

Wolfgang Schnepfer

Fußballtrainer, Fußballstars, Fußball-Oldies und ihre unvergessenen Sprüche



Wolfgang Schnepfer, Jahrgang 1964, Diplomsportlehrer,
Ex-Bezirksligaspieler im Fußball,
1988-89 in der deutschen Triathlonspitze,
1990 Bayerischer Meister im Body-Building,
1998 Konditionstrainer im bezahlten Fußball



Inhalt

Vorwort

Sepp Herberger

Sepp Herberger und seine besten Sprüche

Helmut Schön

Helmut Schön und seine besten Sprüche

Franz Beckenbauer

Franz Beckenbauer und seine besten Sprüche

Günter Netzer

Sepp Maier

Gerd Müller

Gerd Müller und seine besten Sprüche

Paul Breitner

Uwe Seeler

Karl Heinz Rummenigge

Thorsten Legat

Oliver Kahn

Oliver Jahn und seine besten Sprüche

Lothar Matthäus

Lothar Matthäus und seine besten Sprüche

Jürgen Klopp

Pele

Pele und seine besten Sprüche

Arthur Friedenreich

Cristiano Ronaldo

Lionel Messi

George Best

George Best und seine besten Sprüche

Ferenc Puskas

Michel Platini

Michel Platini und seine besten Sprüche

Joachim Löw

Joachim Löw und seine besten Sprüche

Zlatan Ibrahimovic

David Beckham

Alex Ferguson

Johan Cruyff

Johan Cruyff und seine besten Sprüche

Giovanni Trapattoni

Pep Guardiola

Diego Maradona

Diego Maradona und seine besten Sprüche

Zinedine Zidane

Alfredo Di Stefano

Alfredo Di Stefano und seine besten Sprüche

Vorwort

In diesem Buch wird ein großer Teil der besten Fußballtrainer und -spieler aller Zeiten in mehr oder weniger kurzen Biografien vorgestellt.

Gleichzeitig werden ihre besten Sprüche aufgeführt, und zum Teil von dem Autor kurz kommentiert.

Natürlich werden hier auch Trainer und Spieler wie Sepp Herberger, Franz Beckenbauer, Sepp Maier, Diego Maradona, Zinedine Zidane, Ronaldo, Messi, Uwe Seeler, Johan Cruyff, Pele, Zlatan Ibrahimovic, Messi, Cristiano Ronaldo, David Beckham und viele mehr (30 Persönlichkeiten) nicht vergessen.

Auch (fast) längst vergessene Spieler wie Arthur Friedenreich und Alfredo Di Stefano werden hier ausführlich mit ihren längst vergessenen Sprüchen beschrieben.

Sepp Herberger

Josef Sepp Herberger wurde am 28. März 1897 in Mannheim-Waldhof geboren, er verstarb am 28. April 1977 in Mannheim. In den 1920er Jahren kickte er für die Vereine SV Waldhof, VFR Mannheim und Tennis Borussia Berlin. Aber Berühmtheit erreichte er erst als Reichs- und Bundestrainer von 1936 bis 1942 und 1950 bis 1964. Der Höhepunkt seiner Karriere war der Gewinn der Fußball-Weltmeisterschaft 1954, deren Endspiel als „Wunder von Bern“ in die Fußballgeschichte einging.

Sepp Herberger als aktiver Spieler

Der größte Erfolg von Herberger war die gewonnene Südmeisterschaft 1925 mit dem VFR Mannheim. Er spielte 40 Mal für Süddeutschland und 16 Mal für die Berliner Stadtauswahl.

Als Nationalspieler kam er nur zu drei Einsätzen. Das lag daran, weil er ein „Handgeld“ des MFC Phönix angenommen hatte.

1922 wurde er begnadigt, aber weiterhin für Auswahlmannschaften ignoriert. Zudem blieb es bei drei Einsätzen in der Nationalelf, weil aus Kostengründen in der damaligen Zeit kaum Länderspiele ausgetragen wurden.

WM 1938 mit Sepp Herberger

Ab 1938 war Sepp Herberger Reichstrainer. Allerdings hatte er nur zehn Wochen eine Mannschaft für die WM

zusammenzustellen. Am 23. Mai 1938 bestellte er 22 Spieler, 13 Deutsche und neun Österreicher in die Sportschule Duisburg-Wedau.

Dies blieb auch das Quartier für das ganze WM-Turnier, für eine Unterkunft in Frankreich fehlte das Geld(!).

Deshalb reisten am 2. Juni auch nur 15 Spieler, der Reichstrainer, ein Masseur und ein Funktionär nach Paris.

Die WM-Endrunde wurde wie 1934 im k.o. System ausgetragen.

Die deutsche Elf, die in Paris auflief, bestand aus sechs Deutschen und fünf Österreichern und hatte in dieser Aufstellung noch nie zusammen gespielt.

Die Partie fand im Pariser Prinzenpark statt, und schon beim Einlaufen wurde die deutsche Mannschaft mit Flaschen, Eiern und Tomaten beworfen(!).

Nach 90 Minuten stand es 1:1 und ein Wiederholungsspiel musste angesetzt werden (damalige Regel). Fünf Tage danach beorderte Herberger eine gleich auf sechs Positionen veränderte Mannschaft auf den Platz. An die „6+5-Regel“ hielt er sich aber auch in diesem Spiel. Dieses Mal stürmte auch Fritz Szepan für Deutschland, doch selbst eine 2:0-Führung reichte nicht. Herbergers Elf unterlag den Schweizern mit 2:4, und schied aus dem Wettbewerb aus.

Die Zeit von Sepp Herberger war noch nicht gekommen.

Die nächste WM fand aus verständlichen Gründen erst 1950 statt, an der Deutschland aber nicht teilnahm.

Fußball-Weltmeisterschaft 1954

Die Endrunde der Fußball-Weltmeisterschaft 1954 fand vom 16. Juni bis zum 4. Juli 1954 in der Schweiz statt. Wir beschreiben diese Weltmeisterschaft etwas genauer, weil Deutschland vollkommen unerwartet, dieses Turnier gewann. Es war die fünfte Weltmeisterschaft für die sich 16 von 38 Nationalmannschaften qualifizierten. Sie traten

zunächst in Gruppen- und danach in Ausscheidungsspielen gegeneinander an.

Diese Weltmeisterschaft war die erste, die auch offiziell die Bezeichnung Fußball-Weltmeisterschaft zugesprochen bekam. Der Austragungsmodus war allerdings noch nicht absolut fair, die WM aber im Praktischen perfekt organisiert und alle Mannschaften, die sich qualifizierten, erschienen auch.

Die Spiele wurden in sechs verschiedenen Schweizer Städten ausgetragen. Insgesamt fanden 26 Begegnungen statt, die von fast 900.000 Menschen in den Stadien besucht wurden.

1954 besaßen auch schon sehr viele Haushalte Fernsehgeräte, so dass zum ersten Mal mehrere Millionen Menschen die Veranstaltung von zu Hause aus mitverfolgen konnten. Weiterhin wurden erstmalig in der Geschichte der Fußball-Weltmeisterschaften die Spiele direkt übertragen.

Exkurs: 1954 besaßen lediglich 61.000 Haushalte offiziell einen Fernseher, allerdings gehen wir davon aus, dass mindestens 40.000 Haushalte jeweils einen nicht angemeldeten Fernseher besaßen. Rechnen wir pro Fernseher zehn Zuschauer, dann haben allein in Deutschland schon eine Millionen Menschen jedes Turnierspiel verfolgt.

1958 stieg die Anzahl der Fernsehgeräte schon auf 2,1 Millionen an, woran die WM 1954 nicht ganz unschuldig war. Jetzt beobachteten schon etwa 10 Millionen Deutsche die Fußball-Weltmeisterschaft live im Fernsehen, 1962 waren es wohl schon knapp 15 Millionen bei 7,2 Millionen Fernsehgeräten.

Austragungsorte

Die Spiele der Fußball-Weltmeisterschaft von 1954 wurde in sechs Schweizer Städten ausgetragen wie Zürich, Basel, Bern, Genf, Lausanne und Lugano.

Kleiner Exkurs: Aus heutiger Sicht nicht mehr denkbar, campierten doch die Spieler der Nationalmannschaften von Brasilien und der Schweiz nur 20 Meter voneinander entfernt in Magglingen. Die deutsche Nationalmannschaft schlug ihre Stätte während der Fußball-Weltmeisterschaft in Spiez auf.

Wir dürfen an dieser Stelle nicht vergessen, dass die Unterkünfte zu heutigen Verhältnissen sehr spartanisch waren. Auch die medizinische oder physiotherapeutische Betreuung, Regenerationsmaßnahmen oder -möglichkeiten, spezielle Diäten, psychologische Betreuung usw. waren damals wesentlich geringer ausgeprägt oder gar nicht vorhanden.

Für die Endrunde der Fußball-Weltmeisterschaft 1954 in der Schweiz waren also Belgien, Italien, Schweiz, Deutschland, Jugoslawien, Tschechoslowakei, England, Österreich, Türkei, Frankreich, Schottland und Ungarn aus Europa qualifiziert, Brasilien und Uruguay aus Südamerika, Mexico aus Nordbzw. Mittelamerika und Südkorea aus Asien.

Nach der Auslosung kam es zur folgenden Gruppeneinteilung:

Gruppe 1: Brasilien, Frankreich, Jugoslawien, Mexico

Gruppe 2: Ungarn, Türkei, Deutschland, Südkorea

Gruppe 3: Uruguay, Österreich, Schottland,
Tschechoslowakei

Gruppe 4: England, Italien, Schweiz, Belgien

Austragungsmodus

Die Fußball-Weltmeisterschaft 1954 fand unter einem sehr umstrittenen Modus statt. Dieser wurde zu recht von vielen Experten als unfair eingestuft. Die 16 Nationen bildeten vier Gruppen mit jeweils vier Mannschaften.

Aber in jeder Gruppe gab es zwei gesetzte und zwei ungesetzte Mannschaften, d.h., die ungesetzten Teams spielten nicht gegeneinander, und jede Mannschaft spielte in der Vorrunde nur zweimal. Selbst für den Laien dürfte dieses auf Unverständnis stoßen.

Ein Sieg wurde, wie wir alle wissen, zu dieser Zeit mit zwei Punkten belohnt. Endete die reguläre Spielzeit mit einem Unentschieden, wurden um zweimal 15 Minuten verlängert. Nach dieser Verlängerung erfolgte bei einem Remis kein Elfmeterschießen, sondern eine Punkteteilung. Für das Viertelfinale qualifizierten sich die beiden vorderen Mannschaften jeder Gruppe für das Viertelfinale. Bei der Platzierung wurde allerdings das Torverhältnis nicht gewertet (das war wohl auch logisch, weil nicht jede Mannschaft gegeneinander antrat). Bei Punktgleichheit auf dem zweiten und dritten Platz käme es dann logischerweise zu einem Entscheidungsspiel.

Bei Punktegleichheit der ersten beiden Plätze entschied das Los über den Gruppensieg. Also konnte auch eine Mannschaft mit einem schlechteren Torverhältnis als Gruppensieger gewertet werden.

Die Sache wird aber noch etwas komplizierter und wirrer bei anderen Extremfällen. Sollten z.B. alle vier Mannschaften einer Gruppe nach den Vorrundenspielen mit

gleicher Punktzahl dastehen, hätte es ein Entscheidungsspiel zwischen den beiden gesetzten und den beiden ungesetzten Teams gegeben (diese Möglichkeit trat bei dieser WM nicht ein).

In diesem Extremfall wäre es dann schließlich doch zu einer kompletten Gruppenphase gekommen.

Eine Punktegleichheit zwischen drei Nationalmannschaften war aus mathematischer Sicht unmöglich.

Ein Unentschieden in diesem möglichen Entscheidungsspiel hätte zu einer Verlängerung geführt, wäre auch hier kein Sieger ermittelt worden, hätte das Los den Sieger bestimmt.

Nach der Vorrunde verlief das Turnier mit seinen Regeln absolut fair weiter. Ab dem Viertelfinale fand das Turnier im K.-o.-System statt, bei dem sich natürlich der Sieger für die nächste Runde qualifizierte und der Verlierer nach Hause fahren konnte.

Bei einem Unentschieden kam es zunächst zu einer Verlängerung, erbrachte dies auch keine Entscheidung, sollte der Sieger durch das Los ermittelt werden. Das Endspiel wäre bei einem Unentschieden sogar neu angesetzt worden, und bei einem weiteren Remis hätte im zweiten Finale das Los die Fußball-Weltmeisterschaft 1954 entschieden.

Vorrunde für Deutschland

Gruppe 2

Platzierung	Land	Spiele	SUN	Tor	Punkte
1.	Ungarn	2	200	17:3	4:0
2.	Deutschland	2	101	7:9	2:2
3.	Türkei	2	101	8:4	2:2
4.	Südkorea	2	0 0 2	0:16	0:4

In der Gruppe 2 spielten zunächst Ungarn gegen Südkorea. Hier war Ungarn der haushohe Favorit, sie waren ebenfalls für die gesamte Fußball-Weltmeisterschaft favorisiert. Die Ungarn begeisterten schon seit Jahren die ganze Welt mit ihrem hervorragenden Offensivspiel. Gegen den WM-Neuling Südkorea siegten sie schließlich auch deutlich mit 9:0.

Danach trat Deutschland gegen die gesetzten Türken an. Die Deutschen waren in einer ausgezeichneten Verfassung, woran das vierzehntägige Trainingslager kurz zuvor in Grünwald bei München nicht ganz unschuldig war.

Allerdings war Sepp Herberger zunächst schnell „bedient“. Deutschland geriet bereits nach drei Minuten in Rückstand.

Doch der Spielmacher Fritz Walter war sehr gelassen, und dirigierte das Spiel mit größter Ruhe und Sorgfalt. Nach etwa 15 Minuten konnte Schäfer zum 1:1 ausgleichen.

Doch trotz einer eindeutigen Überlegenheit der Deutschen blieb die Spannung bis zur 50. Minute, hier erzielte Klodt endlich das 2:1. Danach konnte Deutschland schließlich schnell und leicht durch Ottmar Walter und Max Morlock auf das Endergebnis von 4:1 erhöhen. Auch nach diesem klaren Sieg glaubte kaum jemand auf der Welt an einen Weltmeister-Titel für die Deutschen. Diese Einschätzung war auch objektiv gesehen vollkommen richtig, denn zwei Dinge, die später eintraten konnte niemand vorausahnen, dazu aber später und ausführlich mehr.

Und jetzt wurde der Strategie und Sepp Herberger offensichtlich. Nach dem eindeutigen Sieg gegen die gesetzten Türken, schien ein Weiterkommen in greifbare Nähe gerückt. Gegen Ungarn bot er nun nur ein Reserveteam auf, um viele Stammspieler zu schonen. Sepp Herberger wusste zwei Dinge vor dem zweiten Gruppenspiel:

1. Wir können in der Vorrunde gegen Ungarn nicht gewinnen, weil kein Regen in Sicht(!) ist, dazu später mehr.
2. Nach der absehbaren Niederlage erfolgt ein Entscheidungsspiel gegen die Türkei. Darum macht es einen großen Vorteil aus, wenn wir die Regenerationsphase einiger Spieler verlängern (wir dürfen hier nicht vergessen, dass damals die Regenerationsmaßnahmen noch lange nicht die Qualität der heutigen hatten; denken wir hier allein an die optimierte Ernährung, Eistonne, aktive Erholung usw.).

Wie erwartet verloren die Deutschen das Spiel. Die Ungarn zeigten ihr großes Können, und gewannen mit 8:3. Gleichzeitig besiegten die Türken Südkorea mit 7:0.

Alles trat ein, wie Sepp Herberger es vorherberechnet hatte, die Deutschen mussten ein zweites Mal gegen die Türkei antreten. Deutschland gewann das Spiel mit 7:2, und war für das Viertelfinale qualifiziert. Der hervorragende Max Morlock erzielte hier drei Treffer.

Viertelfinalspiele

Berichten wir zuerst über das Viertelfinalspiel zwischen dem Gastgeber Schweiz und Österreich, das in Lausanne ausgetragen wurde. Nach unserem Erkenntnisstand ist dieses Duell bis heute noch das torreichste Spiel der WM-

Geschichte, welches als „Hitzeschlacht von Lausanne“ berühmt wurde. Nach nur 23 Minuten führten die Schweizer bereits 3:0. Doch dann begann das erste kleine „Wunder“ dieser WM. Vor Ende der ersten Halbzeit führte Österreich plötzlich mit 5:3, die Schweiz konnte aber kurz vor der Halbzeit noch auf 5:4 verkürzen. In der zweiten Hälfte geht das Drama weiter, es folgen das 6:4, 6:5 und das 7:5. Überraschend hatte Österreich die Schweiz aus dem Turnier geworfen.

Im zweiten Viertelfinale trafen der Titelverteidiger Uruguay und England aufeinander, zwei Mannschaften, die als Favoriten gehandelt wurden. Bereits nach knapp fünf Minuten konnten die Südamerikaner durch Carlos Borges goalen, er nutzte die Verwirrtheit der englischen Hintermannschaft aus, und staubte zum 1:0 ab. In der 16. Minute gelang dem englischen Mittelstürmer Nat Lofthouse allerdings der Ausgleich. Uruguay ließ sich dadurch aber nicht beirren, erzielte ein weiteres Tor in der 39. Minute, und erhöhte kurz nach der Halbzeitpause sogar auf 3:1. Die Engländer kämpften jetzt wie die „Löwen“, waren aber spielerisch absolut enttäuschend. Letztendlich siegte Uruguay, der amtierende Weltmeister, verdient mit 4:2.

Im dritten Viertelfinale traf Deutschland auf die favorisierten Jugoslawen. Aber hier beginnt die Geschichte „Das Wunder von Bern“ mit dem ersten kleinen Wunder der Deutschen Fußball-Nationalmannschaft. Nach nur neun Minuten ging sie durch ein unglückliches Eigentor von Horvath in Führung.

Jetzt begann die große Abwehrschlacht der Deutschen, die Jugoslawen griffen unaufhörlich an. Aber der deutsche Torwart Toni Turek hatte den „Arbeitstag“ seines Lebens, er hielt einfach alles, und auch das Glück war auf seiner Seite.

In der 85. Minute konnte Helmut Rahn sogar einen Konter der deutschen Mannschaft verwerten, und auf 2:0 erhöhen. Deutschland stand überraschend im Halbfinale.

Doch kommen wir zum letzten Viertelfinale, welches mit größter Härte und teilweise Unfairness geführt wurde. Die Ungarn siegten unschön mit 4:2, die Brasilianer verloren Nilton Santos und Humberto mittels Roter Karte, die Ungarn Bozsik durch dieselbige. Nach dem Spiel, das als „Schlacht von Bern“ einging, prügeln sich die Spieler in den Kabinengängen weiter.

Halbfinale

30 Juni 1954, 18.00 Uhr in Basel:

BR Deutschland – Österreich

30. Juni 1954, 18.00 Uhr in Basel:

Ungarn – Uruguay

Im Halbfinale Deutschland gegen Österreich waren die Deutschen wiederum nicht der Favorit. Nach einem schwachen Beginn erzielte Schäfer das 1:0 für Deutschland. Erst in der zweiten Hälfte ging es dann so richtig weiter. Kurzzeitig dominierte Österreich das Spiel, doch Turek glänzte wieder mit tollen Paraden, und völlig unerwartet gelang Max Morlock nach einer Ecke von Fritz Walter das 2:0.

Einige Minuten später verkürzte Österreich auf 1:2, aber jetzt kam die Stunde der deutschen Mannschaft. Fritz Walter schoss mit einem Elfmeter das 3:1, Österreich geschockt, spielte wie gelähmt weiter. Das Spiel endete 6:1 für Deutschland, Fritz Walter traf noch einmal, und Ottmar Walter erzielte noch zwei Treffer.

Überraschend hatte die deutsche Nationalmannschaft das Finale erreicht.

Spiel um Platz 3

3. Juli 1954, 17.00 Uhr in Zürich

Im Zürcher Hardturmstadion wurde am 3. Juli das Spiel um Platz drei ausgetragen, das Endspiel fand einen Tag später statt. Der jetzt entthronte Weltmeister Uruguay und die Mannschaft aus Österreich spielten nun gegeneinander.

Die erschienen Zuschauer waren von dem Spiel wenig begeistert. Die Österreicher schienen fitter und motivierter als ihre südamerikanischen Gegner. Erstens waren sie wohl noch etwas geschwächt aus der Partie mit Verlängerung gegen Ungarn, zweitens spielten sie diesmal nicht um den Titel, sondern nur um Platz drei. An dieser Stelle sollte noch niemand ahnen, dass die „große Zeit“ für Uruguay für immer vorbei sein sollte, zumindest allerdings bis zur Fußball-Weltmeisterschaft 2022 (bei der Fertigstellung dieses Buches war diese WM noch nicht ausgetragen).

In der 16. Minute ging Österreich schließlich durch Ernst Stojaspal mit einem Foulelfmeter in Führung. Zwei Minuten später konnte Uruguay durch Juan Hohberg ausgleichen. In der zweiten Hälfte erhöhte Österreich aber auf 3:1, und sicherte sich den dritten Platz.

Finalspiel

Deutschland – Ungarn

4. Juli 1954 um 17.00 Uhr in Bern (Wankdorfstadion)

Schiedsrichter: William Ling aus England

Startaufstellung Deutschland:

Toni Turek

Werner Kohlmeyer

Horst Eckel

Josef Posipal

Karl Mai

Werner Liebrich

Helmut Rahn

Max Morlock

Fritz Walter

Hans Schäfer Trainer: Sepp Herberger

Startaufstellung Ungarn

Gyula Grosics

Jeno Buzanszky

Gyula Lorant

Mihaly Lantos

Jozsef Bozsik

Jozsef Zakarias

Sandor Kocsis

Nandor Hidegkuti

Ferenc Puskas

Zoltan Czibor

Mihaly Toth

Trainer: Gusztav Sebes

Das Endspiel

In diesem Endspiel um die Fußball-Weltmeisterschaft, welches später als „Wunder von Bern“ genannt wurde, war Ungarn der absolute Favorit, und Deutschland somit krasser Außenseiter. Doch die Deutschen bekamen unerwartet zwei „Joker“ zugespielt, Ferenc Puskas trat mit einer Knöchelverletzung an, und es regnete (dazu, wie schon erwähnt, später mehr).

Trotz seiner Verletzung schoss Ferenc Puskas Ungarn schon nach sechs Minuten in Führung. Er konnte einen abgeprallten Schuss von Kocsis verwerten. Nur zwei Minuten später erhöhte Czibor auf 2:0, das Spiel schien schon früh gelaufen.

Doch in der 11. Minute verkürzte Max Morlock auf 2:1. Im weiteren Verlauf starteten die deutschen Spieler eine Angriffswelle nach der anderen, und Helmut Rahn konnte nach einem Eckball von Fritz Walter den Ausgleich erzielen. Bei diesem Tor half der ungarische Torhüter Grosics durch einen „Riesenpatzer“ mit.

Nun waren die Ungarn voller Wut, und übernahmen das Spielgeschehen wieder. Der Druck auf das deutsche Tor wurde in der zweiten Hälfte noch mehr verstärkt. Der Ungar Hidegkuti traf aber nur den Pfosten, Kocsis nur die Querlatte, Kohlmeyer rettete auf der Linie und der deutsche Torhüter hielt mit Perfektion den Rest.

Auch in den letzten Minuten blieben die Deutschen vom Glück „verfolgt“. Sechs Minuten vor Spielschluss nahm Flügelstürmer Helmut Rahn eine schlecht abgewehrte Flanke auf, zog vom Strafraumeck ab, und erzielte mit einem Flachschiess das 3:2 für Deutschland. Danach wurde Puskas auch noch ein zweiter Treffer wegen angeblicher Abseitsstellung(!) aberkannt, und Schiedsrichter William

Ling pfiff das Spiel schließlich ab. Deutschland war zum ersten Mal Fußball-Weltmeister. Zwei Jahre lang hatten die Ungarn kein Spiel mehr verloren, und nun geschah dies bei ihrem wichtigsten Match. Was war geschehen?

Exkurs: Warum haben die Ungarn dieses Endspiel verloren?

Wir geben den Leserinnen und Lesern dieses Buches jetzt die Antwort. Die Hauptursache für den deutschen Erfolg war der Regen während des Endspiels, und das ist kein schlechter Witz. Ohne den Regen hätte Deutschland keine Chance gegen Ungarn gehabt.

Die von Adolf „Adi“ Dassler entwickelten Fußballschuhe mit Schraubstollen verschafften den deutschen Spielern den entscheidenden Vorteil.

Während die durch den Dauerregen aufgeweichten Schuhe der ungarischen Spieler ihr Gewicht auf 1500 Gramm verdoppelten, wogen die Schuhe der deutschen zu diesem Zeitpunkt lediglich 700 Gramm. Die neuen Schuhe von Adidas nahmen kein oder nur wenig Wasser auf, außerdem boten die neuen Schraubstollen einen viel besseren Halt auf dem aufgeweichten Untergrund. Nach unserer Überzeugung waren diese beiden Faktoren der Hauptgrund für den Sieg der deutschen Nationalmannschaft.

So, jetzt können schlaue „Füchse“ sagen, „was sind denn 800 Gramm für ein großer Unterschied bei einem Körpergewicht der einzelnen Spieler zwischen 65 und 85 Kilogramm“.

Die positiven Auswirkungen von Wettkampfschuhen werden noch heute von vielen Sportlern unterschätzt. Gehen wir hier einmal zum Langstreckenlauf der Leichtathletik. Die Läuferinnen und Läufer tragen im vorderen Feld ausschließlich leichte Laufschuhe, im hinteren sehen wir oft eine schwere Fußbekleidung. Man könnte nun zu folgender Schlussfolgerung kommen, dass die guten

Platzierungen über das Gewicht der verwendeten Schuhe erzielt werden.

Das ist natürlich nicht so, weil die schwereren Läuferinnen und Läufer auch meistens die schweren Trainingsschuhe im Wettkampf tragen.

Fragt man die betreffenden Personen, warum sie die schweren Schuhe tragen, bekommt man meistens folgende Antwort: "Ich brauche die Dämpfung für meine Gelenke, sonst halte ich den Wettkampf nicht durch". Aber diese Argumentation stimmt nicht, denn je stärker die Dämpfung eines Schuhs, desto mehr Energie geht verloren.

Jahrzehntelang entwickelte die Industrie irgendwelche Dämpfungssysteme in den Schuhen wie Schaum, Luftpolster, Waben usw. Geholfen hat das aber überhaupt nichts, die Verletzungshäufigkeit blieb gleich, die Laufzeiten wurden aber schlechter. Die Läuferinnen und Läufer konnten sich allerdings einfach beim Auftritt in den Schuh fallen lassen, mussten sich dann aber mit umso größerer Kraft wieder abdrücken, was für ein Paradoxon.

Nun haben Wissenschaftler alle biomechanischen bzw. physikalischen Gesetze entdeckt, und bei den Laufschuhen werden sie wieder vergessen, traurig aber wahr.

Es wurde einfach nicht bedacht, dass die Muskulatur über eine Speicherfähigkeit der Auftrittskraft verfügt, und diese beim Abdruck wieder abgibt (kennt jeder aus dem kleinen Gummiball, auch Flummi genannt, aus der Kindheit, den man auf den Fliesen fallen lässt, und dann immer wieder springt mit relativ geringem Höhenverlust).

Doch kommen wir zurück zum Schuhgewicht. Das Gewicht am Fuß hat mindestens die 10-fach negative Wirkung wie die gleiche Masse am Rücken eines Sportlers fixiert. Warum das so ist, erscheint relativ schnell logisch, da der Fuß am Ende des „Hebels“ liegt. Der Rumpf, einschließlich Becken, wird nur in der Beschleunigungsphase beschleunigt, und dann auf gleicher Geschwindigkeit gehalten. Die Beine, aber vor allem die Füße, müssen nun bei jedem Schritt wieder