

# EISLAUFEN – DER TRAUM VOM GEFRORENEN NASS

Maria Pirr



Um das Eis geht es nicht. Es geht darum, was dir das Eis ermöglicht. Wenn ich da draußen bin, hab ich das Gefühl, dass ich alles kann. Nur dort ergibt das Leben für mich einen Sinn. „Die Eisprinzen“

»» Anfang Herbst öffneten die Eishallen in ganz Deutschland wieder ihre Pforten. Seitdem locken die Hallenbesitzer das Publikum für die nächsten Monate auf das gefrorene Nass. Jung und Alt, Anfänger wie auch Sportler haben jetzt wieder die Chance, ihr Können unter Beweis zu stellen. Seit wann sich die Menschheit auf dem Eis fortbewegt, ist bisher nicht bekannt. Menschen fertigten erste Schlittschuhe aus Tierknochen und Hölzern an. Diese waren in Russland, Skandinavien sowie in Sibirien verbreitet. Erst Mitte des 19. Jahrhunderts stellten die Handwerker Schlittschuhe mit Stahlkufen her. Zu Beginn verwendeten die Boten die Schlittschuhe zum Überbringen eiliger Nachrichten. Mit den Jahren entwickelte sich dann aus der anfänglichen Freizeitbeschäftigung des Adels der Volkssport des Eislaufens. Die ersten Eisbahnen fand man in der Natur in Form von zugefrorenen Seen. Der Ingenieur Eduard Engelmann baute 1931 die erste Freiluft-Kunsteisbahn. Mittlerweile gibt es allein in Deutschland knapp 100 Eishallen. Diese öffneten früher nur in den Wintermonaten. Heute können die Besucher auch im Sommer die Hallen für ihre sportlichen Aktivitäten nutzen. Inline-Skating sowie Hockey sind seit

Jahren in den warmen Monaten des Jahres sehr beliebt. In den Eishallen können Begeisterte ohne eigene Schlittschuhe diese gegen eine Gebühr ausleihen. Für Groß und Klein stehen mehrere Größen zur Auswahl bereit und warten nur auf ihre Benutzung. Einige Betreiber stellen auch Zubehör wie Helme, Lauflernhilfen oder Schutzsets zur Verfügung. Diese sind jedoch beim Eislaufen in der Freizeit keine Pflicht. Für Anfänger und unerfahrene Läufer ist die Schutzkleidung jedoch ein Schutz vor möglichen Verletzungen. Das Hallenpersonal schleift in vielen Hallen auch die mitgebrachten Schlittschuhe. So rutschen die Läufer auf dem Eis nicht seitlich auf den Kufen weg. Für das Wohlbefinden wird der Service in den Hallen Jahr für Jahr ausgebaut. Somit bieten die Betreiber den Besuchern mehr als nur die Fläche für den geliebten Sport. Sie nutzen zum Beispiel während der Eiserneruerung die Pausenzeiten. Wenn das Eis von den Eismeistern für die nächsten Runden frisch aufbereitet wird, können sich die Eisläufer am Imbiss mit kleinen Mahlzeiten und Getränken stärken. Heutzutage steht die Gesundheit immer mehr im Vordergrund. Somit wird das Eislaufen von den Besuchern nicht mehr nur als Freizeitbeschäftigung

angesehen. Den Eisläufern geht es nun mehr um die Förderung des Herz-Kreislauf-System und Verbesserung der Bewegungskoordination. Viele Schulen nehmen das Eislaufen in ihr Sportprogramm auf und auch ältere Menschen drehen ab und an eine Runde auf dem Eis. Die Besucher üben mittlerweile viele Sportarten auf dem Eis aus. Aus dem ursprünglichen Eislaufen entwickelten sich über die Jahre vielfältige Sportarten. So gehört zum Beispiel der Eiskunstlauf zu einer beliebten Form.

### Eiskunstlauf

Beim Eiskunstlauf handelt es sich um eine künstlerische Darbietung der Läufer auf dem Eis. Dabei stehen hauptsächlich die gewählten Schrittfolgen, Sprünge und Pirouetten im Vordergrund. Das Eiskunstlaufen wird in vier Disziplinen eingeteilt:



#### 1. Einzellauf

Es läuft jeweils nur ein Eisläufer ein Programm. Dieses setzt sich aus Kurzprogramm und Kür zusammen. Bei dem Kurzprogramm werden 8 Elemente innerhalb von zwei Minuten miteinander verbunden. Die Kür beinhaltet mehrere Elemente in einem ausgeglichenen Programm. Die Zeiten sind bei Männern (4,5 Minuten) und Frauen (4 Minuten) unterschiedlich.

#### 2. Paarlauf

Der Paarlauf wird von einem Paar aufgeführt. Bei dem Programm werden einzelne Elemente des Einzellaufes mit geworfenen Sprüngen, Hebungen und Paarlaufpirouetten kombiniert.

#### 3. Eistanzen

Beim Eistanzen passen die Paare die Programmelemente tänzerisch und akrobatisch genau an die ausgewählte Musik an. Es gibt eine Unterteilung in Pflicht-, Original- und Kürtanz.

#### 4. Synchroneislauf

12 bis 16 Frauen und vier Männer laufen nach der ausgewählten Musik in einem Tempo bestimmte Formationen und Elemente. Bewertet werden dabei unter anderem die Schwierigkeitsgrade des Dargebotenen und die Ausdrucksstärke der Läufer. Während des Programms tragen die Läufer aufwendig gestaltete Kostüme. Die Anzüge sollten jedoch nicht zu sehr von der Kür ablenken und die Läufer nicht behindern. Die Kleidung wird hauptsächlich an die ausgewählte Musik angepasst. Dabei ähneln die Kleider oder Röcke der Frauen meist den Anzügen der Männer.



Neben dem Eiskunstlauf hat sich in den letzten Jahrhunderten Eishockey als eine andere Art des Sportes auf dem Eis etabliert.

### Eishockey

Im 12. Jahrhundert entwickelten sich in Dänemark erste Spiele auf dem Eis. Das heute als Eishockey bekannte Mannschaftsspiel entstand Mitte des 19. Jahrhunderts in Kanada. Zu seinem Namen „Hockey“ (französisch „krummer Stock“) kam der Sport durch seine am Ende gekrümmten Schläger. Mit diesem befördert der Spieler die kleine Hartgummischeibe, den Puck, ins gegnerische Tor.



Dieser schießt bis zu einer Geschwindigkeit von 190 km/Std. über die Eisfläche. Heute besteht eine Eishockeymannschaft aus 22 Spielern. Jedoch dürfen sich nur maximal sechs Spieler inklusive des Torwartes auf dem Eis befinden. Ein Eishockeyspiel



dauert in der Regel 60 Minuten. Es zieht sich jedoch durch Pausenzeiten und Verschiebungen in die Länge. Während des Kampfes um den Puck kann es hin und wieder zu handgreiflichen und körperlichen Auseinandersetzungen (den sogenannten Body-Checks) zwischen einzelnen Spielern kommen. Schiedsrichter unterbinden Handgreiflichkeiten durch Strafen. Weiterhin sichert die Schutzkleidung den einzelnen Spieler vor größeren Verletzungen auf dem Eis. Die Bedeutung des Eishockeys hat in den letzten Jahren stark zugenommen. Auch in europäischen Regionen wächst der Beliebtheitsgrad stetig. Doch vor allem in Kanada, den USA und Russland ist der rasante Sport sehr vertreten.

Mit den Jahren fanden auch Frauen Gefallen an dem harten Männersport. 1998 fanden in Nagano erste olympische Frauen-Eishockey Turniere statt. Auch Freizeitmannschaften und Hobby-Spieler haben Spaß am Eishockey gefunden. Somit preschen in den Wintermonaten immer mehr Begeisterte der kleinen Hartgummischeibe hinterher.

Neben diesen zwei bekanntesten Formen der Freizeitbeschäftigung auf dem Eis gibt es unter anderen auch noch Curling, Eisstockschießen und Eisschnelllauf, auf der Kurzbahn auch als Shorttrack bekannt. Die vielfältigen Möglichkeiten auf dem Eis machen somit auch in den Wintermonaten eine sportliche Betätigung möglich.

Sich auf dem Eis zu bewegen ist nach einiger Übung auch nicht mehr schwer. Also traut euch, es ist ja nur Eis! <<<