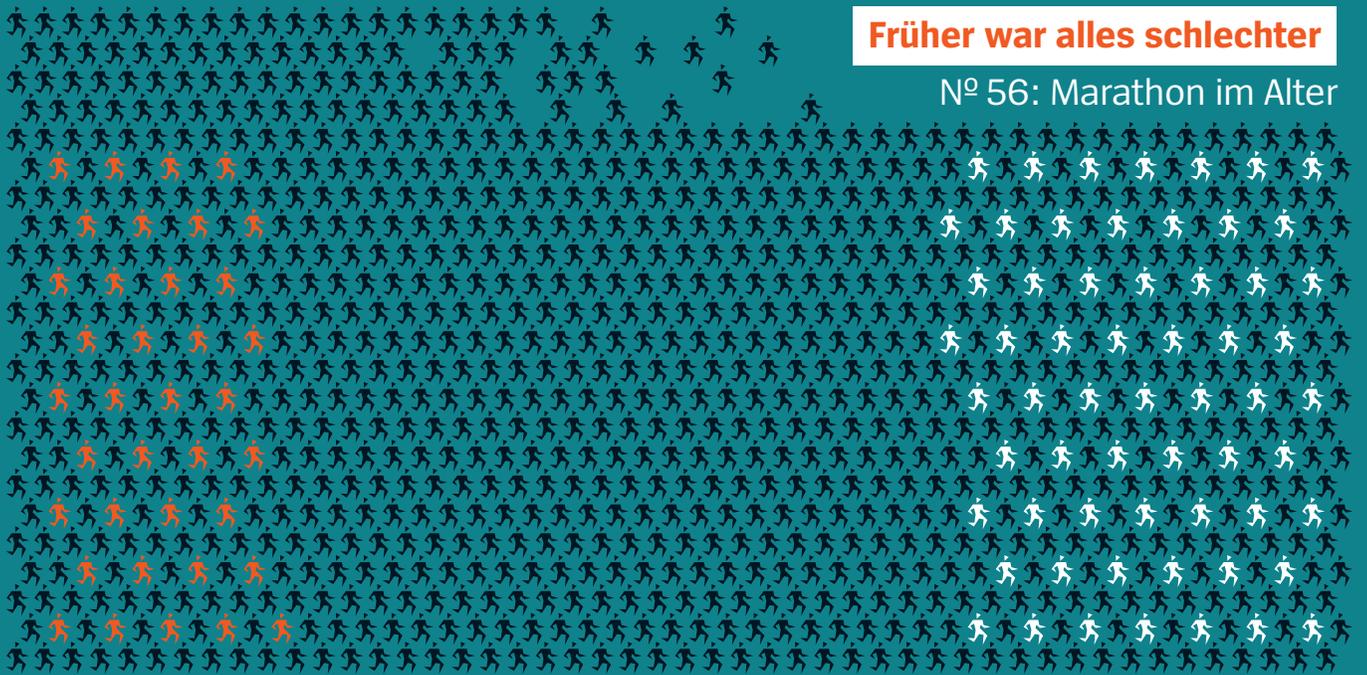


Früher war alles schlechter

Nº 56: Marathon im Alter



2003 waren von 1000 männlichen Marathonteilnehmern in Deutschland **37** über 60 Jahre alt.

2016 sind es **61**.

Renn, Rentner, renn! Für den frühen Menschen, so dürfen wir annehmen, war Rennen kein Hobby, sondern Notwendigkeit, wenn er dem Säbelzahntiger als Beute davon-, dem Mammut als Jäger hinterherrannte. Dann geriet der Sport für ein paar Jahrtausende aus der Mode, um in der Moderne, im 20. Jahrhundert ein Comeback zu feiern: als Zeitvertreib für die Jugend. Die Alten sahen zu, am Spielfeldrand, am Fernseher. Noch Ende der Sechzigerjahre war Sport im Alter für fast alle Deutschen ein Widerspruch in sich. Nur einer von hundert Rentnern trieb regelmäßig Sport. Rente hieß: Ruhestand. Wer 65 Jahre auf dem Buckel und 40 Jahre oder mehr gearbeitet hatte, durfte die Füße hochlegen. Um dann, leider, bald krank zu werden und zu sterben. Die Lebenserwartung in Deutschland lag 1970 erst bei 70 Jahren (heute: 81). Der menschliche

Körper ist nicht dafür gemacht, nichts zu tun, er muss belastet werden, um lange zu funktionieren. Ärzte propagieren aus diesem Grund längst den „aktiven Ruhestand“, mit Erfolg. Unter den 65- bis 85-Jährigen sagt heute jeder Dritte, er treibe einmal pro Woche Sport, jeder Fünfte tut es mehrmals pro Woche. 60 ist tatsächlich das neue 40, selbst die Zahl betagter deutscher Marathonläufer steigt. Bei den Männern erhöhte sich der Anteil der über 60-jährigen Teilnehmer von 37 pro 1000 im Jahr 2003 auf heute 61 pro 1000, bei den Frauen wurde der Wert mehr als verdoppelt (von 13/1000 auf 34/1000). Die Bestzeit eines Deutschen in der Klasse über 60 im vergangenen Jahr beim Berlin Marathon: 2:59:31. Das ist eine Zeit, die vor 50 Jahren manche Olympiateilnehmer nicht erreicht hätten. 1968 in Mexiko hätte sie Platz 52 bedeutet. Uwe Buse

Erziehung Wie viel Tod ist gut für Kinder, Herr Trautmann?

Der Erziehungswissenschaftler **Thomas Trautmann**, 59, über kleine Kinder als Zuschauer von Rentierschlachtungen

SPIEGEL: In Norwegen machten Kindergartenkinder einen Ausflug zu einer Rentierschlachtung. Das löste im Netz heftige Proteste aus. Sollen Fünfjährige sehen, wie Tiere getötet werden?

Trautmann: Noch vor 50 Jahren war dies zumindest in dörflichen Regionen eine Selbstverständlichkeit. In

anderen Kulturen ist es auch heute noch eine Ehre, wenn Kinder etwa beim Schächten dabei sind. Worüber reden wir hier also? Um eine kulturspezifische Angelegenheit. Und um eine inzwischen höchst private. Man kann hier nicht pauschal sagen Ja oder Nein.

SPIEGEL: Was können Kinder in dem Alter überhaupt schon verstehen, wenn es um Leben und Tod geht?

Trautmann: Erste reale Todeserfahrungen haben Kinder mit fünf bis acht Jahren. Da stirbt das Kaninchen, der Fisch, der Hamster. Es ist gut, wenn Kinder das mitbekom-

men. Wenn sie vor dem Tod abgeschirmt werden, können sich später durchaus Ängste verfestigen.

SPIEGEL: Ein Besuch beim Schlachter sollte also im deutschen Lehrplan stehen?



Kind mit Rentierfellen in Norwegen

Trautmann: Für Pädagogen gilt dasselbe wie für Eltern. Sie sollten Kindern die Vielfalt der Welt zeigen. Eltern können mit Stadtkindern auch mal aufs Land oder zum Bauernhof fahren ...

SPIEGEL: ... und die Kinder dann wegziehen, wenn das Kalb geschlachtet wird?

Trautmann: Das liegt an den Eltern. Ich halte nicht viel von „sollen“ oder „müssen“. Eltern sind Experten für die Erziehung ihres eigenen Nachwuchses. Lassen wir sie entscheiden.

SPIEGEL: Wie viel Realität ist also gut für Kinder?

Trautmann: 78,36 Prozent (lacht). bha