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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 30 (1973)

Heft: 9

Artikel: Sie sagten... : der programmierte Athlet ein Vorbild?

Autor: Prokop, Ludwig

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994866

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: 08.07.2025

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

Sie sagten...

Der programmierte Athlet als Vorbild?

Prof. Dr. med. Ludwig Prokop, Wien:

Das extreme Leistungsprinzip im Hochleistungssport, die Radikalisierung des Wettkampfes und die Tatsache, dass der internationale Spitzensport immer mehr zu einem echten Krieg auf anderer Ebene wird, lassen für den Leistungssportler der Zukunft vom rein menschlichen und medizinischen Standpunkt her nicht unbedingt eine gute Prognose zu. Da sich die erbbedingten Konstitutionsmerkmale immer mehr als die primäre Grundlage jeder Leistung herausstellen werden, wird der konsequenten Auswahl der zukünftigen Spitzenathleten ein besonderes Augenmerk zugewendet werden. Dies um so mehr, als durch die extreme Spezialisierung in steigendem Masse auch extreme psychosomatische Eigenschaften notwendig sind, so dass sich Sporttypen herauskristallisieren werden, die sich immer mehr vom Durchschnittsmenschen differenzieren. Die nur auf spezifische Sportleistung ausgerichtete Spezialisierung hat zwangsläufig zur Folge, dass in manchen Sportarten ausgesprochen pathologische Typen noch mehr in den Vordergrund treten als bisher, wie zum Beispiel chondrodystrophische Zwerge mit kurzen Extremitäten beim Gewichtheben, superlange, unharmonisch akzelerierte Riesen beim Basketball oder Muskelberge beim Werfen und dergleichen.

Die unerbittliche Konsequenz in der Auswahl wird eine genaue Verfolgung der Familiengeschichte, mindestens drei bis vier Generationen zurück, als ganz selbstverständlich erscheinen lassen, so dass sich schliesslich richtige Sportlerfamilien immer mehr in den Vordergrund schieben. Das bedeutet in letzter Konsequenz, dass man darangehen wird, durch Auswahl geeigneter Eltern sportliche Hochleistungstypen zu züchten. Dazu ist es gleichzeitig notwendig, durch konsequente Sichtung und Auswahl die sportspezifischen psychosomatischen Eigenschaften der Bevölkerung für den Leistungssport restlos zu erschliessen. Dass sich hier noch ungeahnte Möglichkeiten ergeben, geht schon daraus hervor, dass bis heute für den Leistungssport noch nicht mehr als fünf Prozent der Weltbevölkerung erschlossen sind. Die unerhörte und noch lange nicht ausgewertete sportliche Kapazität der bis dorthin über zwei Milliarden ausmachenden Chinesen, Inder und Afrikaner wird zweifellos sehr bald dazu führen, dass die Europäer im Spitzensport keine tragende Rolle mehr spielen.

Die mit letzter wissenschaftlicher Konsequenz durchgeführte Optimierung des Trainings wird alle nur möglichen Reserven menschlicher Anpassungsfähigkeit mobilisieren und den Athleten an die absolute Grenze seiner Anpassungsfähigkeit heranbringen. Durch die unerhörte Trainierbarkeit von Herz und Kreislauf werden die Dauerleistungen, die heute schon ein vor wenigen Jahren noch völlig unmöglich gehaltenes Niveau erreicht haben, sich weiter verbessern. Die Ruhepulswerte werden bis gegen 30 pro Minute abfallen, der Blutdruck die 100-mm-Hg-Grenze nur selten überschreiten. Die 5000 Meter werden gegen zwölf Minuten, die 10 000 Meter gegen 25 Minuten und die Marathonstrecke unter zwei Stunden gelaufen werden. Dagegen werden die Sprint- und Sprungleistungen sich nicht wesentlich verbessern und der Name Beamon daher noch sehr lange in den Rekordlisten aufscheinen. Ein solches totales Training wird eine bis ins letzte optimal gestaltete Lebensführung voraussetzen und den Athleten damit in ein kompromissloses und mit tierischem Ernst betriebenes System einspannen. Elektronische Trainingsüberwachung und Trainingsprogramme durch den Computer werden sicher schon im Jahre 2000 reine Routinemethoden darstellen und die Arbeit des Trainers und Sportarztes erleichtern. Dem so programmierten und manipulierten Menschen werden damit weitgehend alle persönlichen Entscheidungen abgenommen. Mit speziellen für den Wettkampf entwickelten extremen Suggestivmethoden und Hypnose läuft der Superathlet dann Gefahr, immer mehr zu einem ferngesteuerten Roboter zu werden. Damit wird man aber versuchen, alle vorhersehbaren Ursachen für menschliches Versagen auszuschliessen. Die Verantwortung für die Taktik des Wettkampfes und den sportlichen Erfolg wird damit im zunehmenden Masse bei den Technikern liegen, so dass wahrscheinlich derjenige Athlet, der den besseren Elektroniker und Programmierer besitzt, auch bessere Siegeschancen haben wird.

Ein heute bereits absolut limitierender Faktor für die Leistungsentwicklung des Menschen wird aber auch in Zukunft nicht überwunden werden können, und zwar die rein mechanische Beanspruchbarkeit und Festigkeit des Bindegewebes, im speziellen der Muskeln, Sehnen, Bänder, Beinhaut und Knochen. Man wird zwar zur Vermeidung der heute schon durch übertriebenes Kraft-, Intervall- und Zirkeltraining auftretende Reizzustände an Gelenken und Wirbelsäule versuchen, durch Operationen schon beim Jugendlichen die gefährdeten Stellen zu entlasten. Die Ernährungs-, Wachstums- und Regenerationsverhältnisse vor allem des trainingsmässig überlasteten passiven Bewegungsapparates werden sich aber trotz aller Bemühungen der inzwischen hochspezialisierten Sportmedizin dadurch nicht im geringsten ändern lassen. Auch die Tatsache, dass ein grosser Unterschied in der Trainierbarkeit der Muskeln gegenüber jener der Sehnen, Beinhaut und Knochen besteht, wird heute auch dazu führen, dass infolge zu massiver Muskelentwicklung das Missverhältnis zwischen Motor und Karosserie mit all seinen bösen Folgen bestehenbleibt. Aus diesem Grund und aus den äusserst unangenehmen Erfahrungen der siebziger Jahre werden die anabolen Hormone langsam aus dem Sport verschwinden, insbesondere aus dem Frauensport. Ebenso wird auch das Doping in der heutigen Form nicht mehr existieren, nicht zuletzt durch die Verfeinerung der Kontrollmethoden, die in Sekundenschnelle den Nachweis verbotener stimulierender Substanzen ermöglichen werden.

Dagegen werden alle exogenen Leistungsfaktoren bis zur Neige ausgeschöpft sein. So wird nicht zuletzt durch die Erfahrungen der Astronauten die Ernährung extrem ökonomisiert sein, um durch optimale Verdaulichkeit zu verhindern, dass unnötig Energie für Verdauung und Stoffwechsel aufgewendet wird und so alle Energiekapazitäten voll auf dem Leistungssektor eingesetzt werden können. Ebenso werden alle anderen Lebensbedingungen so optimiert und auf den Leistungszuwachs und Wettkampferfolg zugeschnitten sein, dass zusätzliche Belastungen wie Beruf und in letzter Konsequenz vielleicht auch die Familie für den asketisch lebenden Spitzenathleten nicht mehr existieren können. Zur extremen Leistungssteigerung werden dagegen die Sportanlagen weiterentwickelt sein, und vom Rasen bis zur Laufbahn werden nur noch vollsynthetische Materialien verwendet werden. Ein Superschuh wird die heute so problematischen Tartansymptome verhindern und jeden kleinsten physikalischen Vorteil auszunützen versuchen. Die Leistungsbeurteilung in der Leichtathletik, im Schwimmen und

dort, wo heute noch subjektiv gewertet wird, selbst bei den Spielen, wird durch Computer, die mit Fernsehaufnahmen gefüttert werden, erfolgen, so dass auch eine objektive Beurteilung nicht exakt messbarer Leistungen erfolgt.
Ein weiterer limitierender Faktor wird aber auch in Zukunft im Leistungssport nicht zu umgehen sein und möglicherweise noch grössere Probleme als heute aufwerfen, und zwar die spezifische Persönlichkeit des Athleten, insbesondere seine Intelligenz. Dies um so mehr, als die vollkommene Mobilisierung aller Anpassungsmöglichkeiten in somatischer Hinsicht und die einseitige Ausrichtung auf körperliche Leistungen zwangsläufig zu einer Einschränkung der seelischen Aktivität führen. Dies ist wahrscheinlich deswegen nicht zu umgehen, da das logische Denken und Abschätzen der Risikofolgen sicher, zumindest jedoch unbewusst, den notwendigen bedingungslosen Einsatz stört. Ob durch eine solche Entwicklung die positiven Werte des Sports auch für den Spitzenathleten noch zum Tragen kommen werden, erscheint eher zweifelhaft.
So wie bereits heute der Hochleistungssport nichts mehr mit Gesundheit zu tun hat, wird in Zukunft möglicherweise die menschliche Seite der Persönlichkeit immer mehr in Mitleidenschaft gezogen werden und verkümmern. Die positiven Aspekte des Sports werden aber auch in Zukunft erhalten bleiben. So wird der Sport sicher in zunehmendem Masse als Therapie gegen die Superzivilisation und Uebermechanisierung wahrscheinlich bereits im Rahmen der normalen Arbeitszeit des Menschen eingebaut und durch Gesetze geregelt sein. Das bedeutet, dass jeder Mensch Anspruch auf Sport haben wird und sogar verpflichtet ist, diesen in einem Mindestmass durchzuführen. Ausserdem wird es auch in Zukunft immer noch Menschen geben, die aus freien Stücken, innerem Bedürfnis, Freude an Bewegung und Liebe zur Natur den Sport in der alten konventionellen und traditionellen Art betreiben, wie wir es heute tun. «Die Presse»

Berufsberatung hat sich bewährt

Wie das Zentralsekretariat für Berufsberatung berichtet, gab es Ende 1972 in der Schweiz 385 vollamtliche Berufsberater. Das bedeutet, dass sich die Zahl der vollamtlichen Berufsberater im Laufe der letzten 25 Jahre mehr als verzehnfacht hat. Sicherlich ein Beweis dafür, dass diese Beratung einem echten Bedürfnis entspricht.
Etwas weniger erfreulich ist die Situation bei der Bildungsberatung für Erwachsene. Grosse Fernschulen bieten zum Teil überhaupt keine Beratung, es sei denn, man würde die werblich raffiniert aufgemachten Broschüren dieser Schulfirmen als «Beratung» ansehen. Da aber eine seriöse Beratung das persönliche Gespräch voraussetzt, muss man leider konstatieren, dass auf dem Fernschulsektor viel Leerlauf herrscht, indem den falschen Leuten die falsche Weiterbildung verkauft wird.
Bedenkt man ferner, dass die gleichen Fernschulen, die auf einer solchen unseriösen Basis arbeiten, ihre Kunden zudem damit anzulocken pflegen, dass sie ja jederzeit wieder aufhören können, so wird es einleuchten, dass damit keine pädagogischen Erfolge zu erzielen sind.
Bleibt nur zu hoffen, dass der Gesetzgeber bald die persönliche Beratung für alle seriösen Fernschulen als obligatorisch erklären wird.

Kurz notiert

50 Prozent mehr Menschen treiben Sport

Seit 1967 hat die Zahl der Menschen in der Bundesrepublik, die angeben, sich sportlich zu betätigen, um rund die Hälfte zugenommen. Dieses gibt ein Vergleich von Meinungsumfragen, die im Auftrage der Bundesregierung 1967 (Allensbach für das Bundesgesundheitsministerium) und 1972 (Bundesinnenministerium) durchgeführt wurden. Während der Anteil der Befragten, die angaben, Sport zu treiben, 1967 22 Prozent betrug, war er bis 1972 auf 34 Prozent gestiegen. Der Deutsche Trimm-Club spricht in diesem Zusammenhang von einer Flutwelle in den Freizeitsport und weist Bund, Länder und Gemeinden auf die Notwendigkeit einer entsprechend der Sportteilnahme mitwachsenden Sportförderung hin.

Kanuferien mit Silber-Danielle in Laax

Danielle Kamber, Silbermedaillengewinnerin an den diesjährigen Kanu-Weltmeisterschaften, leitet diesen Sommer das Kanuzentrum im Sportclub des neuerstellten 600-Betten-Sporthotel Happy Rancho in Laax. Für diese neuartige Ferienidee stehen den Gästen und Clubmitgliedern vollständige Kajakausrüstungen zur Verfügung; wer selbst eine Ausrüstung besitzt, kann diese mitbringen. In methodischem Aufbau werden Anfänger sachte und fachmännisch in die Geheimnisse des Kajakfahrens eingeweiht, wobei zuerst im geheizten Hallen- oder Freibad die einfachsten Fahr- und Gleichgewichtsübungen probiert werden. Nach einer Angewöhnungszeit im Bad werden auf dem Laaxersee die ersten Ausfahrten durchgeführt und als Höhepunkt der einwöchigen Kanuferien paddelt man auf leichtem Wildwasser unter kundiger Leitung durch die wildromantischen Gewässer des Rheins.

Ab 20. August bis 20. Oktober werden wöchentliche Kanukurse zu einem Preis von 325 Franken durchgeführt. Im Preis inbegriffen sind: Uebernachtung in konfortablen und rustikal eingerichteten Appartements mit Frühstück, Kanuausrüstung, Unterricht und Begleitung im Kanufahren sowie freie Benützung der Anlagen des hoteleigenen Sportclubs wie Hallenbad, Freibad, Sauna, Solarium, Fitnessraum und Teilnahme am von Sportlehrern geleiteten Sportprogramm. Für Teilnehmer mit eigener Ausrüstung reduziert sich der Pauschalpreis auf 285 Franken. Wochenendkurse (Freitag bis Sonntag) sind speziell für fortgeschrittene Wildwasserfahrer gedacht, der Preis hiefür beläuft sich auf 165 Franken (alles inbegriffen). Anmeldungen raschmöglichst an Sportclub Happy Rancho, Laax, die Teilnehmerzahl ist beschränkt.