausdauer der Sport erfordert. Inlineskating findet als Breitensport zunehmend Verbreitung, während das Speedskating hohe Anforderungen an die Kondition und Fitness stellt.

Fast jedes Wochenende im Sommer ist Teamchef Oliver Engel mit seiner schnellen Truppe bei Wettkämpfen, Rennen oder gar Marathons unterwegs, um sich mit der Konkurrenz zu messen. Der Sportlehrer, Leiter einer Inlineschule und amtierender Weltmeisterschafts-Dritter lebt und liebt die Geschwindigkeit. „Der Adrenalinstoß gehört dazu, um Siege möglich zu machen“, ist sein Cre-

do. Der Lahnsteiner begeisterte sich schon vor 20 Jahren für den Trendsport aus den USA. Er vermittelt heute mit Erfolg die korrekte Technik, Ausdauer, Fitness und Sprintvermögen. Beim Training am Güterverkehrszentrum in der Nähe von Rübennach versammeln sich freitags am frühen Abend Speedskater, um ihrem Sport zu fröhnen. Der Jüngste im Team ist 16, der älteste Aktive 49 Jahre alt. Die Sportler kommen aus Koblenz und der Region. Wie Melanie Becker aus Mülheim-Kärlich, die ursprünglich dem runden Leder hinterherjagte, bis die Vertriebs-Assistentin das Speedskating entdeckte und dem „Rausch der Geschwindigkeit“ erlag. Durch Trainingsfleiß und Talent erarbeitete



sie sich in kurzer Zeit den Ruf einer Spitzenläuferin. Die Siegerin des diesjährigen Mittelrhein- und Hunsrück-Marathons verkörpert Dynamik und Siegeswillen.

„Erfolg erreicht man durch Erfahrung“, verrät dagegen Witali Bytschkow sein Erfolgsrezept. Seit sieben Jahren steht er auf den schnellen Rollen. „In der Gruppe ver-

gisst man die Anstrengung und glaubt, die Erdanziehung sei aufgehoben. Besonders bei der Abfahrt. Am Berg dagegen brauchst du pure Kraft und Ausdauer. Wenn du glaubst, es geht nichts mehr, musst du ‚beißen‘“, gibt der 19-jährige Abiturient seine Taktik preis. Ähnlich wie beim Radsport sind Cleverness, taktische Intelligenz und ein schnelles Erfassen von Situationen von Nutzen. Es wird attackiert und dabei der Windschatten genutzt.

Dies hat Senkrechtstarter Erwin Bergen aus Neuwied schnell begriffen. Nach fast zwei Jahren intensiven Trainings errang der Industriemechaniker-Auszubildende mit seinen Mannschaftskameraden Oliver Engel und Witali Bytschkow die Bronzemedaille im Teamzeitfah-

ren bei den Deutschen Meisterschaften und schaffte damit den Sprung in die Spitzenklasse.

Natürlich birgt der flotte Sport auch Gefahren. Fast alle Speedskater erleben Blessuren und Hautabschürfungen. „Gottlob sind angebrochene Rippen oder Brüche selten“, beruhigt Linda Schwickardi. Die Krankenschwester aus Koblenz weiß, wovon sie spricht. Das vernarbte Knie sei leider ein Markenzeichen der Skater. „Aber wer hinfällt, steht wieder auf. Man lernt, nach einem Sturz wieder auf die Beine zu kommen.“ Kein Wunder, denn Speedskater sind meist von Natur aus Optimisten. Das Speedskating ist für Linda Schwickardi ein idealer Ausgleich zum Berufs- und Alltagsstress. Überhaupt

fühlt sie sich bei den Gölser Mosel-Skatern „sauwohl“. Besonders nach dem Training oder einem Rennen, wenn noch etwas geklönt oder bei Erfolgen zünftig gefeiert wird. Wichtig für Speedskater ist ein Trainingsplan, der individuell erstellt wird. „Nur bei Beachtung des Planes kann die Leistung gesteigert werden“, so Oliver Engel. Ohne Training an mehreren Tagen in der Woche kann das Niveau nicht gehalten werden“, stellt der Teamchef klar.

Entwickelt hat sich Inlineskating aus dem guten alten Rollschuhlaufen, das schon seit fast 150 Jahren agile Menschen bewegt und fasziniert. Pioniere des Skatings waren einst russische Eiskunstläufer, die auch im Sommer trainieren wollten.

Schlittschuhe erhielten Kunststoffrollen. Eine ähnliche Idee hatte Scott Olsen, ein passionierter Eishockeyspieler. Der Amerikaner schraubte kleine Rollen unter einen Schuh, tüftelte an der Konstruktion, gründete eine Firma und nannte sie „Rollerblade“.

Heute ist der Skatemarkt weltweit eine Milliardenbranche. Denn ohne Ausstattung geht nichts. Neben einem Rennanzug gehören ein paar – nicht selten maßgeschneiderte – Schuhe zur Grundausstattung. Wichtig sind mehrere Sätze Rollen, einsetzbar je nach Straßenbelag und Witterung, verschiedene Kugellager und ein genormter Sturzhelm. Gerade dieser ist sehr wichtig, denn die Sportler erreichen auf einer Schussfahrt

schon mal mehr als Tempo 60. Oft kostet eine solche Ausrüstung nicht weniger als 2000 Euro.

Wenn die Tage kürzer werden, trainieren die Skater in der Sporthalle des Koblenzer Görres-Gymnasiums. Im Vordergrund stehen Kraft, Ausdauer und Technik. Anfänger erlernen neben der richtigen Körperhaltung die ideale Falltechnik mit Schutzbekleidung, um auf den harten Boden der Realität vorbereitet zu sein. Noch nutzen die Neulinge zur Sicherheit einen Gummiblock zum Bremsen. Beim Speedskating wird darauf verzichtet, denn ein geflügeltes Wort bringt es auf den Punkt: Wer bremst, verliert ... **Erwin Siebenborn**

■ Weitere Infos im Internet unter [www.mosel-skater.de](http://www.mosel-skater.de)



um ihre Leistung zu verbessern oder wenigstens zu halten, ist ein regelmäßiges Training für die Speedskater unabdingbar. ■ Foto: Annette Herrmann