

Erschienen in „Chamland aktuell“ Nr.35, Jahrgang 6, 30.August 1995, dem Wochenblatt der Chamer Zeitung/Kötztinger Zeitung (aktualisiert):

Ringens macht geistig und körperlich fit

Prof.Dr.Reinhold Kiehl über Wurzeln und Nutzen des Ringersports

Eine ungeheure Spannung ruht über der Menge. Etwas bisher nie Gesehenes ist im Begriffe sich zu vollziehen. Die 18.Olympiade soll zum ersten Male den Sieger in einer Kampfsportart ermitteln, die man bisher bei den Spielen noch nicht kannte, im Ringen. Eurabatos, der Spartaner, wird Sieger und erhält den Olympiakranz aus dem heiligen Haine.. Von nun an wurde das Ringen auf den Olympischen Spielen als letzte Übung des Fünfkampfes ausgetragen.

Die Geschichte des Ringkampfes läßt sich bis in die Tage der alten Ägypter verfolgen. Auf den Tempelwänden zu Beni-Hasan ist in langen Bildern, wie auf Filmstreifen, der Ringkampf dargestellt. Es sind Bildreihen, die eine vollständige Schematik der Ringkunst wiedergeben.

Von den Ägyptern ist die Erkenntnis des Ringens als eine Kunst wahrscheinlich zu den Griechen gekommen; denn an sich wurde es überall und bei jedem Volke als eine selbständige Übung entwickelt. Theseus gilt als der Schöpfer der Ringkunst und die Thebaner als die tüchtigsten und erfolgreichsten Ringer. Von der 37. Olympiade an ist der Ringkampf auch für Knaben zugelassen.

Anfänge liegen 1539

Die Anfänge des Ringens bei den Deutschen finden wir in der Ringkunst des Fabian von Auerswald aus dem Jahre 1539, sowie in Albrecht Dürers Fechtbild aus dem Jahre 1512 mit Zeichnungen. Als rein sportliche Übung wird es zunächst nur an Fürsten- und Ritterhöfen gefunden. In Südfrankreich lassen sich bis in die Zeiten der Römer Spuren eines Berufsringertums verfolgen. Marseille und Bordeaux besaßen besondere Schulen für die Technik des Ringkampfes und in beiden Städten galt die Verbindung des Familiennamens mit dem Worte "Ringer" als besonders ehrenvoll. England weiß von Ringkämpfen seiner gekrönten Häupter zu berichten.

Guts Muths bezeichnet Ringen als eine Leibesübung, die alle Muskeln und Glieder wie keine andere so allgemein in Anstrengung bringt". Auch Bieth maß dem Ringen eine hohe Bedeutung zu. "Nichts kann mehr die Kraft aller Muskeln erhöhen, als der Kampf des bloßen Menschen gegen den bloßen Menschen. Nichts ist eigentlich gymnastischer als das Ringen."

Fairer Kampfsport

Aus der heutigen Sicht, das heißt Ende des 20. Jahrhunderts mit all unseren bequemen Errungenschaften, können wir diese Aussagen nur bestätigen. Ringen ist ein fairer Kampfsport, der den ganzen Körper mit Geist trainiert und damit fit und jung erhält. Das Immunsystem wird gestärkt und die heutige Volkskrankheit Nr. 1, die allergische Erkrankung wird verhindert oder bekämpft, denn ein richtiges Ringertraining treibt die Giftstoffe aus dem Körper.

In den Ringerhochburgen, wie Ludwigshafen - Schifferstadt, Witten, Goldbach usw., ist dies sehr früh erkannt worden. Praktisch jeder Schüler ab dem 5.oder 6. Lebensjahr besucht dort die jeweiligen Vereine. Unter denjenigen, die z.B. in Ludwigshafen diesen Sport betreiben, ist trotz der Nähe des Chemiegiganten BASF keine allergische Erkrankung festzustellen. Der Ludwigshafener Dr. Helmut Kohl, zur Zeit Bundeskanzler (1995), hat daher diese Sportart schon frühzeitig unterstützt.

Geringe Verletzungsgefahr

Die Verletzungsgefahr beim Ringen ist wesentlich geringer als bei vielen anderen Hauptsportarten - wie Fuß- oder Handball-, zumal der Ringkampf "strengen Regeln unterliegt, die seine Ausübung umschreiben oder festlegen. Ringen ist eine Sportart mit vielen technischen Feinheiten, Griffen und Würfen; daher kann sich auch ein körperlich Schwächerer durchaus behaupten.

Wer sich im Kreise guter Kameradschaft körperlich in sportlichem Rahmen betätigen will, ist bei den entsprechenden Vereinen im Landkreis Cham jederzeit an der richtigen Adresse. Das allgemeine Training des ASV Cham findet beispielsweise zur Zeit in der Turnhalle der Fördervolksschule Cham, Untere Regenstraße, dienstags und donnerstags für Schüler zwischen 18 und 19.30 Uhr, für Jugendliche und Männer zwischen 19.30 und 21.30 Uhr statt. Auch in Willmering bietet der RG Trainingsstunden an.

Prof.Dr.Dr.,Dipl.Ing.(FH) Reinhold Kiehl
RKI-Institute, Dr.Kiehl Labor und Forschung
Laboratory and research for molekular medicine/biology
Saliterweg 1
D-93437 Furth im Wald, Landkreis Cham/Opf., Germany
Fon.+49(0)9973801056, fax.+49(0)9973801057
m.+49(0)1752251986
www.rki-i.com, www.dr-kiehl.net, www.regioport.com