Zeitschrift: Heimatbuch Meilen
Herausgeber: Vereinigung Heimatbuch Meilen
Band: 12 (1973)

Artikel: Der jüngste Meilemer Sportverein
Autor: Vuilleumier, E.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-954149

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: 13.08.2025

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

E. Vuilleumier

Der jüngste Meilener Sportverein

Aus der Geschichte des Schwimm-Clubs Meilen

Am 5. März 1971 kam es zur Gründung des Schwimm-Clubs Meilen. Als langjähriger, erfahrener Trainer des SV Zürileu hegte der Präsident des SCM, Heinz Walder, schon lange den Wunsch, zusammen mit seinem Klubkameraden Rudolf Mantel, dem bekannten Promotor des Zürcher Limmatschwimmens am rechten Zürichseeufer, einen eigenen, etwas kleineren und daher besser lenkbaren Klub am See zu gründen. Warum aber ausgerechnet einen Schwimm-Klub?
Im Hinblick auf die projektierten Frei- und Hallenbäder in Meilen erlaube ich mir, an dieser Stelle Hans Futters Ansichten über die *Bedeutung des Schwimmens* wiederzugeben:

«Wir alle sollten es uns zur Gewohnheit machen, irgendeine sportliche Betätigung regelmässig, bis ins hohe Alter, zu pflegen. Die Förderung des Selbstvertrauens, des Gefühls des Könnens und der inneren Sicherheit sind im *pädagogischen* Bereich von zentraler Bedeutung. Der Schwimmunterricht bietet sich dabei als optimales Mittel an. Primär geht es um die Überwindung verschiedener Formen von Furcht und Angst, dann aber um die Stärkung des Mutes und die Förderung der Willensbildung. Voraussetzung zu pädagogischen Erfolgen ist ein verständnisvoller Lehrer.
Durch das unbeschwerte Tummeln im Wasser und die Beherrschung des Schwimmens werden auch das psychische Wohlbefinden und die Lebensfreude gesteigert, Erholung und Entspannung vermittelt. Nicht zuletzt sind die ethischen Werte eine wesentliche pädagogische Zielsetzung. Mitmenschen vor dem Ertrinken retten zu können, verleiht dem Schwimmunterricht einen ganz besonderen Inhalt.
Auch aus *biologischer* Sicht ist die gesundheitliche Wirkung des Schwimmens äusserst vielseitig:

Atmung und Kreislauf

Der Reiz des frischen Wassers erzeugt einen inspiratorischen Reflex (vertieftes Einatmen). Lunge, Herz und Kreislauf werden zu vermehrter Tätigkeit angeregt und eventuell bereits bestehende Kreislaufschäden günstig beeinflusst. Die Atemtechnik im Schwimmen führt zu einem vermehrten Gasaustausch, zur Kräftigung der Atemmuskulatur und Erhöhung der Vitalkapazität, des Lungenfassungsvermögens.

Bewegungsapparat

Die veränderten Schwerkraftverhältnisse im Wasser führen zu einer optimalen Entspannung und Lockerung des gesamten Bewegungsapparates. Diese Tatsache ist bereits als prophylaktische Massnahme bedeutsam, erweist sich aber vor allem in der

Therapie der durch Krankheit oder Unfall geschädigten Glieder als äusserst wertvoll.

Muskulatur

Durch regelmässiges Schwimmen erhält die gesamte Muskulatur eine weiche Dehnbarkeit und Elastizität, wird vor allem die Rükken-, Schulter- und Armmuskulatur gekräftigt. Da zudem durch den Auftrieb die Wirbelsäule entlastet wird, wirkt sich Schwimmen als Vorbeugung gegen Zivilisationsschäden sowie zur Beseitigung drohender oder zur Minderung schon eingetretener Haltungsschäden äusserst positiv aus.

Stoffwechsel

Der Wärmeverlust im Wasser wird durch vermehrte Wärmebildung als Folge intensiver Bewegung ausgeglichen. Dadurch wird der Stoffwechselumsatz intensiviert. Gesamthaft ist der Energieverbrauch beim gewöhnlichen Schwimmen etwa fünfmal so gross wie beim Gehen.

Haut

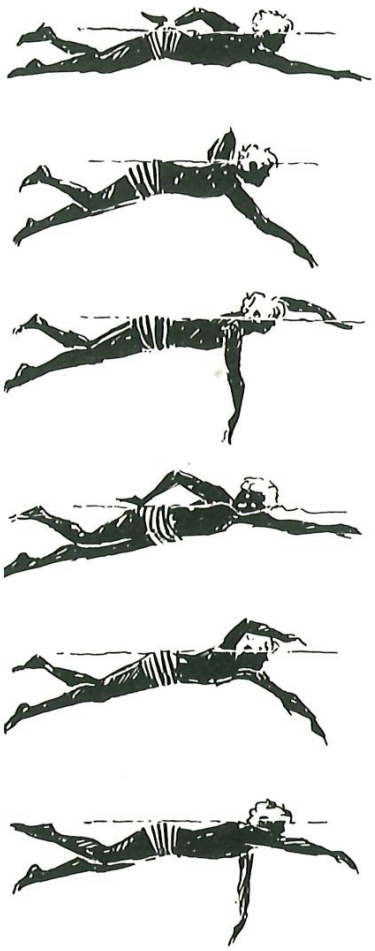
Durch die Wechselwirkung zwischen Wasser und Luft erfolgen immer wieder neue Reize auf das Organ Haut. Diese wird vermehrt durchblutet und somit aktiviert und widerstandsfähiger im Kampf gegen Krankheitserreger. Schwimmen ist ein vorzügliches Haut- und Gefässtraining.

Duschen, intensives Bewegen im keimfreien, desinfizierenden Wasser sowie die einwandfreie Luft, die der Schwimmer direkt über dem Wasser einatmet, sind hygienisch bedeutungsvoll. Körperpflege muss als Teil der Gesundheitserziehung schon beim Schulkind zum Bedürfnis werden. Eine wichtige Aufgabe dieser Gesundheitspflege ist die Abhärtung. Ein Grossteil der Stadtkinder ist durch die moderne Heizungstechnik widerstandslos gegenüber klimatischen Einflüssen und daher anfälliger für Erkältungskrankheiten. Der Aufenthalt im Wasser, der Wechsel zwischen Wasser und Luft, führt zu einer allgemeinen Abhärtung, die sich gesundheitsfördernd auswirkt.

Hygienische Aspekte

Als spezielles Ziel des Schwimmens ist der Kampf gegen Haltungsschwächen und Bewegungsmangel zu betrachten. Die Ärzte stellen fest und verschiedene Statistiken belegen die Tatsache, dass die Körperhaltung unserer Schüler schlechter geworden ist. So wiesen zum Beispiel von 6071 schulpflichtig werdenden Basler Knaben und Mädchen bereits 12,1 Prozent Haltungsschäden auf, während es bei den aus der Schule austretenden sogar 31,6 Prozent waren. 1966 fand man bei 926 Stellungspflichtigen in der Stadt Zürich 22,5 Prozent mit Wirbelsäulenschäden. Die Tatsache des Haltungszerfalls unserer Jugendlichen mit all seinen Folgeerscheinungen scheint sich zu einem ernsthaften Problem der Volksgesundheit auszuweiten.
Ebenso übereinstimmend plädieren Orthopäden und Ärzte für einen regelmässigen Schwimmunterricht als optimale prophylaktische Massnahme im Kampfe gegen Haltungszerfall. Dabei geht es darum, diejenige Muskulatur systematisch zu kräftigen, welche Wirbelsäule und Schultergürtel aufrecht hält. Wissenschaft-

liche Untersuchungen haben ergeben, dass nur gelegentliche oder zuwenig intensive Arbeit völlig unzureichend ist. Die Muskulatur ist nur bei regelmässiger, optimaler Belastung trainierbar. Gefordert wird deshalb die Möglichkeit, allen Schülern während des ganzen Jahres ihren Fähigkeiten angepassten Schwimmunterricht zu vermitteln.



Der Bewegungsmangel (die Hypokinetik) muss als Krankheit unserer Zeit bezeichnet werden. Körperliche Inaktivität ist bewiesenermassen Ursache vieler Zivilisationsschäden wie Kreislaufstörungen, Stoffwechselkrankheiten, Kreuzschmerzen, Fussbeschwerden, Haltungsschäden am Knochen-, Band- und Muskelapparat der Wirbelsäule, nervöser Störungen. Und ebenso klar ist die Erkenntnis, dass die wirksamste und billigste Prophylaxis heisst: Mehr Bewegung!

In einer Zeit, da die Arbeitszeit kontinuierlich abgebaut, die 5-Tage-Woche bald zur Regel geworden ist und eventuell auch die Schule mit dieser Entwicklung konfrontiert wird, geht es darum, bereits unsere Jugend zu einer sinnvollen Gestaltung ihrer Freizeit zu erziehen. Sicher hat die Möglichkeit einer sportlichen Freizeitgestaltung besonders bei den Schülern eine zentrale Bedeutung. Im Vordergrund stehen alle Formen des Spiels, dann aber vor allem diejenigen sportlichen Disziplinen, die auch allein oder in kleiner Gemeinschaft betrieben werden können. Auch hier bietet sich Schwimmen als optimale Möglichkeit an, kann es doch bis ins hohe Alter mit wenig Kosten für Ausrüstung und Durchführung, dagegen mit grossem gesundheitlichem Nutzen betrieben werden. Wesentlich ist aber, dass die Grundlage zu sportlichem Schwimmen im günstigsten Alter gelegt wird – nämlich während der Schulzeit.»

Innerhalb zweier Monate gelang es den Initianten des SCM, so viele begeisterte Mithelfer zu finden, dass bereits im Juni 1971 ein für unsere Jugend neues und recht anstrengendes Training zustande kam. Und zwar in dem am 28. Mai 1971 neu eröffneten Strandbad Feldmeilen, dessen Anlagen es erst erlaubten, ein intensives Klubtraining durchzuführen. In einem Bassin, hier ein 25-m-Becken, haben die Trainer die beste Übersicht und können in abgetrennten Bahnen das Training am wirkungsvollsten gestalten.

Die schwimmtechnischen Ziele des SCM sind folgende:

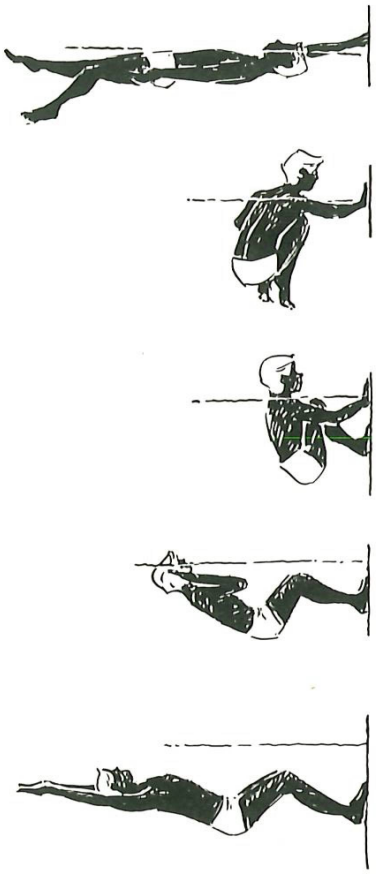
Für Schwimmer	Grundausbildung in den vier Lagen Brust, Kraul, Rücken und Delfin. Starts und Wenden.
Für begabte Schwimmer	Intensivierung der Stilarten, Starts und Wenden. Schulung des Rhythmusgefühls, des Gleitvermögens, der Atmung, der Koordination, des Sprintvermögens und natürlich der Kondition. Möglichkeit zur Teilnahme an regionalen Wettkämpfen (Lizenz).
Für Anfänger	Wassergewöhnung, Wasserspiele, Erarbeiten der Wasserlage, Atemübungen, Brustschwimmen, Rückenschwimmen.

Beim Strandbad Meilen vor der Aufschüttung 1970/71 für die neuen Anlagen.

Dass in kaltem, trübem, ständig bewegtem Zürichseewasser diese Ziele nie erreicht werden können, versteht sich von selbst. In der Schwimmsaison des SCM fehlte vor allem die ältere Generation. Es ist aber eines der Hauptziele des SCM, diese älteren Leute in das wohltuende Gesundheitsschwimmen einzuführen. So bestehen schon seit der Gründung des SCM Verbindungen zur Rheumaliga, und es ist zu erwarten, dass diesem Gesundheitsschwimmen in den geplanten geheizten Bädern ein grosser Erfolg beschieden sein wird.
Natürlich gab es in der Saison 1971 viel Erfreuliches. So wurde einigen Frauen, die sich als «ewige Nichtschwimmerinnen» bezeichnet hatten, das Schwimmen in kurzer Zeit beigebracht.

Ebenso erging es vielen Kindern dank der neuen Schwimm-Hilfsmittel wie Schwimmbrett und Pullboy. Andere nahmen bereits an Wettkämpfen teil und brachten erfreuliche Resultate nach Hause.

Auch startete der SCM im Juli 1971, also vor der Inkraftsetzung des Gesetzes über Jugend + Sport, erstmals einen J + S-Versuchskurs im Sportfach Schwimmen. Damit hat der SCM die Möglichkeit, auch *Nichtmitgliedern* im J + S-Alter einen fachgerechten Sportunterricht zu bieten. Da die neue Institution Jugend + Sport und der SCM eng verbunden sind, fünfzehn Trainer des SCM sind bereits anerkannte J + S-Leiter in einem oder mehreren Sportfächern, möchte ich hier kurz diese neue Institution vorstellen. Die Annahme des Artikels 27 quinquies der Bundesverfassung ermöglicht es dem Bund, Turnen und Sport wesentlich besser zu fördern als bisher. Diese neue Institution, die nicht nur den Buben, sondern auch den Mädchen eine Vielfalt von Möglichkeiten bietet, den Sport ihrer Wahl zu treiben, ist auf dem bisherigen turnerischen sportlichen Vorunterricht aufgebaut. Der Bund will den Organisationen, die in der sportlichen Jugendarbeit tätig sind, vermehrte Mittel zur Verfügung stellen, um bessere sportliche Erziehungsarbeit leisten zu können. Unter diesen Mitteln des Bundes sind nicht nur Geldbeiträge und Sportmaterial zu verstehen. Dazu gehören auch fachtechnische Unterstützung durch Leiterausbildung, Rahmenprogramme und Lehrunterlagen. Der Aufbau von J + S ist auf fachgerechten Sportunterricht durch gutausgebildete Leiter ausgerichtet. J + S steht unter der Leitung der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen und der kantonalen Ämter für Jugend + Sport. Träger sind schweizerische Turn-, Sport- und Jugendorganisationen sowie Schulen, Betriebe und freie Gruppen. Zur Teilnahme berechtigt sind alle Jugendlichen, Burschen und Mädchen, im Alter von vierzehn bis zwanzig Jahren. Leiter sind alle anerkannten J + S-Leiterinnen und Leiter, die im entsprechenden Sportfach eine J + S-Leiterausbildung Stufe 1, 2 oder 3 absolviert haben.



Die Tatsache, dass der SCM im Jahr 1971 vierhundert Mitglieder zählte – und somit unter die zehn grössten Schweizer Schwimmklubs fiel, noch vor den Schwimmklubs Bern und Basel – zeigt deutlich, wie gross das Bedürfnis ist, in unserer «fetten» Zeit fit zu bleiben. So konnten 1971 über hundert Teilnehmer an den Schweizer Schwimmtagen die Auszeichnungen in Empfang nehmen; bei den Schweizer Schwimmtests waren es sogar 171 Teilnehmer.

Zur Überbrückung der langen Winterpause fand für alle Aktiven des SCM in der neuen Turnhalle Feldmeilen ein Fitnesstraining statt. In drei Stunden wurden bis zu hundertfünfzig Kinder und Jugendliche beschäftigt. Die rassige musikalische Einleitung, die Intervall-, Circuit- und Fitnessprogramme und die ausklingenden Spiele wie zum Beispiel Volleyball oder Sitzfussball mit achtzig (!) Teilnehmern und sechs Bällen machten es möglich, den anspruchsvollen Jugendlichen ein vielseitiges Turnen zu bieten. Da die verantwortlichen Leiter, Vittorio Del Basso, Eva Cserepy und

der Schreibende, J + S-Leiter im Sportfach Fitness geworden sind, kann im Winter 1972/73 das Turnen als J + S-Kurs durchgeführt werden. Weitere J + S-Kurse im Sportfach Schwimmen sind jeden Sommer vorgesehen. An der ersten GV des SCM stellte Heinz Walder den neuen Vorstand vor, der sich für 1972 wie folgt zusammensetzt:
Präsident: Heinz Walder; Vizepräsident und Kassier: Paul Rieser; Sekretariat: Rudolf Mantel und Andreas Wetter; Technischer Leiter: Edi Vuilleumier; Stellvertreter: Vittorio Del Basso; Aktuar und Transportchef: Marcel Michel; Wasserballchef: Zoltan Cserepy; Stellvertreter: Peter Steiger; offizielle Feldner Schwimmlehrerin: Eva Cserepy; Wasserballett: Elisabeth Wipf; Materialverwalter: Werner von Arx; Vorstandsmitglieder und Trainer: Reiner Hesse, Peter Weber und Peter Zollinger; Beisitzer: die Herren Gemeinderäte H. Holenweg und O. Meierhofer.

Da der SCM ein Schwimmklub *ohne Bad* ist, hat sich der Vorstand eifrig bemüht, den Aktiven für das Jahr 1972 die Möglichkeit einer auswärtigen Hallenbadbenützung zu bieten. Erfreulicherweise hat sich die Gemeinde Gossau bereit erklärt, dem SCM das Hallenbad (Lehrschwimmbecken) einmal wöchentlich zur Verfügung zu stellen.
Durch das Unternehmen Gossau – jeden Montag sammelt ein Car in Meilen an vier Orten über siebzig Kinder ein – entstehen dem SCM erhebliche Mehrauslagen. So bezahlt der SCM wöchentlich nicht weniger als 170 Franken für Carfahrt und Eintritt ins Hallenbad. Zur Deckung dieser Kosten musste der Mitgliederbeitrag von 20 Franken auf 40 Franken pro Jahr erhöht werden. Darin inbegriffen sind somit: achtmaliger Besuch und Training im Hallenbad Gossau; Sommertraining im Strandbad Feldmeilen; Fitnesstraining im Winterhalbjahr in der Turnhalle Feldmeilen.
Dass dieser Verein, zeitgemäss und attraktiv aufgezogen, trotz unserer heutigen Zeit des individuellen Aneinandervorbeilebens, die Jungen anspricht und anzieht, beweist, dass der SCM den richtigen Weg eingeschlagen hat. So traten an der GV gleich zwei Orchester auf, die vorwiegend, und das ist besonders erfreulich, aus SCM-Mitgliedern zusammengesetzt waren. Es bieten sich hier dem SCM noch viele Möglichkeiten, auch neben dem eigentlichen Schwimmen noch andere Interessen zu wekken: so wird in Zukunft sicher eine Wasserballmannschaft ins Leben gerufen werden, für Mädchen dürfte das weitherum unbekannte Wasserballett sehr anziehend wirken, das Wasserspringen könnte sicherlich ebenfalls eingeführt werden und das Rettungsschwimmen könnte schon von Elfjährigen erlernt werden (Jugend-Brevet).
Über allem aber steht als Leitgedanke des SCM: die Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit, die Erziehung zur Freizeitgestaltung, die sachgerechte Sportausbildung, das Sporterlebnis, die Förderung der Zusammenarbeit und der gegenseitigen Anerkennung in der Gruppe; denn nur der Sport macht es möglich, in Erwachsenenformen noch Kind und als Jugendlicher schon Erwachsener zu sein.