

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1989-1990)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Einst Turnen für Betagte - dann Altersturnen - jetzt Seniorensport  
**Autor:** Barth, Elisabeth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843678>

### **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:** 02.04.2026

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

# Einst Turnen für Betagte – dann Altersturnen – jetzt Seniorensport



**Elisabeth Barth**

Bereits aus diesen drei Namen lässt sich die Entwicklung feststellen. Ursprünglich wollte man das Wort «alt» vermeiden, weil sich damals noch zu viele negative Aspekte damit verbanden. Später stand man ehrlich dazu, Altersturnen zu betreiben. Mit der Ausbreitung dieses neuen Turnens sollte ein Beitrag zum besseren Verständnis der älteren Menschen und zu einer positiveren Einstellung geschaffen werden.

Inzwischen hat sich die Situation völlig verändert: Die heutigen Senioren haben bereits während ihrer Schulzeit geturnt und seither meistens eine Sportart weiterbetrieben. Auf jedem Sportgebiet ist eine Fülle von Übungsstoff vorhanden, der lediglich angepasst werden muss. Der vermehrte Einsatz der Turn- und Sportverbände ist heute dringend nötig und mit dem ständig sich erweiternden Angebot ist die Bezeichnung «Seniorensport» am Platz.

## Aus den Anfängen

Die erste Altersturngruppe ist in einem Heim in Thalwil bereits 1959 gegründet worden. 1964 organisierte die Pro Senectute Zürich erstmals einen Einführungskurs für Altersturnleiterinnen ihres Kantons. Ganz zufällig bin ich damals dazugestossen, weil mich eine Kollegin um Mithilfe bat. Zu meinem Erstaunen traf ich an diesem Kurs viele Bekannte aus den Kreisen des Schweizerischen Turnlehrervereins und des Schweiz. Frauerturnverbandes. Alle baten mich, doch selber aktiv mitzuarbeiten, denn es fehle an methodisch geschulten Leiterinnen. Ich sagte zu, nichtahnend, was da alles auf mich hereinbrechen würde.

## Der schweizerische Zusammenschluss

1967 kam es zum ersten schweizerischen Kontakt, und 1968 wurde die Schweizerische Arbeitsgruppe «Turnen für Betagte» gegründet. Sie bestand aus einem medizinischen, sozialen sowie turnerischen Fachausschuss. Es galt, die ganze Arbeit aus dem Nichts aufzubauen und vor allem die Ausbildung von kantonalen Kurs- und Gruppenleitern voranzutreiben. 1969 fand der erste Zentralkurs für die technischen Leiter der Kantone statt.

Trotz aller Ausbildung war das Altersturnen für uns alle Neuland. Ich staune selber, wie wir es fertig gebracht haben, immer die notwendigen Leiterinnen und Leiter zu finden, für die Ausbildung die geeigneten Übungen zu erfinden, auf billige Art, Handgeräte zu basteln, um die des Turnens ganz Unkundigen zu fördern. Gerontologen, Psychologen und Soziologen konnten uns mit der Zeit immer wertvollere Hilfe anbieten, weil auch das Wissen ihrer Fachgebiete sich erweiterte.

Am 27. Januar 1971 wurde die Arbeitsgruppe «Turnen für Betagte» abgelöst durch die neugegründete «Schweizerische Vereinigung für Altersturnen» (SAV). Sie wurde zur Dachorganisation von Institutionen, Verbänden und Behörden, die sich mit dem Altersturnen befassten. Kurzerhand wurde ich zur Präsidentin des Technischen Komitees gewählt.

## Aus unserer Arbeit

Es ist unmöglich, Details von dieser Entwicklung aufzudecken. Ich möchte lediglich einige Schwerpunkte aus unserer Arbeit herausgreifen:

- Durchführung von Turnkursen für die technischen Leiter der Kantone.
- Kurse auf Spezialgebieten: Schwimmen, Turnen in Heimen, Männerturnen, Volkstanzen.
- Wochenendlehrgänge für Leiterinnen aus Frauerturnverbänden, die für das Altersturnen umgeschult wurden.
- Wochenausbildungskurse für kantonale Kurs- und Gruppenleiter.
- Schaffung von eigenen Tonbändern.
- Teilnahme an Kongressen (Gerontologen, Psychologen).
- Mitarbeit an ausländischen Kursen.
- Herausgabe meiner Anleitung 1976, die in deutscher und französischer Sprache erschienen ist und die auch im Ausland viel Beachtung gefunden hat. Mit diesem Buch, das weit über eine blosser Übungssammlung hinausgeht, ist ein solides Fundament geschaffen worden.

Das Altersturnen breitete sich in der ganzen Schweiz rasch aus. Bereits 1977 wurde die 3000. Altersturngruppe gegründet, und die Zahl der Altersturnenden stieg auf über 60 000 an. Keine andere Sportorganisation kann auf eine solch steile Entwicklung zurückschauen wie der Seniorensport.

Nach einem Einsatz von insgesamt 11 Jahren bin ich von den schweizerischen Behörden zurückgetreten. Die Strukturen haben sich seither stark verändert. 1987 ist der Schweizerische Interverband für Seniorensport anstelle der SVA getreten, und die Pro Senectute stellt, losgelöst

vom Verband, ihre Mitarbeit weiterhin zur Verfügung.

## Und wie war es in Basel?

Die ersten Kontakte liegen bereits 20 Jahre zurück. Es war eine ungetrübte Zusammenarbeit verschiedener Gremien. Die anfänglich kleine Arbeitsgruppe hat sich erweitert und zählt heute über 20 verantwortliche Mitarbeiter. Basel ist von der übrigen Schweiz viel benieden worden, denn als Stadtkanton hatten wir Vorteile: Wir konnten die Weiterbildungskurse zentral durchführen und dadurch den Kontakt aller Leitenden gewährleisten. Ein Weiterausbau auf andere Fachgebiete stiess gleich auf grosses Interesse (z.B. Schwimmen, Wandern, Skilanglauf, Volkstanzen), und wir hatten von Anfang an fachlich geschulte Mitarbeiter aus verschiedenen Organisationen und Verbänden. In Basel konnte ich neue Sparten ausprobieren und sie dann mit Überzeugung auf schweizerischer Ebene in grösserem Rahmen befürworten. Die Pro Senectute Basel-Stadt hat stets guten Kontakt zu den Turnverbänden gepflegt, auch nach meinem Rücktritt. Das erfüllt mich mit grosser Freude. Aller Einsatz geschieht weiterhin zum Wohle des Seniorensports. Die Senioren ihrerseits belohnen uns mit ihrem freudigen Mitmachen. Man kann sich keinen schöneren Dank wünschen.

*Elisabeth Barth, ehemalige Präsidentin des Technischen Komitees der Schweizerischen Vereinigung für Altersturnen und techn. Leiterin von Basel-Stadt.*

**Ruhe, eine nette Ambiance  
und viel  
warmes Wasser.**

33°C.

**Hallenschwimmbad  
Bethesda**

Tel. 42 40 12    Gellertstrasse 144