

# 10 Geschlechterkonstruktion in der Trendsportart (Military)Hindernislauf. Eine Social Media/ Webseiten Analyse

*Julia Perlinger und Ole Todzi*

## Abstract

Der folgende Beitrag thematisiert diverse Geschlechterkonstruktionen und -darstellungen in der Trendsportart (Military-)Hindernislauf im deutschsprachigen Raum. (Extrem-)Hindernisläufe stellen eine Wettkampfform dar, die mit körperlichen Herausforderungen sowie Vergemeinschaftung einhergehen. Wettkämpfe spiegeln insbesondere die Konstruktion von (hegemonialer) Männlichkeit und werden von Bourdieu (1997) als ernste Spiele skizziert. Fraglich an dieser Stelle ist jedoch, welche Positionen und welchen Raum Personen unterschiedlicher Geschlechtsidentitäten bei Wettkampfformen wie dem Hindernislauf zugewiesen bekommen bzw. einnehmen. Entlang der Fragestellung „In welcher Form sprechen (Extrem-) Hindernisläufe im deutschsprachigen Raum verschiedene Geschlechter an und welche Darstellungen von Geschlechterkonstruktionen sind in deren sozialen Netzwerken zu finden?“ wird diesem Forschungsinteresse nachgegangen. Forschungsgegenstand stellen Webseiten bzw. Social Media Accounts fünf ausgewählter (Extrem-) Hindernisläufe dar, welche in Anlehnung an die Grounded Theory Method (Glaser, 2011; Glaser & Strauss, 1998; Heiser, 2024) analysiert und ausgewertet werden. Aus der Analyse resultierend ergeben sich folgende vier Themenschwerpunkte bzw. Kernkategorien, welche im Beitrag ausführlich skizziert werden: 1. Spaß vs. Leistung, 2. Militarisierung, 3. Weibliche Repräsentation und 4. Ernste Spiele.

**Keywords:** Military Sport, Extremhindernislauf, Geschlechterkonstruktion, (hegemoniale) Männlichkeit, qualitative Sozialforschung

### 10.1 Einleitung

In den letzten Jahren sind Extremhindernisläufe, wie beispielsweise der *Strong Viking Run* zunehmend als sportliche Angebote bzw. Sportevents

zu verzeichnen (Strong Viking, 2025). Beworben werden die Sportevents mit Begriffen wie Gemeinschaftsgefühl/Teambuilding, Spaß sowie der körperlichen Herausforderung. Das Ziel eines (Extrem-)Hindernislaufes ist es somit:

„sowohl körperlich als auch geistig das Beste aus sich selbst herauszuholen, um persönliche Grenzen zu überwinden und im Alltag stärker zu werden“ (Strong Viking, 2025).

Angesprochen werden diverse Zielgruppen, von Familien- (Strong Viking, 2025) bis hin zu exklusiven ‚Frauenruns‘. Auffällig ist jedoch, dass die Läufe übergreifend mit sehr männlichen bzw. militanten Begriffen betitelt sind. Worte wie ‚tough‘, ‚strong‘ oder auch ‚obstacle‘ scheinen auf den ersten Blick ihren Ursprung in einem hegemonialen Männlichkeitsbild zu haben.

#### 10.1.1 Problem- und Fragestellung

Der (Extrem-) Hindernislauf als sportliche Veranstaltung gilt als Möglichkeit, zivilen Personen einen Zugang zum militärischen Sport zu eröffnen. Der erste zivile Lauf wurde 1987 als *Tough Guy Race* (Schlett, 2023) veranstaltet. Seitdem nimmt die Anzahl von Veranstaltungen international, aber auch insbesondere im deutschsprachigen Raum stetig zu (Schlett, 2023; Xletix, 2025). Motivierend dafür scheinen spezifische körperliche Herausforderungen einer militärischen Disziplin sowie das Interesse eines Teamevents zu sein, um die Gemeinschaft durch das Erlebnis und Spaß zu stärken (Strong Viking, 2025). Auffällig ist hierbei jedoch das dominierende Narrativ eines hegemonialen Männlichkeitsbildes. Dies zeigt sich insbesondere auf den Social Media Accounts der einzelnen Läufe, die unter anderem als Werbeplattformen der Läufe dienen und dadurch verbreitet werden. (Obstacle Run, 2025; Strong Viking, 2025; Tough Mudder, 2025; Xletix, 2025). Es geht vorrangig bei den Läufen darum, als ‚tougher guy‘ ein Rennen zu bestreiten. Doch welche Positionen bzw. welchen Raum bekommen Personen insbesondere binärer Geschlechtsidentitäten bei Wettkampfformen wie dem Hindernislauf zugewiesen bzw. welche nehmen sie ein? Der folgende Beitrag setzt sich daher mit der Frage „In welcher Form sprechen (Extrem-) Hindernisläufe im deutschsprachigen Raum verschiedene Geschlechter an und welche Darstellungen von Geschlechterkonstruktionen sind in deren sozialen Netzwerken zu finden?“ auseinander. Zunächst

wird jedoch die Frage geklärt, was ein (Exterm-) Hindernislauf ist und was dieser mit Military Sport zu tun hat.

### 10.1.2 Begriffliche Einordnung Military Sport (Hindernislauf)

Der (Extrem-)Hindernislauf hat seinen Ursprung im militärischen Fünfkampf, weshalb der Hindernislauf dem Military Sport zugeordnet wird. Der militärische Fünfkampf wurde 1946/47 durch die Interalliierte Reserveoffiziervereinigung *Confédération Interalliée des Officiers de Réserve* (CI-OR) in Frankreich gegründet (Häuser, 2025). Der militärische Fünfkampf wird in folgende Disziplinen unterteilt: 1. Schießen, 2. Werfen, 3. Hindernislaufbahn, 4. Hindernisschwimmen und 5. Geländelauf, wobei der Hindernislauf als ‚Königsdisziplin‘ dargestellt wird (Grunwald, 2025a). Dies liegt darin begründet, dass der schnelle Lauf durch diverse Hindernisse die jeweilige Schnellkraft, Geschicklichkeit sowie Kraftausdauer der Athlet\*innen fordert und somit als sehr anspruchsvoll gilt. Insbesondere dieser Aspekt scheint für den Trend der Sportart relevant zu sein, insbesondere die eigene persönliche Herausforderung auf psychischer sowie physischer Ebene (Grunwald, 2025a, 2025b).

## 10.2 Männlichkeit zwischen Hegemonie und Transformation

Ein zentraler Aspekt, der die soziale Struktur und Machtverhältnisse einer Gesellschaft prägt, ist die Konstruktion von Geschlechterrollen. Männlichkeit ist eine gesellschaftlich geformte Zuschreibung, die eine zentrale Rolle in der sozialen Hierarchisierung und Ordnung spielt (Bourdieu, 2009). Sie dient sowohl als Identifikationsmöglichkeit sowie als individuelle Option der geschlechtlichen Selbstpositionierung. Für die Analyse von Hindernisläufen und deren Bedeutung für die Konstruktion von Geschlechterrollen, erweisen sich insbesondere zwei theoretische Ansätze als aufschlussreich: Pierre Bourdieus Konzept der männlichen Herrschaft (Bourdieu, 1982, 2009) und Raewyn Connells Modell der hegemonialen Männlichkeit (Connell, 2014; Connell & Messerschmidt, 2005). Bourdieu skizziert, wie gesellschaftliche Hierarchien, insbesondere zwischen Männlichkeit und Weiblichkeit, durch das Konzept der symbolischen Gewalt im Körper verankert werden (Bourdieu, 1982). Symbolische Gewalt stellt eine Form der subtilen, oft unbewussten Machtausübung dar, die dazu dient, soziale Ungleichhei-

ten zu legitimieren und zu reproduzieren (Dölling, 2004). Sie operiert auf einer impliziten Ebene und wird sowohl von den Dominierenden als auch den Dominierten verinnerlicht. Bourdieu argumentiert, dass Geschlechterverhältnisse durch diese Form der Gewalt geprägt sind, wobei männliche Dominanz als natürlich und selbstverständlich dargestellt wird (Bourdieu, 2009). Bourdieu betont, dass die Teilnahme an gesellschaftlichen *Spielen*, ob im Bereich der Bildung, der Wirtschaft oder des Sports, dazu beiträgt, die skizzierte Geschlechterordnungen zu festigen. Diese dargestellten *Spiele* sind durch Regeln und Erwartungen strukturiert, die oft implizit sind und dazu dienen, bestimmte Formen von Kapital (ökonomisches, kulturelles, soziales, symbolisches) zu verteilen sowie zu legitimieren. Im Rahmen dieser *Spiele* entwickeln Individuen Strategien, um ihre Position zu verbessern oder zu verteidigen, wobei sie sich der herrschenden Normen und Werte anpassen oder diese herausfordern können (Bourdieu, 2021). Die *libido dominandi*, der Drang nach Dominanz und Anerkennung, spielt hierbei eine zentrale Rolle, insbesondere im Verhältnis zwischen Männern (Bourdieu, 2009). Es ist ein ständiges Streben nach sozialer Anerkennung und Respekt, das durch Wettbewerb und die Demonstration von Fähigkeiten sowie Eigenschaften, die in einer bestimmten sozialen Ordnung als wertvoll erachtet werden, erreicht werden sollen. Bourdieu sieht den Körper als einen zentralen Ort, an dem sich diese sozialen Kräfte manifestieren und durch den Habitus ausgedrückt werden (Bourdieu, 2021). Während Bourdieu den Körper als Ort der Verkörperung sozialer Machtverhältnisse analysiert, erweitert Connell diese Perspektive um die konflikthafte Dynamik zwischen Männlichkeiten. Connell beschreibt Männlichkeit als dynamisches, relationales Konstrukt und betont, dass in jeder Gesellschaft eine hegemoniale Form existiert, die als Ideal gilt und andere Männlichkeiten hierarchisch unterordnet (Connell, 2015). Diese kulturell idealisierte Form wird zu einem bestimmten Zeitpunkt als erstrebenswert angesehen (Connell, 2014). Diese Form von Männlichkeit ist nicht unmittelbar die am häufigsten gelebte, allerdings bildet sie das gesellschaftlich normativ anerkannte Männlichkeitskonstrukt, an dem andere Männlichkeiten gemessen, verglichen und kategorisiert werden. Sie wird oft durch Institutionen wie Medien, Bildung und Politik verstärkt. *Hegemoniale Männlichkeit* (Connell & Messerschmidt, 2005) sichert die Vorherrschaft von Männern insgesamt und legitimiert patriarchale Strukturen. Sie zeichnet sich oft durch Eigenschaften wie Stärke, Unabhängigkeit, Rationalität und Erfolg aus (Connell, 2014). Es ist wichtig zu betonen, dass hegemoniale Männlichkeit nicht mit Macht im Sinne von direkter Kontrolle gleichzusetzen ist, sondern viel-

mehr mit kultureller Autorität und sozialem Einfluss (Connell, 1998). Hegemoniale Männlichkeit wird durch verschiedene Mechanismen aufrechterhalten, darunter kulturelle Narrative, soziale Praktiken und institutionelle Strukturen. Connell unterscheidet vier Formen von Männlichkeit, die in dynamischen Machtverhältnissen zueinanderstehen. Die hegemoniale Männlichkeit stellt die kulturell idealisierte Form dar, die als Norm gilt und andere Männlichkeiten hierarchisch unterordnet. Sie wird selten vollständig verkörpert, bleibt jedoch ein dominantes Leitbild. Die komplizenhafte Männlichkeit beschreibt Männer, die von der sogenannten patriarchalen Dividende profitieren, also den Vorteilen der Geschlechterhierarchie, ohne selbst die hegemonialen Normen vollständig zu erfüllen. Sie tragen durch ihre passive Unterstützung zur Stabilisierung des Systems bei. Marginalisierte Männlichkeiten entstehen durch die Verschränkung von Geschlecht mit anderen Machtachsen wie Ethnie, Klasse oder Behinderung. Männer in dieser Kategorie sind von der hegemonialen Männlichkeit ausgeschlossen, können jedoch einige ihrer Elemente übernehmen. Untergeordnete Männlichkeiten umfassen beispielsweise homosexuelle Männer, die aufgrund ihrer Nähe zu als feminin geltenden Eigenschaften diskriminiert werden und am unteren Ende der Geschlechterhierarchie stehen. Diese Kategorien sind jedoch nicht starr, sondern verändern sich je nach Kontext und Zeit (Connell, 2015). Aktuellere Ansätze zeigen jedoch auch transformativ Potentiale auf. Konzepte wie *inklusive Männlichkeit* (Anderson, 2012) und *Care Masculinities* (Elliott, 2016) bieten Möglichkeiten, traditionelle Geschlechterordnungen zu dekonstruieren. Die Betonung von Teamarbeit, gegenseitiger Unterstützung und persönlicher Überwindung anstelle reiner Siegesorientierung, eröffnet Räume für weniger hierarchische Geschlechterformen. Diese neuen Formen von Männlichkeit stellen die traditionellen Vorstellungen von Stärke, Unabhängigkeit und Wettbewerb in Frage und betonen stattdessen Werte wie Empathie, Fürsorge und Zusammenarbeit (Pfister, 2008).

Diese theoretischen Überlegungen ermöglichen eine differenzierte Analyse von Hindernisläufen als Rituale geschlechtlicher Subjektivierung. Dabei müssen Körperpraxen, Symbolsysteme und institutionelle Strukturen berücksichtigt werden, ohne die historische Bedingtheit und situative Aushandlung von Geschlechterkonstruktionen aus dem Blick zu verlieren. Die Untersuchung von Hindernisläufen kann somit wertvolle Einblicke in die Dynamik von Geschlechterkonstruktionen in der gegenwärtigen Gesellschaft liefern, insbesondere im Hinblick auf die Darstellung und Ansprache

verschiedener Geschlechter in den sozialen Medien sowie Webseiten der Veranstalter, bildet jedoch ein bislang kaum erforschtes Forschungsfeld.

### 10.3 Methodisches Vorgehen

Um dem Forschungsinteresse nachzugehen, wird untersucht, wie (Extrem-)Hindernisläufe im deutschsprachigen Raum verschiedene Geschlechter ansprechen und welche Darstellungen von Geschlechterkonstruktionen in deren sozialen Netzwerken sichtbar sind. Dazu wurde anhand fünf verschiedenen Extremhindernisläufen eine Webseiten- bzw. Social Media Analyse durchgeführt. Bei der Webseiten- bzw. Social Media Analyse handelt es sich um einen Teilbereich der Dokumentenanalyse (Schmidt, 2017; Welker & Kloß, 2014). Insbesondere Social Media Analysen haben den Vorteil, dass durch die passive Datenerhebung, eine gewisse Form der Objektivität innerhalb der qualitativen Analyse gewährleistet werden kann. Webseiten und Social Media Analysen bieten vorrangig Aufschluss über soziale und gesellschaftliche Normen (Marwick, 2013). Durch den zunehmenden Gebrauch von Social Media sowie Webseiten bildet dieses Forschungsfeld einen elementaren Zugang (Welker & Kloß, 2014) der aktuellen Forschung. Da insbesondere die Ethnographie – in Form von (teilnehmenden) Beobachtungen eines virtuellen Forschungsfeldes innerhalb der Social Media Analyse an zunehmender Bedeutung gewinnt, um Erkenntnisse über soziale Zusammenhänge sowie ein gesellschaftliches Normverständnis zu erlangen (Marwick, 2013), wurde die folgende Analyse in Anlehnung an die Grounded Theory Method nach Glaser und Strauss (Glaser & Anselm L. Strauss, 1998) durchgeführt. Hierzu wurden die einzelnen Webseiten bzw. Social Media Accounts als Dokumente in verschiedenen Schritten durchcodiert. Nach der offenen Codierung des Materials entstanden im Zuge des axialen Codierens folgende Kernkategorien bzw. Themenschwerpunkte: Militarisierung, Spaß vs. Leistung, Weiblichkeit sowie Ernste Spiele.

### 10.4 Ergebnisse

Bei erster Betrachtung des Materials und den ersten offenen Codierungsphasen, fiel zunächst in den Blick, dass vorrangig die drei Hindernisläufe *Obstacle Run* (2025), *Xletix* (2025) sowie *Muddy Angle Run* (2025) neben

Männern auch aktiv FLINTA\* Personen ansprechen. Insbesondere der Xletix (2025) Lauf setzt sich auf der eigenen Webseite intensiv mit dem Thema geschlechtliche Vielfalt durch diverse Blogbeiträge auseinander. Eine weitere Besonderheit bildet der *Muddy Angle Run*, welcher explizit Frauen\* anspricht und somit als ein ‚Save Space‘ für Frauen verstanden werden kann. Trotzdem bleibt auf einer Metaebene festzuhalten, dass die Läufe sich überwiegend an einem (hegemonialen) Männlichkeitsnarrativ bedienen. Dies zeigt sich durch diverse entsprechende Wordings, Fotografien, Grafiken, Kleidungswahl der dargestellte Teilnehmenden, Merch sowie Werbepartner\*innen. Während des axialen Codierens kristallisierten sich folgende vier Themenschwerpunkte - die als Kernkategorien verstanden werden – heraus, die nun auf einer Mikroebene detailliert skizziert werden.

#### 10.4.1 Spaß vs. Leistung

Spaß vs. Leistung nimmt das übergreifende Narrativ des gemeinschaftlichen Vergnügens in den Blick. Der Themenschwerpunkt ergibt sich aus der übergreifenden Darstellung eines Spaß- und Leistungsverständnisses. Alle fünf analysierten Runs (Muddy Angle, 2025; Strong Viking, 2025; Tough Mudder, 2025b; Xletix, 2025) heben auf ihren Webseiten bzw. Social Media Accounts hervor, dass die Veranstaltungen den Faktor Spaß in den Mittelpunkt setzen. Dies erscheint jedoch bei näherer Betrachtung ambivalent, da Zitate, Hinweise bzw. Bilder auf einen gemeinschaftlichen Leistungsgedanken hindeuten. Nicht erbrachte Leistung muss somit durch eine andere Leistung ersetzt werden, wie beispielsweise ausfolgendem Zitat hervorgeht:

„Was passiert, wenn ich ein Hindernis nicht schaffe? Kein Problem! Du kannst das Hindernis einfach auslassen, aber als Ausgleich musst du 15 Burpees machen. Das Team zählt auf dich“ (Tough Mudder Run, 2024).

Die vermeintliche Vergemeinschaftung oder Kameradschaftlichkeit, wie sie beispielsweise (Durkheim, 2002) in seiner Forschung zum Thema Selbstmord unter anderem am Beispiel von Soldat\*innen betitelt und oftmals im Militär vermittelt wird, wird somit zum Zwecke eines Leistungsgedankens (Rabenstein & Strauß, 2018; Schäfer & Thompson, 2015) missbraucht. Leistung und Vergemeinschaftung geht insbesondere bei solchen Events ineinander über, wird jedoch dann zum Problem, wenn sie bei Nichtebringerung mit einer Bestrafung einher geht. Das vorliegende Zitat zeigt, dass die Bestrafung bei nicht erbrachter Leistung mit der Vergemeinschaftung

beschönigt wird. Dies widerspricht sich jedoch mit dem Werbefaktor Spaß, der auf allen Social Media Plattformen und Webseiten der Runs vermeintlich im Vordergrund steht. Demnach sollte es darum gehen gemeinsam Hindernisse zu bewältigen, niemanden zurückzulassen und nicht eine Person, die bspw. aufgrund ihres Geschlechts und damit unterschiedlicher Leistungsfähigkeit, zu bestrafen. Diesen Leistungsgedanken spiegelt insbesondere der *Obstacle Run* (2025), welcher eine Ergebnisliste entlang der Zeiten erstellt. Der Leistungsgedanke zieht sich, abgesehen vom *Muddy Angel*, durch die Darstellung der Hindernisläufe. Im Vordergrund des Leistungsgedankens scheinen insbesondere Stärke, Schnelligkeit und Kraft zu stehen, die anschlussfähig an hegemoniale Männlichkeitskonstruktionen bzw. -werte sind (Bourdieu, 2009; Connell & Messerschmidt, 2005).

Des Weiteren fällt bei der Hinderniseinteilung auf, dass Teilnehmer\*innen verschiedene Läufe und Kategorien auswählen können, welche an der körperlichen und athletischen Leistungsfähigkeit gemessen und empfohlen werden. Mit Blick auf das Forschungsinteresse bleibt festzuhalten, dass augenscheinlich die Hindernisläufe eine diverse Gruppe ansprechen und durch den Spaß für jedes Geschlecht und jede Körperform oder Sportniveau ausgelegt ist. Bei näherer Betrachtung wird allerdings deutlich, dass zwar das Geschlecht vermeintlich zunächst keine Rolle spielen mag, dennoch das Bild eines athletischen Körpers als Ideal bzw. Leistungsgarant (Bourdieu, 1982; Pfister, 2008) kreiert wird, um an diesen Läufen erfolgreich teilnehmen zu können. Der athletische Körper bzw. das äußere Erscheinungsbild spiegelt hierbei ein hegemoniales Männlichkeitsbild sowie eine nicht stereotype Weiblichkeitskonstruktion, die durchtrainierte und muskulöse Körper herausstechen.

#### 10.4.2 Militarisierung

Als zweite Kernkategorie bzw. Themenschwerpunkt kristallisiert sich Militarisierung heraus. Sie konstituiert sich bei oberflächlicher sowie näherer Betrachtung der Extremhindernisläufe, durch ein militärisches Narrativ sowie Erscheinungsbild auf verschiedenen Ebenen. Dies war jedoch bereits vor der Analyse zu erwarten, da der Sport seinen Ursprung im Military Sport (Grunwald, 2025b) hat. Das Wording sowie die Darstellung der Hindernisläufe und die daran teilnehmenden Personen orientieren sich prägnant an militanten bzw. *starken* Begriffen (*Obstacle Run*, 2025; *Strong Viking*, 2025; *Tough Mudder*, 2025; *Xletix*, 2025). Die einzelnen Begriff-

lichkeiten der Hindernisse unterschieden sich zwar in großen Teilen von den *traditionellen* (Häuser, 2025) Begriffen des militärischen Hindernislau-  
fes, verkörpern dennoch einen starken und militärischen Wortlaut, wie beispielsweise *barbwire battle II* anstatt *Kriechen*. So wird exemplarisch beim *Strong Viking Run* vermittelt *Sei ein Wikinger* (Strong Viking, 2025). Dies wird zusätzlich damit begründet, dass *Wikinger als einige der härtesten und besten Kämpfer in der frühen Geschichte* (Strong Viking, 2025) gelten. Ein\*e Kämpfer\*in zu sein, wird entsprechend an körperlicher sowie mentaler Leistung gemessen und vermittelt. Es wird ein hegemoniales Männlichkeitsbild (Connell & Messerschmidt, 2005) skizziert und dieses durch Begriffe wie Gemeinschaft und Kameradschaft (Bourdieu, 2009; Connell, 1998) romantisiert. Dies wird außerdem durch *Kriegsbemalungen* (Tough Mudder, 2025b) sowie Gruppenoutfits (Xletix, 2025), die überwiegend an das Militär erinnern (schwarz, olive, Wikingerhelme usw.) optisch unterstützt. Durch diese Darstellung von Geschlecht und der normativen Vorstellung von Stärke wird der Hindernislauf zu einem Geschlechterthema (Pfister, 2008), obwohl wie in Kernkategorie *Spaß vs. Leistung* der Spaß und nicht die Leistung bzw. eine normative Geschlechtskonzeption (Connell, 2014) im Zentrum des Sportes stehen sollte.

#### 10.4.3 Weibliche Repräsentation

Die Analyse der Darstellung von Weiblichkeit zeigt auf den ersten Blick keine stereotypen Muster, abgesehen vom *Muddy Angle* (2025). Stattdessen offenbart sich eine ambivalente Darstellung. Weiblich gelesene Personen werden einerseits muskulös und kämpferisch präsentiert, andererseits zeigt sich eine stete Differenz zur Männlichkeit, indem sie auch als Kämpfer\*innen – ähnlich der Lara-Croft-Manier – in sehr knapper Kleidung sexualisiert dargestellt werden. Dem vermeintlichen *Save Space* für Frauen\* in Form des *Muddy Angle Runs* wird offensichtlich eine andere Bedeutung beigemessen als den weiteren vier analysierten Hindernisläufen, da das Design der Webseite sowie Social Media Account prägnant auf weibliche Stereotype runtergebrochen wird. Das Erscheinungsbild des Runs dominiert durch pink bzw. rosa dargestellte Designs und Layouts sowie stereotypen Teamoutfits bzw. Merch bspw. in Form von kurzen, pinken Tüllröcken. Obwohl alle Runs damit werben, dass es vordergründig um gemeinschaftlichen Spaß sowie dem Bezwingen einer eigenen Challenge geht, scheint es zwischen den Sportevents klare Differenzierungen zu geben. Dies bestätigt

sich ebenfalls bei Betrachtung der Hindernisse. Während die Netzkletterwand des *Obstacle Run*, *Strong Viking Run*, *Tough Mudder Run* oder *Xletix* mit Leistung assoziierte, starke Begriffe aufzeigt (mad max, storm the castle, mudderhorn, sporty spider) erscheint die Darstellung des *Muddy Angle Run* ironisch, mit dem Fokus auf den Spaßfaktor durch die Bezeichnung „rutschiger Rumpf“. Entgegen den theoretischen Annahmen von Langer et al. (2018) werden weiblich gelesene Personen in den anderen analysierten Hindernisläufen auf den jeweiligen Webseiten sowie Social Media Accounts nicht ausschließlich als unterstützende und fürsorgliche Personen dargestellt. Neben dem stereotypen Erscheinungsbild des *Muddy Angle Runs*, findet sich in den anderen Runs eine alternative Form der Weiblichkeit. Diese besticht insbesondere durch ein ausgeprägtes Maß an Athletik und Stärke. Ähnlich wie die männlich gelesenen Personen, stellen sich die weiblich gelesenen Personen als eine Art ‚Kriegerinnen‘ dar, was beispielsweise durch Kriegsbemalung, dunkle Kleidung sowie Fotoposen, welche die Muskeln in den Vordergrund stellen, verdeutlicht werden soll. Die abgebildeten Frauen werden somit nicht als Antithese zur Männlichkeit inszeniert, sondern als aktive Teilnehmerinnen in traditionell männlich geprägten Räumen (Bourdieu, 1982). Diese Repräsentation kann als Ausdruck eines emanzipatorischen Fortschritts interpretiert werden, zudem verdeutlicht sie den Rollenwechsel von Frauen – von passiven Zuschauerinnen hin zu aktiven Teilnehmerinnen. Dennoch bleibt ihre Funktion als Abgrenzungs- und Bestätigungselement für Männlichkeit bestehen (Bourdieu, 1982; Connell & Messerschmidt, 2005). Darüber hinaus zeigen visuelle Darstellungen häufig Frauen in gleichgeschlechtlichen Teams, die einander unterstützen. Diese Bilder betonen optisch die Aspekte von Gemeinschaft und Kooperation. Dies lässt auf eine Konstruktion von Weiblichkeit schließen, die eng mit fürsorglichen Aufgaben verknüpft ist (Langer et al., 2018). Die Darstellung von Weiblichkeit in den Kontexten sportlicher Wettkämpfe wird somit primär durch Attribute wie Freundlichkeit, Unterstützung und Freude geprägt. Dabei steht der Aspekt des Vergnügens klar im Vordergrund. Darüber hinaus lassen sich aber auch Darstellungen von kriegerischer Weiblichkeit finden, die immer mit einer Rollenzuweisung in Form von Sexualisierung einhergeht. Eine Sonderheit, mit einer rein weiblichen Zielgruppe stellt der *Muddy Angel Run* dar welcher schon durch die Namensgebung sexualisierend und stereotyp wirkt, weil er mit dem Begriff Angel ein traditionell weiblich konnotiertes, unschuldiges und zugleich idealisiertes Bild aufruft, das in Kombination mit Muddy eine Mischung aus Reinheit und sich

schmutzig machen suggeriert und damit gängige Klischees über Weiblichkeit und Attraktivität bedient.

#### 10.4.4 Ernste Spiele

Die ernsten Spiele dienen als performativer Akt zur Konstruktion von Männlichkeit in einem Klima der Konkurrenz. Dieses Konzept basiert auf Pierre Bourdieus Habitus-Theorie und bezieht sich auf die *zweite Natur* des Mannes, die durch inkorporierte soziale Strukturen geprägt ist (Meuser, 2008). Der Wettkampfgedanke liegt hier natürlich dem Anlasse inne. Bei erster Betrachtung der Auftritte der hier untersuchte *Obstacle Runs* wird deutlich, dass der Charakter des Wettkampfes als sehr freudestiftend dargestellt wird. Männliches Dominanzstreben, lässt sich hier auf den ersten Blick nicht plakativ erkennen. Erst bei genauerer Betrachtung wird erkennbar, wie Männlichkeit konstruiert wird. Beispielsweise werden beim *Strong Viking Run* männlich gelesene Personen, auf Bildern, auf denen nur sie zu sehen sind, sehr kämpferisch, mit angestrengten Gesichtern, spektakulären Manövern sowie muskelbetont dargestellt. Bilder auf denen weiblich gelesene Personen dargestellt werden heben im Gegensatz dazu vor allem einen freudigen Charakter des Spaßes hervor. Personen werden lachend und kooperierend dargestellt (Strong Viking, 2025). Die Analyse des *Obstacle Run* sowie des *Tough Mudder* offenbart signifikante maskulinitätstheoretische Strukturelemente, wobei zwei zentrale Aspekte besonders hervortreten. Zum einen manifestiert sich bei diesem Extrem-Hindernislauf eine komplexe Dynamik zwischen männlich konnotierten Teilnehmern. Die gegenseitige Unterstützung unter männlich gelesenen Teilnehmern dient paradoxe Weise der Etablierung und Aufrechterhaltung von Dominanzhierarchien. Hilfe zu leisten wird als Zeichen von Überlegenheit interpretiert und ermöglicht eine subtile Machtausübung durch scheinbar altruistisches Verhalten, was zur Hegemonie beiträgt (Connell, 2015). Weiblich gelesene Personen hingegen unterstützen sich oft auf andere Weise, wobei hier weniger Dominanzstrukturen im Vordergrund stehen. Stattdessen liegt der Fokus auf einer spaßorientierten Zusammenarbeit und gemeinsamer Freude am Tun. Diese Dynamiken zeigen, dass der *Tough Mudder* sowohl als Bühne für die Inszenierung traditioneller Geschlechterrollen als auch für deren potenzielle Neuverhandlung dient. Die Analyse dieser Dynamiken eröffnet wichtige Einblicke in die Konstruktion und Perpetuierung von Geschlechternormen im Kontext extrem sportlicher Veranstaltungen. Sie

unterstreicht die Notwendigkeit einer kritischen Reflexion über die Rolle solcher Events in der Formierung und potenziellen Transformation hegemonialer Männlichkeitsvorstellungen in der zeitgenössischen Gesellschaft (Tough Mudder, 2025). Der Argumentation Bourdieus folgend, sind Frauen von den ernsten Spielen ausgeschlossen

„Von diesen Spielen rechtlich oder faktisch ausgeschlossen, sind die Frauen auf die Rolle von Zuschauerinnen oder, wie Virginia Woolf sagt, von schmeichelnden Spiegeln verwiesen, die dem Mann das vergrößerte Bild seiner selbst zurückwerfen, dem er sich angleichen soll und will“ (Bourdieu, 1997, S.203).

Diese erste Analyse lässt allerdings den Schluss zu, dass sich hier einfach nur die Dynamik verschoben hat. Zwar dürfen Frauen nun partizipieren, aber immer noch mit einer ihnen zugewiesenen Rolle. Darstellungen von Frauen, die Männern helfen, lassen sich beispielsweise nicht finden. Die physischen Herausforderungen und die damit verbundenen sozialen Interaktionen bieten ein Terrain, auf dem traditionelle maskuline Attribute wie Stärke, Ausdauer und Kameradschaft performativ zur Schau gestellt und gleichzeitig rekonfiguriert werden.

### 10.5 Diskussion und Ausblick

Bei abschließender Betrachtung des Forschungsinteresses und der Analyse bleibt zunächst festzustellen, dass das Thema Geschlecht und Geschlechterkonstruktion einen prägnanten Aspekt in der Trendsportart (Military-) Hindernislauf darstellt. Auf den ersten Blick erscheinen die Läufe für Personen jeden Geschlechts, mit Ausnahme des exklusiven Frauen\* Runs, zugänglich. Es wird auch kein offensichtlicher Ausschluss bspw. durch Anmeldungen oder Ähnliches kreiert. Dennoch wird eine sehr stereotype Geschlechterkonstruktion auf den Webseiten und bei Social Media skizziert. Abgesehen von Hindernisläufen *Muddy Angle* sowie *Obstacle Run*, wird ein ausschließlich hegemoniales Männlichkeitsbild (Connell & Messerschmidt, 2005) konstruiert. Es wird damit geworben, eigene Grenzen zu testen und stark zu sein. Stärke zeigt sich durch körperliche Fitness, mentale Belastbarkeit und Gemeinschaft. Entlang dieser Prinzipien wird eine Empfehlung der jeweiligen Laufstrecke für Teilnehmende ausgesprochen. Die Veranstalter visualisieren ihre Zielgruppe durch eine gezielte Auswahl an Bildern. Geschlechtertheoretisch ist es interessant, dass in

der Visualisierung der Veranstaltung Kameradschaft oft mit männlichen Bildern inszeniert wird, während für weibliche gelesene Teilnehmerinnen eher gemeinsamer Spaß betont und hervorgehoben wird. Beides zielt auf das Gefühl von Zusammengehörigkeit ab, weist jedoch unterschiedliche Konnotationen und Schwerpunkte auf. Fraglich bei dieser Analyse und den Ergebnissen ist jedoch, ob es sich hierbei um das tatsächliche, gesellschaftlich repräsentative Geschlechterverständnis handelt, oder nicht viel mehr die Vorstellung von Military Sport im Vordergrund steht. Dies kann basierend auf einer Social Media bzw. Webseitenanalyse jedoch nicht beantwortet werden. Insgesamt zeigt die Erhebung eine Analyse der Darstellung der Extremhindernisläufe, weshalb Aussagen zu Motivationen, subjektiven Geschlechterkonstruktionen, bzw. -verständnissen oder auch individuelle geschlechtliche Zuordnungen nicht erhoben werden können. Die Erhebung bildet somit die Grundlage für weitere empirische Studien beispielweise durch teilnehmende Beobachtungen oder Interviewerhebungen, um dem Forschungsdesiderat der Geschlechterkonstruktion im und durch den Military Sport (Extrem-) Hindernisläufe weiter nachgehen zu können.

### *Literaturverzeichnis*

- Anderson, E. (2012). Inclusive masculinity: The changing nature of masculinities. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203871485>
- Bourdieu, P. (1982). Die feinen Unterschiede: Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft (1. Aufl.). Suhrkamp Verlag. <https://sfbs.tu-dortmund.de/items/ae605b0f-d5bf-41ad-8750-ba6ce357bc98>
- Bourdieu, P. (1997). Die männliche Herrschaft. In: I. Dölling & B. Krais (Hrsg.), Ein alltägliches Spiel. Geschlechterkonstruktion in der sozialen Praxis (S. 153 - 217). Suhrkamp.
- Bourdieu, P. (2009). Masculine domination (1. Aufl.). Stanford University Press.
- Bourdieu, P. (2021). Die männliche Herrschaft (J. Bolder, Trans.) (6. Aufl.). Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft (Vol. 2031). Suhrkamp.
- Connell, R. (1998). Masculinities and Globalization. *Men and Masculinities*, 1(1), 3–23. <https://doi.org/10.1177/1097184X98001001001>
- Connell, R. (2014). The study of masculinities. *Qualitative Research Journal*, 14(1), 5–15. <https://doi.org/10.1108/QRJ-03-2014-0006>
- Connell, R. (2015). Der gemachte Mann. Springer Fachmedien. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-19973-3>
- Connell, R., & Messerschmidt, J. W. (2005). Hegemonic Masculinity. *Gender & Society*, 19(6), 829–859. <https://doi.org/10.1177/0891243205278639>

- Dölling, I. (2004). Männliche Herrschaft als paradigmatische Form der symbolischen Gewalt. In M. Steinrücke (Hrsg.), Pierre Bourdieu - Politisches Forschen, Denken und Eingreifen (S. 74–90). VSA-Verlag. <https://doi.org/10.25595/26>
- Durkheim, E. (2002). Der Selbstmord. Suhrkamp. <https://ixtheo.de/record/1622801571>
- Elliott, K. (2016). Caring Masculinities. *Men and Masculinities*, 19(3), 240–259. <https://doi.org/10.1177/1097184X15576203>
- Gaffney, D., & Puschmann, C. (2014). Data collection on Twitter. In A. Bruns, M. Mahrt, K. Weller, J. Burgess & C. Puschmann (Eds.) Twitter and Society, [Digital Formations, Volume 89]. Peter Lang Publishing, United States of America, 55–67.
- Glaser, B. G. (2011). Der Umbau der Grounded-Theory-Methodologie. In G. Mey & K. Mruck (Eds.), Grounded theory reader (2. aktualisierte und erweiterte Aufl., S. 137–161). VS Verlag für Sozialwissenschaften / Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-93318-4\\_7](https://doi.org/10.1007/978-3-531-93318-4_7)
- Glaser, B. G. & Strauss, A. L. (1998). Grounded theory: Strategien qualitativer Forschung (4. Aufl.). Huber.
- Grunwald, R. (2025a, March 5). Militärischer Fünfkampf: CISM. <https://www.bundeswehr.de/de/ueber-die-bundeswehr/sport-in-der-bundeswehr/militaersport/militaerischer-fuenfkampf>
- Grunwald, R. (2025b, March 5). Militärsport. <https://www.bundeswehr.de/de/ueber-die-bundeswehr/sport-in-der-bundeswehr/militaersport>
- Häuser, J. (2025, March 5). Militärischer Fünfkampf: Was ist CIOR? <https://militaerischer-fuenfkampf.de/was-ist-cior/>
- Heiser, P. (2024). Awareness of Dying. Oder: Die Grounded Theory Methodologie. *Meilensteine der qualitativen Sozialforschung*, 205–279. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-44128-9\\_5](https://doi.org/10.1007/978-3-658-44128-9_5)
- König, C., Stahl, M., & Wiegand, E. (Eds.). (2014). Schriftenreihe der ASI - Arbeitsgemeinschaft Sozialwissenschaftlicher Institute. Soziale Medien: Gegenstand und Instrument der Forschung. Springer VS.
- Langer, A., Mahs, C., & Rendtorff, B. (2018). Jahrbuch Frauen- und Geschlechterforschung in der Erziehungswissenschaft: Weiblichkeit – Ansätze zur Theoretisierung. Verlag Barbara Budrich. <https://doi.org/10.3224/jfgfe.v14i1>
- Marwick, A. E. (2013). Ethnographic and Qualitative Research on Twitter. In K. Weller, A. Bruns, C. Puschmann, J. Burgess, & M. Mahrt (Hrsg.), Twitter and Society (S. 109–122). Peter Lang.
- Meuser, M. (2008). Ernste Spiele: zur Konstruktion von Männlichkeit im Wettbewerb der Männer. In K.-S. Rehberg (Hrsg.), Die Natur der Gesellschaft: Verhandlungen des 33. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Kassel 2006. Teilbd. 1 u. 2 (S. 5171–5176). Campus Verlag <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-154245>
- Muddy Angle. (2025). Schauinsland. Muddy Angle Run. <https://www.muddyangelrun.com/>
- Obstacle Run. (2025). Obstacle Run. <https://www.obstaclerun.ch/de/home.html>
- Pfister, G. (2008). Doing sport ist doing gender. Beiträge Zur Feministischen Theorie Und Praxis, 31(69), 13–29.

- Rabenstein, K., & Strauß, S. (2018). Leistungsbewertung als pädagogische Praktik: Zur sozialen Konstruktion von Leistung in Lernentwicklungsgesprächen. In S. Reh & N. Ricken (Hrsg.), Leistung als Paradigma: Zur Entstehung und Transformation eines pädagogischen Konzepts (S. 329–346). Springer VS.
- Schäfer, A., & Thompson, C. (2015). Leistung – eine Einleitung. In A. Schäfer & C. Thompson (Hrsg.), Leistung (S. 7–35). Ferdinand Schöningh. [https://doi.org/10.30965/9783657775989\\_002](https://doi.org/10.30965/9783657775989_002)
- Schlett, S. (2023, June 7). Hindernisläufe: So fand die Liebe für den Matsch ihren Anfang. <https://www.laufen.de/d/als-die-liebe-fuer-den-matsch-ihren-anfang-nahm>
- Schmidt, W. (2017). Dokumentenanalyse in der Organisationsforschung. In S. Liebig, W. Matiaske, & S. Rosenbohm (Hrsg.), 1. Handbuch Empirische Organisationsforschung (S. 443–466). Springer Fachmedien GmbH.
- Strong Viking. (2025). <https://strongviking.com/de/home/>
- Tough Mudder. (2025). Tough Mudder Germany. <https://toughmudder.de/>
- Welker, M., & Kloß, A. (2014). Soziale Medien als Gegenstand und Instrument sozialwissenschaftlicher Forschung. In C. König, M. Stahl, & E. Wiegand (Hrsg.), Soziale Medien. Schriftenreihe der ASI - Arbeitsgemeinschaft Sozialwissenschaftlicher Institute. (S. 29–51). Springer VS.
- Xletix. (2025). Xletix. <https://www.xletix.com/>

### Autor\*innenangaben

Dr. Julia Perlanger  
Leuphana Universität Lüneburg  
Universitätsallee 1, C1. 219  
21335 Lüneburg  
Tel.: +49 4131 677 1764  
E-Mail: [Julia.Perlinger@leuphana.de](mailto:Julia.Perlinger@leuphana.de)  
Pronouns (she/her)

Ole Todzi  
Europa-Universität Flensburg  
Auf dem Campus 1a, HEL 105  
24943 Flensburg  
Tel.: +49 461 805 2262  
E-Mail: [Ole.Todzi@uni-flensburg.de](mailto:Ole.Todzi@uni-flensburg.de)  
Pronouns (he/him)

