Suomis Modell-Fitness-Center in Hyvinkää

Autor(en): **Meier, Marcel**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **29 (1972)**

Heft 6

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-994760

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

JUGEND UND SPORT

Fachzeitschrift für Leibesübungen
der Eidgenössischen Turn- und Sportschule
Magglingen (Schweiz)

29. Jahrgang Juni 1972 Nummer 6

Suomis Modell-Fitness-Center in Hyvinkää

Bild und Text: Marcel Meier, Magglingen

Mitten in der finnischen Schweiz, rund 60 km nördlich von Helsinki, liegt die 35 000 Menschen zählende Stadt Hyvinkää. Unmittelbar am Stadtrand befindet sich das grosszügig konzipierte Sveitsin Sport-Center, das von herrlichen Fichtenwäldern umgeben ist.

Die umfassende Reichskampagne zur Förderung und Verbesserung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit der finnischen Bevölkerung hat die Stadtväter dieser Stadt veranlasst, dazu die notwendigen Anlagen und Einrichtungen zu erstellen.

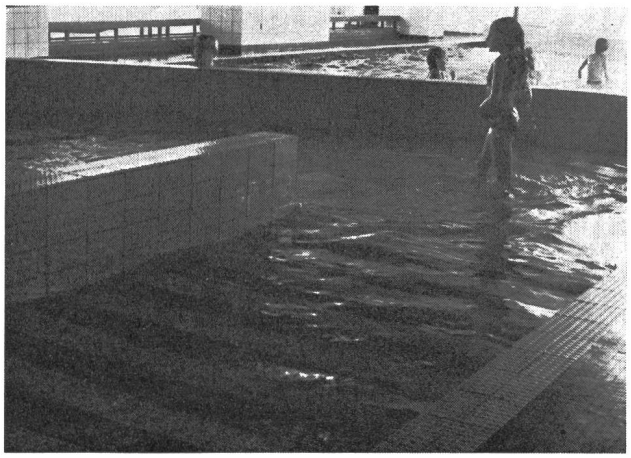
Heizbares Freibad (50 x 16,67 m) mit Sprungturm und separatem Becken. Im Hintergrund die grossen Spiel- und Liegewiesen.

Die zentrale Fläche des Sveitsin Naturparkes umfasst 150 ha; er ist verbunden mit anderen Freiluftgebieten der Stadt, die insgesamt 350 ha umfassen. Im Zentrum liegt das von Architekt Raimo Valjakka geplante und gebaute Hallen-Freibad, das von grossen Liege- und Spielwiesen (2000 Quadratmeter) umgeben ist. Das Bad umfasst: heizbares Becken (50 x 16,67 m), Sprungturm mit Höhen von 10, 5, 3 und 1 m, mit separatem Sprungbecken, Kinderbecken, das 380 Quadratmeter umfasst, Kinderspielplatz sowie Spielplätze (Winter Curlingbahn). Im Gebäude befinden sich ein Becken (25 x 12 m), ein Lehrschwimmbecken (17 x 7 m), 3 Saunaräume für Männer und 2 für Frauen, Privatsaunas für ganze Familien, Liegehallen, 2 Fitnessräume, ein Restaurant, Garderobe und Duschenräume.

Die Gesamtkosten dieser Anlage betrugen rund 4,5 Millionen Schweizer Franken.

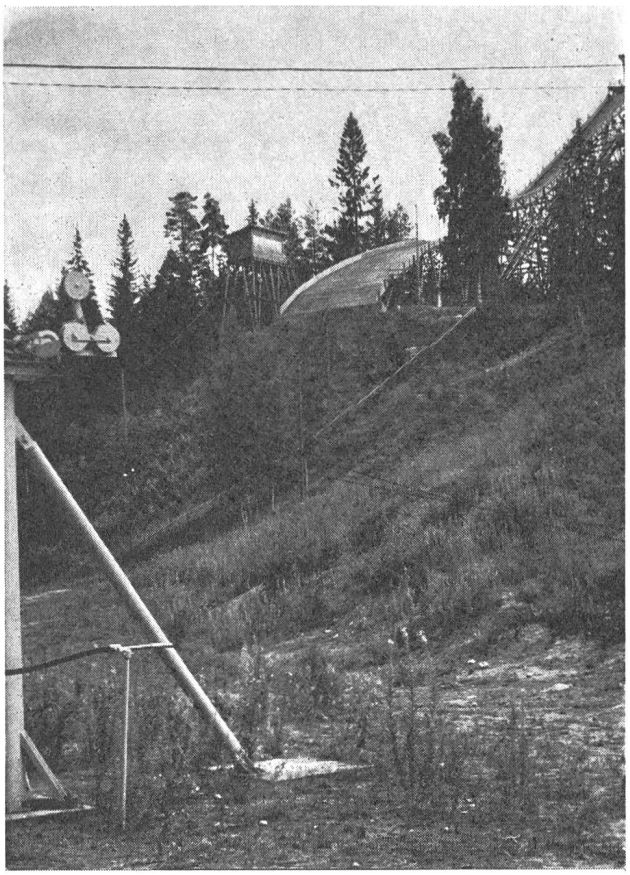
Kinderspielplatz und Planschbecken.

Gleich neben dem Hallenbau liegt der Ausgangspunkt der Fitnessbahn, eine Anzahl von Lauf- und Wanderwegen sowie eine beleuchtete Langlaufloipe. In einem coupierten Gelände stösst man nach einem zweiminütigen Lauf zu einer Sporthütte, in der sich die Benützer dieser Aussenanlagen umziehen, duschen, verpflegen, und im Winter die Ski wachsen können. Keine 50 m neben der Sporthütte steht der schlanke Holzturm der Sprungschanze. Der Sprungturm erhebt sich am Rand einer Geländerinne, deren Abhänge auch für Slalomtraining verwendet werden können. Den Slalomfahrern steht sogar ein kleiner Schlepplift zur Verfügung.



Neben dem normalen Hallenbecken befindet sich noch eine Lehrschwimmanlage.
Im Vordergrund die Rampe, auf der Invalide mit den Rollstühlen ins Wasser fahren können.

In der nächsten Ausbauetappe sind neben den bereits bestehenden Spielflächen für Volley- und Basketball weitere Anlagen geplant, so unter anderem eine Reihe von Tennisplätzen und eine Golfbahn. Lediglich für das Bad sowie für die Benützung der Fitnessräume muss eine bescheidene Eintrittsgebühr bezahlt werden. Alle übrigen Einrichtungen stehen der Bevölkerung frei zur Verfügung. Die Anlage wird benützt durch jung und alt, von Gesundheitssportlern und Wettkämpfern, von Kindergärten wie von Altersturngruppen. Das Sveitsin Trainingscenter dient, wie uns Architekt Valjakka erläuterte, mehreren Aufgaben. Vielseitigkeit war von Anbeginn das Ziel. Neben der Möglichkeit, sich von der Arbeit durch sportliche Betätigung aktiv zu erholen, der Bevölkerung die animierenden Möglichkeiten zu einem regelmässigen Training zu bieten, will der Sportpark auch ein Freizeitcenter, ein Ort der Begegnung sein.



Sprungturm für das Skispringen. Im Vordergrund Installationen für einen einfachen Schlepplift für den Slalomhang.

Trainierschule

Bei der Trainierschule, der jedermann beitreten kann, handelt es sich um individuelle Fitnesskurse, die unter Leitung eines Arztes und eines Sportlehrers stehen. Jeder Teilnehmer wird zu Beginn ärztlich getestet. Aufgrund dieser Bestandesaufnahme wird für ihn ein persönliches Trainingsprogramm zusammengestellt, später das Training auch überwacht. Die Leistungsfähigkeit wird von Zeit zu Zeit überprüft, wobei die Testmethoden des bekannten schwedischen Sportphysiologen Prof. Dr. Astrand verwendet werden.

Den Teilnehmern stehen in zwei Räumen modernste Fitnessgeräte zur Verfügung, die Körperschule — mit Musik erteilt — wird von einem im Trainingscenter angestellten Sportlehrer geleitet. Die Trainierschule wird besonders von Männern geschätzt, die Tag für Tag im harten Berufsleben stehen.

Startplatz mit Orientierungstafel für den Fitness-Parcours.

Das Skilaufen im Winter und ein Trainingsgelände im Freien gehören untrennbar zu einem Trainingscenter. Kein noch so gutes Lüftungssystem, so erklärte uns Architekt Valjakka, kann die frische Luft eines harzduftenden Kiefernwaldes ersetzen. Der Schöpfer dieses Centers ist selbst ein regelmässiger Besucher der vielen Sportanlagen.

Vorgesehen sind für später Spiel- und Sportstunden für Kleinkinder, damit in dieser Zeit die Mütter trainieren können. Solche Spielstunden sollen helfen, die Zahl derjenigen Frauen zu verringern, welche wegen ihrer Kinder mit dem Sport aufhören und später den Anschluss nicht mehr schaffen.

Die Verantwortlichen des Trainingscenters hoffen durch ihre Einrichtungen und durch den offenen Betrieb, eine neue Lebensart entwickeln zu helfen, in der das regelmässige Fitnesstraining integrierender Bestandteil wird.

Das Trainingscenter in Hyvinkää ist in seiner Konzeption und Zielsetzung einzigartig. Eine kleine Stadt hat hier wahre Pionierarbeit geleistet.