**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 25 (1968)

**Heft:** 12

**Rubrik:** Mitteilungen

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 09.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Helvetisches Mosaik

## Die Thalwiler Schule will das Haltungsturnen und die Präventiv-Gymnastik einführen

Kürzlich wurde die Lehrerschaft zur Teilnahme an einem Vortragsabend verpflichtet, an welchem von einem weiteren Unternehmen im Dienste der körperlichen Tüchtigkeit die Rede war, nämlich von der Pflege der Wirbelsäule.
«Kaputte Zähne lassen sich durch künstliche ersetzen, aber ein krankes Rückgrat kennt keinen Ersatz», mit diesen Worten leitete Hans Futter, Vizedirektor des Kantonalen Oberseminars, sein Referat ein, in welchem er vom Sinn und der Methode des Haltungsturnens und der präventiven Gymnastik sprach. Diese neuartige turnerische Betätigung während der täglichen Schulzeit wird gegenwärtig in der Stadt Zürich und einigen Gemeinden erprobt.
Beim Haltungsturnen, welches auch als isometrische Gymnastik bezeichnet wird, spannen und lockern die Schüler, auf ihrem Stuhl sitzend, je nach der Übungsart die Rücken-, Bauch- oder Schultermuskeln. Das vier Übungen umfassende Programm soll täglich einmal während einer Minute durchgeturnt werden, damit sich die für die gute Haltung und Beweglichkeit der Wirbelsäule massgebliche Muskulatur voll ausbildet und dem Körper eine optimale Fitness verleiht. Die präventive (vorbeugende) Gymnastik, welche im Rahmen des Turnunterrichts wöchentlich einmal 10 Minuten lang geübt wird, dient ebenfalls der Haltungsschulung; erzielt aber auch die Kräftigung des Körpers und fördert seine Beweglichkeit. Es werden für jedesmal drei Übungen vorgeschlagen, von denen die einen mit Geräten (Langbank, Gymnastikball, Reif, Veloschlauch oder Keule), die andern als Frei- oder Partnerübungen durchzuführen sind. Das Fitness-Programm wäre nicht vollständig, wenn die Kinder nicht auch zuhause entsprechend Gymnastik trieben, wofür eine besondere Serie mit fünf Übungen zusammengestellt ist. — An einer Demonstration mit Schülern übte H. Futter kürzlich das Programm mit je einer Schulklasse der Ober-, Mittel- und Unterstufe durch.
Der Erfolg der Gymnastik erfordert nicht nur Ausdauer, sondern hängt auch davon ab, ob dem Schüler eine geeignete Sitzgelegenheit zur Verfügung steht, auf der die richtige Sitzhaltung geübt werden kann. Den Lehrern wurde empfohlen, die Schüler während des Unterrichts oft aufstehen zu lassen und ihnen in den Pausen Gelegenheit zu geben, sich frei zu tummeln und die Turnanlagen und -geräte zu benützen. Wichtig ist nicht, welche Sportart gepflegt wird in der Freizeit, sondern dass der Schüler überhaupt an einer Freude bekommt und diese regelmässig betreibt.

«Der Sihltaler»

## Blick ins Räderwerk der Stadtverwaltung

Das Turn- und Sportamt der Stadt Zürich, eine Abteilung des Schulamtes, erfüllt eine doppelte Aufgabe. Im Bereich der Schule untersteht ihm das eigentliche Schulturnen, das heisst der durch spezielle Turnlehrer (zur Entlastung älterer Volksschullehrer) und durch Rhythmiklehrerinnen erteilte Unterricht, der «erweiterte Turnunterricht» für die Oberstufe und der obligatorische Schulschwimmunterricht in der 4. und 5. Klasse. Dazu ist in neuerer Zeit noch das Haltungsturnen gekommen. Für alle diese Lehrkräfte führt das Turn- und Sportamt Einführungskurse durch, und es organisiert auch die jährlichen städtischen Schulhausmeisterschaften im Handball und Korbball.
Der zweite, grössere Aufgabenbereich umfasst die Planung und den Betrieb der zahlreichen öffentlichen Sportanlagen. Lediglich die zu den Schulhäusern gehörenden Turnhallen und Turnanlagen werden durch die Kreisschulpflegen vermietet; alle anderen städtischen Sportanlagen (ohne die Bäder) verwaltet das Turn- und Sportamt. Die Nachfrage nach diesen Anlagen ist gross, gibt es doch in Zürich rund 50 000 aktive eingeschriebene Mitglieder von Sportvereinen und darüber hinaus viele weitere Einwohner, die sich zumindest gelegentlich sportlich betätigen möchten. Die mit grossen Schwierigkeiten verbundene Hauptaufgabe besteht darin, dafür die nötigen Einrichtungen zu schaffen.

### Die Planung 1968

Zürich verfügt zwar bereits heute über eine ansehnliche Anzahl von städtischen Sportanlagen, so beispielsweise über 58 Rasenfelder für Fussball und Handball und 16 Trockenplätze als Trainingsfelder, über 59 Tennisplätze, 5 Rundbahnen für Leichtathletik, eine Kunsteisbahn und vier Rollschuhbahnen, drei dem Turn- und Sportamt unterstehende Turnhallen und drei Schulschwimmanlagen.
Aber diese Anlagen entsprechen noch keineswegs dem Bedürfnis. Die heutigen Fussballplätze beispielsweise sind überbelegt: bis zu 16 Mannschaften sind auf den gleichen Platz angewiesen, und die Vereine können aus diesem Grunde nur einen beschränkten Nachwuchs an Junioren heranbilden.
Dr. Otto Pfändler, der seit 1962 dem Turn- und Sportamt vorsteht, stützt sich für seine auf das Jahr 1968 überarbeitete Sportstättenplanung auf die vom Schweizerischen Verband für Leibesübungen und der Turn- und Sportschule Magglingen ausgearbeiteten Normalien, wonach für jeden Einwohner sechs Quadratmeter an Turn- und Sportplätzen bereitstehen sollten. Darin sind zwar die Bäder und Schulturnhallen mit eingeschlossen, doch müsste die Stadt immer noch rund 1,5 Millionen Quadratmeter Land für die Rasensportler zur Verfügung stellen, wenn man diesen Richtlinien in vollem Umfang gerecht werden wollte.
Die Planung 1968 strebt dieses Ziel an: die Zahl der Rasenplätze soll von 58 auf 127 steigen, jene der Trainingsplätze von 16 auf 43, der Rundbahnen für Leichtathletik von fünf auf zwölf, der Tennisplätze von 59 auf 149. Dringend werden grössere Sporthallen benötigt, verfügt doch die Stadt gegenwärtig erst über eine Dreifachturnhalle im Stettbach. Geplant sind zwei weitere Grossturnhallen im Kreis 11 und eine Saalsporthalle auf der Allmend. Auch die Kunsteisbahnen und Rollschuhbahnen sollen vermehrt werden, und als neue Einrichtung sind sieben Orientierungslaufbahnen im Wald und elf Familiensportplätze für die freie sportliche Betätigung von jung und alt in Verbindung mit Spielgelegenheiten und Feuerstellen in Aussicht genommen.

### Gefährdung durch andere Bedürfnisse

Ob die schönen Richtlinien auch verwirklicht werden können, hängt allerdings nicht allein vom Turn- und Sportamt ab.
In den letzten Jahren wurde der Bau neuer Sportanlagen zuerst durch die Konjunkturbeschlüsse und nachher durch den finanziellen Engpass behindert. Nachdem diese Hindernisse weggefallen sind, darf man neue Hoffnung schöpfen für die schrittweise Verwirklichung des umfassenden Programmes.

Karl Aeschbach «Tages-Anzeiger»

# Ein Rat, wie Sie beim Schneeräumen Zeit und Geld sparen können.

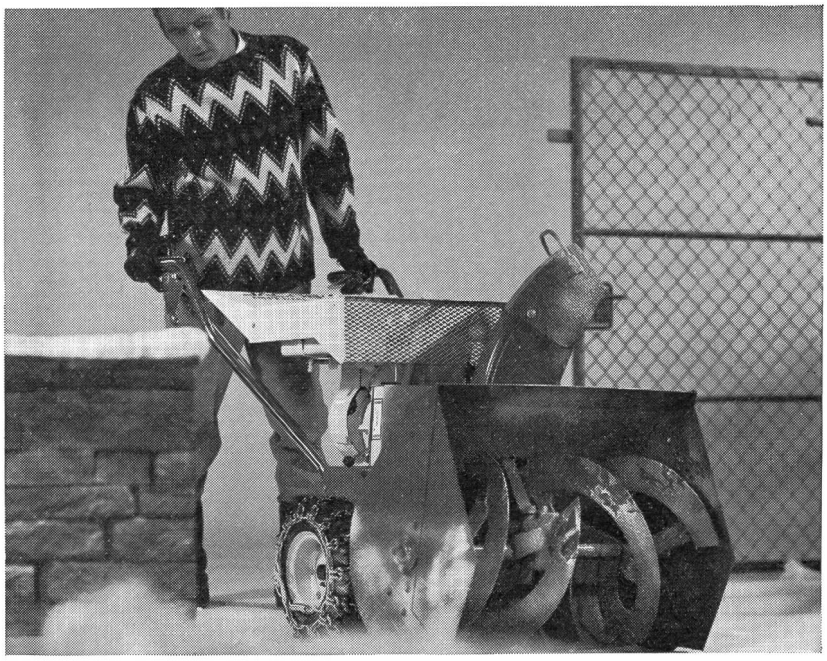
# Mit dem Jacobsen-Imperial

**Jacobsen-Imperial, eine leistungsfähige, moderne Schneefräse.**

Sie räumt den Schnee mühelos auf Strassen, Hauszufahrten, Parkplätzen, Trottoirs, Fabrikarealen, Eisfeldern, Bergstationen usw.

**Die Jacobsen-Imperial-Schneefräse ist wahlweise mit Pneurädern oder mit Raupen ausgerüstet.**

Eine ideale Schneefräse, die Ihnen Zeit und Geld sparen hilft. (Jacobsen-Imperial ist schon ab Fr. 2675.– erhältlich).



Der starke 6-PS-4-Takt-Lauson-Winter-Motor gewährleistet den Einsatz in jedem Schnee und jeder Witterung. 4 Vorwärtsgänge und 1 Rückwärtsgang. 26" Schneefräse mit 2 Arbeitsstufen. Arbeitsbreite 65 cm. Auswurfrohr um 180° drehbar. Gewicht 135 kg.

Jacobsen-Schneeräumungs-Maschinen gibt es für alle Ansprüche.

| | |
|---|---|
| Jacobsen-Sno-Blitz | Fr. 690.– |
| Jacobsen-Snow-Jet | Fr. 1660.– |
| Jacobsen-Imperial | ab Fr. 2675.– |
| Jacobsen-Chief | ab Fr. 5165.– |

Verlangen Sie nähere Auskunft im Fachgeschäft oder fordern Sie die ausführliche Dokumentation über die Jacobsen-Schneeräumungs-Maschinen an.

**BON** Senden Sie mir unverbindlich die Dokumentation über die Jacobsen-Schneeräumungs-Maschinen.

Name/Vorname

Strasse

Postleitzahl, Ort

JS

## Otto Richei AG,

Maschinen für Schneeräumung und Rasenpflege

5401 Baden, Telefon 056/2 23 22
1181 Saubraz, Telefon 021/74 30 15

MARIBA