

# Tausende Menschen sahen nur noch Rot

Fit für den Ernstfall: Knapp 4000 Feuerwehrmänner beim ersten Duathlon

Von Christoph König

**Bruchsal.** Feuerwehrfahrzeuge füllten am Samstag rund um Bruchsal und ließen manchen Passanten Schlimmes vermuten. Doch nicht etwa ein Großbrand war der Grund für diesen Masseneinsatz, sondern der Kampf gegen überschüssige Pfunde beim ersten baden-württembergischen Feuerwehr-Duathlon.

Knapp 4000 Feuerwehrleute aus ganz Baden-Württemberg stellten im Fünf-Kilometer-Lauf und beim Radfahren auf einer Strecke von 20 Kilometern ihre Fitness unter Beweis. Als Sieger ging das Team der Feuerwehr Wimsheim (Enzkreis) hervor.

Der Feuerwehr-Duathlon war der vorläufige Höhepunkt der Initiative „Fit For Fire

und die gesundheitsbewusste Ernährung deutlicher ins Bewusstsein der Feuerwehrangehörigen gebracht werden. Seit mehr als einem Jahr läuft „Fit For Fire Fighting“. In einem Internetforum haben sich die Teilnehmer über Trainingspläne und Ernährung ausgetauscht. Im September hat zum Beispiel Sven B. Riffel von der Freiwilligen Feuerwehr Bruchsal mit dem Training begonnen.

Seitdem hat er nach eigenen Angaben 30 Kilogramm abgespeckt. „Viele Feuerwehrleute können sich für die Initiative begeistern“, sagte er. „Es gibt aber nach wie vor einige, die ihre Bequemlichkeit nicht überwinden können.“ Von den 4800 gemeldeten Floriansjüngern waren am Ende nur 3880 am Start.

An der Strecke feuerten Familienangehörige die Duathleten mit Sprechchören an. Älte-



Feuerwehrangehörige beim Start zum 1. Baden-Württembergischen Feuerwehr-Duathlon: Neben einem Fünf-Kilometer-Lauf war auch eine 20 Kilometer lange Strecke auf dem Fahrrad zu bewältigen. Foto: dpa

Fighting“, auf Deutsch: Fit im Kampf gegen das Feuer. Damit wollten die Landesfeuerweherschule, das Innenministerium, der Landesfeuerwehrverband und die Unfallkasse Baden-Württemberg die Fitness der Einsatzkräfte verbessern.

Anlass für die Initiative war eine Studie zur „körperlichen Belastung von Atemschutzgeräteträgern“ aus dem Jahr 2002. Danach gefährden untrainierte Feuerwehrleute im Einsatz ihre Gesundheit. Die Landesfeuerweherschule vermutet, dass die Hälfte der 120 000 Aktiven zu wenig Sport treibt. „Es kam auch schon vor, dass Feuerwehrangehörige schon beim Umziehen vor dem Einsatz Herzprobleme hatten“, berichtet Andreas Meyer, Leiter der Stabsstelle Schulleitungsbüro der Landesfeuerweherschule in Bruchsal.

Mit der Aktion solle der Ausdauersport

re Menschen liefen neben jungen, Männer neben Frauen, trainierte Sportler neben Anfängern. Zwei jüngere Läufer überholten mit großen und regelmäßigen Schritten einen fülligen Mittfünfziger, der langsam in Richtung Ziel stapfte. Aber am Ende erreichten alle das Ziel – und das allein zählte. Dort nutzten viele Sportler die Gelegenheit zu einem Gruppenbild mit den verschwitzten Kollegen.

Nicht die beste Zeit entschied über den Sieg. Am Ende gewann die Feuerwehr, die im Verhältnis zu ihrer Mitgliederzahl die meisten Sportler ins Ziel brachte. „Es geht hier nicht um Spitzensport“, erklärte Feuerwehr-Schulungsleiter Meyer. „Wir haben bewusst auf eine Zeitmessung verzichtet, um möglichst viele Feuerwehrleute dazu anzuregen, etwas für ihre Gesundheit zu tun.“