

André Schürrle: Auf der Suche nach Glück im Triathlon-Schmerz!

André Schürrle, Weltmeister und Ausdauersportler, nimmt am 6. Juli 2025 am Challenge Roth teil und sucht Freude im Schmerz.



Roth, Deutschland - André Schürrle, der ehemalige Fußball-Nationalspieler und Weltmeister, wechselt von den Fußballplätzen zu den Triathlonstrecken. Am 6. Juli 2025 wird er beim DATEV Challenge Roth an den Start gehen, dem größten Langdistanz-Triathlon der Welt. Die Veranstaltung zieht jährlich rund 3500 Einzelstarter und 700 Staffeln an, unterstützt von 7500 Volunteers und Hunderttausenden von Fans. Laut **Challenge Roth** ist der Landkreis Roth seit 1984 eine bedeutende Location für Triathleten weltweit.

Schürrle, der für seine eindrucksvolle Fußballkarriere bekannt ist – unter anderem mit 57 Länderspielen und 22 Toren für Deutschland sowie Erfolgen bei Chelsea und Dortmund – hat

sich nach seinem Rücktritt im Jahr 2020 dem Ausdauer- und Extremsport verschrieben. Vor dem Challenge Roth absolvierte er bereits den Berlin Marathon und nahm an verschiedenen extremen Bergsteiger-Herausforderungen teil. Sein Ziel für das Rennen in Roth ist es, an seine Grenzen zu gehen und alles aus seinem „Tank“ herauszuholen.

Auf der Suche nach Glück

In einem Interview erklärte Schürle, dass er Glück im Schmerz suche. Er erkennt eine Verbindung zwischen Leiden, Schmerz und Glück und beschreibt die intensiven Momente des Leidens als Zeiten, in denen man frei von seinem Ego ist. In diesem Kontext stellt er die Frage zur Selbstfürsorge: Wie kann man frei von seinem Ego sein und gleichzeitig bei sich selbst bleiben?

Süddeutsche Zeitung berichtet, dass die Morgenroutine des Athleten anstrengend ist, und die Suche nach einem Gleichgewicht zwischen Selbstfürsorge und Leistungsdruck spiegelt sich in seiner sportlichen Reise wider.

Der Druck, der aus den inneren Erwartungen von Athleten entsteht, ist enorm. Insbesondere im Triathlon, wo viele Trainingseinheiten körperliche Stärke fokussieren, wird die psychische Gesundheit oft vernachlässigt. Laut einem Artikel auf **Triathlon** fühlen sich nicht nur Profis, sondern auch ambitionierte Hobbysportler von Burnout und Depressionen betroffen. Dies geschieht oft, wenn der Sport von einer persönlichen Herausforderung zu einer Pflicht wird, was die mentale Gesundheit stark belasten kann.

Mentale Herausforderungen im Sport

Der Einstieg in den Triathlon kann durchaus einen Wendepunkt darstellen. Hohe Ansprüche an sich selbst und der Vergleich mit anderen, gefördert durch Trainings-Apps wie Strava, können zu Selbstzweifeln führen. Betroffene Athleten wird geraten, ihre eigenen Beweggründe zu reflektieren und den Spaß am Sport neu zu gewinnen, um langfristig Freude und Erfolg im Triathlon

zu erleben.

Schürkle sieht den Triathlon als Teil seiner Reise zur besten Version seiner selbst. Der Austausch mit anderen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, kann hierbei entlastend wirken. Es bleibt abzuwarten, wie der ehemalige Weltmeister die Herausforderungen des Triathlons meistern wird und ob er die Balance zwischen körperlicher und mentaler Gesundheit finden kann.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Roth, Deutschland
Quellen	• www.sueddeutsche.de • www.challenge-roth.com • triathlon.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de