

**Zeitschrift:** Hochparterre : Zeitschrift für Architektur und Design  
**Herausgeber:** Hochparterre  
**Band:** 20 (2007)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Siebensachen

### **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](#)

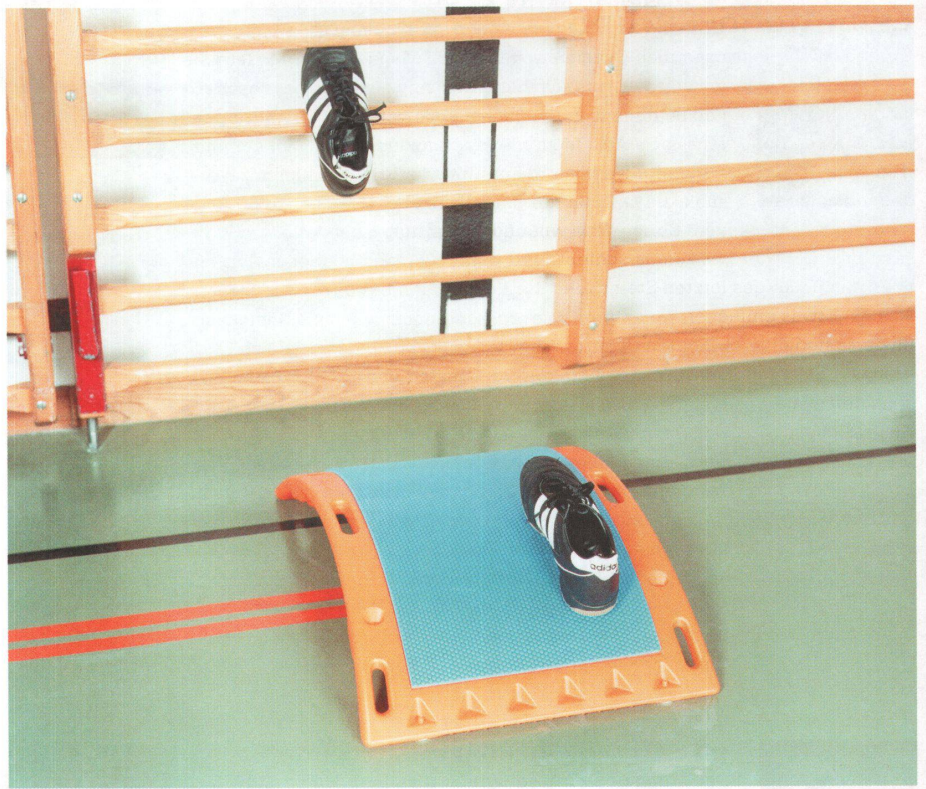
**Download PDF:** 11.01.2026

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



## Rauf und runter

Dieser Bogen oder umgekehrt diese Schaukel ist ein ernsthaftes Spielgerät. Es stärkt Muskeln und kommt in der Therapie zum Einsatz. Die schönere Materialisierung ist aus Holz, aber öfter gebraucht wird das Turngerät aus robustem Kunststoff, in typischem Turnhallenorange mit leuchtend blauem Schaumstoffeinsatz. Mit dem 3,2 Kilogramm schweren, stapelbaren Ding bringt man in der Turnstunde den Herz-Kreislauf in Schwung, verbessert die Koordination, trainiert Kraft und Beweglichkeit. Besteigt man die Schaukel mit beiden Füßen, wackelt es hin und her; mit ein bisschen Übung lässt sich darauf walken, wie man in Trainingsdeutsch sagt, oder vor- und zurückschaukeln. Als Bogen auf den Boden gestellt, wird er zum Step, man kann sich aber auch rücklings drauflegen und den Bauchmuskeln Gewalt antun. Oder, zusammen mit Gummibändern, allerlei Muskeln an den Armen trainieren. Was so einfach aussieht, hat eine lange Entwicklungsgeschichte: Zehn Jahre haben Physiotherapeutin Sandra Bonacina und Hochschulsportlehrer Viktor Denoth dieses Gerät entwickelt. Bereits gibt es T-Bow-Lektionen und -Instruktionslehrgänge. Man kann aber auch selbst herausfinden, was man alles mit dem Bogen respektive der Schaukel tun kann, alleine und ohne muskelbepackte Instruktorin. ME



**Der Bogen oder die Schaukel bekämpft als Trainingsgerät nicht nur die Problemzonen. Das Gerät regt auch die Fantasie an.**

### T-Bow-Schaukel

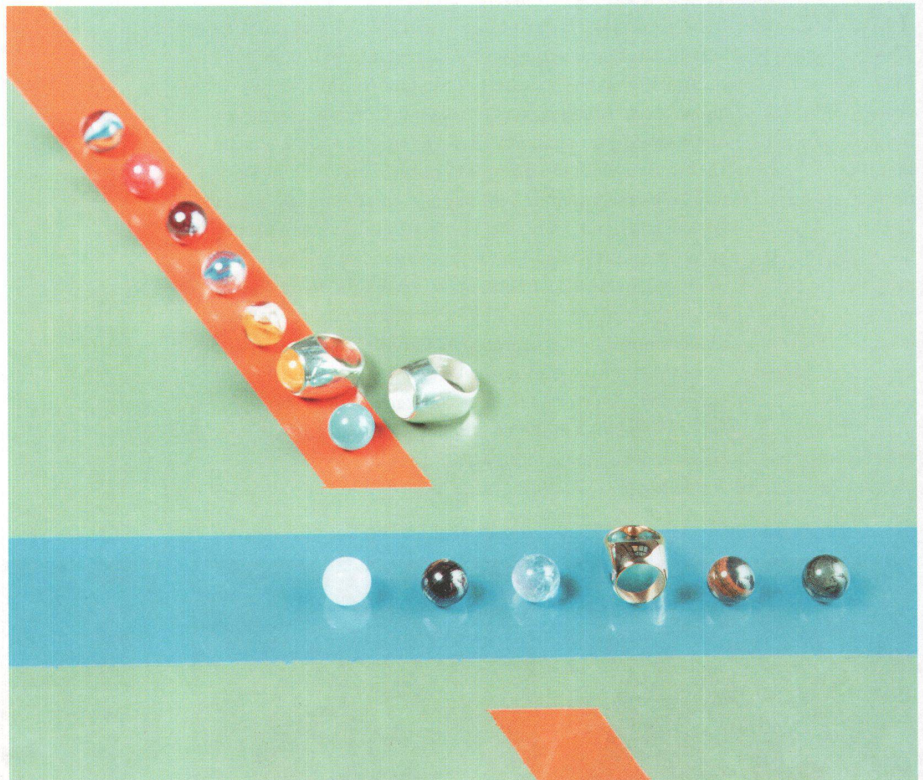
- > Design: Sandra Bonacina, Viktor Denoth
- > Material: Kunststoff, Holz, Schaumstoff
- > Preis: CHF 179.- (Kunststoff), CHF 350.- (Holz)
- > Bezug: Sports Goods AG, Hünenberg, [www.t-bow.ch](http://www.t-bow.ch)

## Fingerspiele

Manchmal muss ein Kugelschreiber herhalten oder eine Büroklammer. Aber es gibt auch schmuckere Dinge, die Nervosität abfangen: den Murmelring von Corinne Jeisy. «Als Designerin verstehe ich Gestaltung als Spiel», sagt sie. Eine Fassung in Silber, Gelb- oder Weissgold umhüllt eine Murmel, die je nach Lust und Laune ausgewechselt werden kann. Mit der schönsten Murmel, mit der Kugel, die am besten zu Gemütslage und Kleidung passt. Die einfache Fassung setzt jede Kugel ins beste Licht. Die durchsichtigen mit Farbschleiern in einer, zwei, drei Farben ebenso wie die opaken Murmeln in einer oder mehreren Farben. Treffen sich zwei Murmelring-Trägerinnen, tauschen sie ihre Kugeln. Erst an den Finger gesteckt wird die Kugel im Ring fixiert. Doch sie lässt sich weiterhin drehen und drehen – unauffällig mit den Fingern der anderen Hand oder mit dem Daumen derselben Hand, wenn der Ring zur Handfläche gedreht wird. So lange, bis die schönste Ansicht der Kugel nach oben weist. Gerne nimmt man den Ring vom Finger und begreift das Prinzip. Doch aufgepasst: Die lose Glaskugel kullert, passt man nicht auf, dem Ring von der Fassung, rollt über den Tisch auf den Boden und verschwindet im Loch. ME

### Murmelring, 2006

- > Design: Corinne Jeisy, Zürich
- > Hersteller: Corinne Jeisy, [www.murmelring.ch](http://www.murmelring.ch)
- > Material: Silber, Gelbgold, Weissgold
- > Preis: CHF 290.- (Set mit Silberring und fünf Murmeln)
- > Bezug: Corinne Jeisy; Fachhandel



**Mit diesem Ring am Finger kann man spielen, bis die Langeweile vorüber ist und die schönste Seite nach oben weist.**



## Leichtlohn-Curling

Curling ist das seltsame Spiel – manche sagen Sport –, bei dem man wie verrückt wischen muss, um zum Ziel zu gelangen. Nur mit Feingefühl gelingt es, möglichst viele der acht eigenen Spielsteine möglichst nahe ins Zentrum des «Hauses» zu bringen, näher als der am besten platzierte gegnerische Stein. Und alles auf Eis. Klingt einfach, aber da gibt es den Gegner, der dasselbe will und die gut gesetzten Steine aus dem Haus schiebt, und dann gibt es noch das Recht des letzten Steins oder die Kunst des Wischens. Etwas einfacher, weil ohne Besen und ohne komplizierte Regeln, geht es mit dem «Swiss Home Curling». Vier wie glatt gelutschte Bonbons geformte Kunststoffspielsteine lassen sich auf jeder glatten Oberfläche in ein Ziel schubsen. Das Spiel variiert, was alle Spiele bieten, bei denen es darum geht, einen Spielstein in ein Zentrum zu stoßen. Die Verpackung, die auch als Spielgrund dient, dürfte etwas hübscher sein. Aber mit einem guten Team und etwas Fantasie (den schlafenden Hund als Tor benutzen, den Kaktus zum Kegel, die Hausbar zum Hindernisparcours erklären) lässt sich ganz gut und jahreszeitenunabhängig damit spielen. ME

Swiss Home Curling

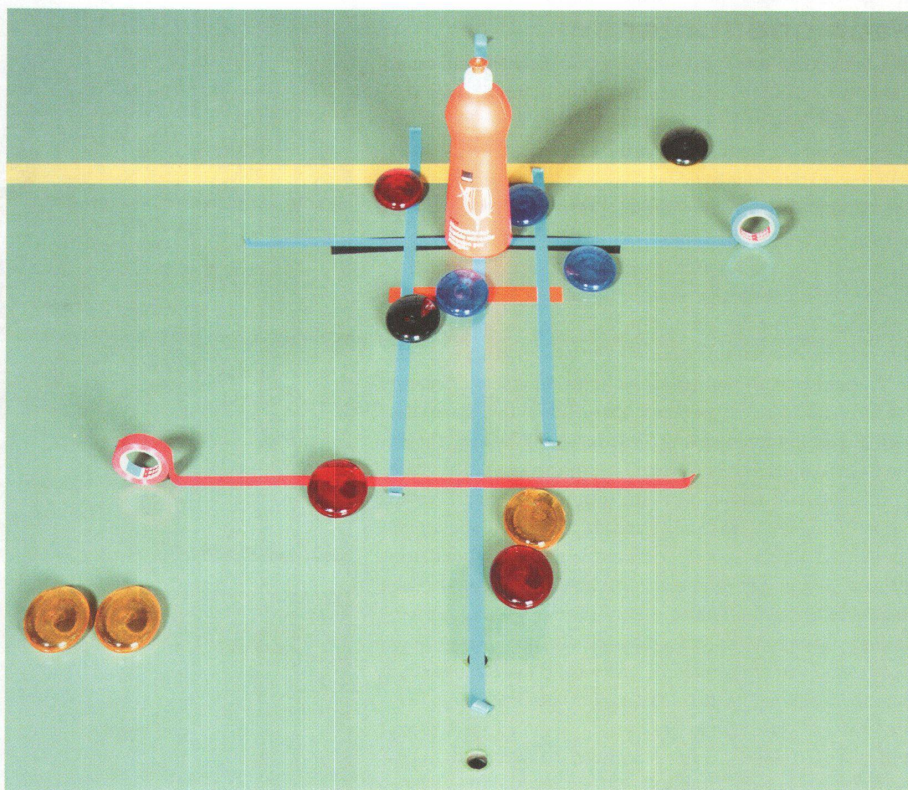
--> Design: Jörg Schmid, Michèle Schmid, Basel

--> Hersteller: Trandytrade, Zwingen

--> Material: Kunststoffsteine gelb-schwarz, rot-blau, orange-grün; Blister-Verpackung mit Spielgrund

--> Preis: CHF 29.90

--> Bezug: Fachhandel



**Die freie Version von Curling: Sie lässt sich überall spielen, alles wird zum Ziel und Regeln braucht es auch keine.**

## Yo, Mann

Was wirklich Angst macht: die Geschwindigkeit, mit der Eric Bergmann dieses kleine Ding rauf und runter, nach vorne, hinten, in alle Himmelsrichtungen wirbelt. Und dabei in die Kamera lacht. Wie viele tausend Stunden hat der Mann geübt? Was macht er sonst im Leben? Ein Spielsüchtiger, der vom genialen Jo-Jo nicht mehr loskommt? Der Designer Alex Hochstrasser wäre der Schuldige, denn er hat dieses Jo-Jo entwickelt. Es hat nichts zu tun mit den zwei zusammengesteckten Kunststoffscheiben, mit denen wir als Kinder herumhantierten. «(Yo)<sup>2</sup> Triple Action» erfüllt alle drei Grundfunktionen eines Jo-Jo: Kippt man eine Feder, bleibt das schwirrende Ding im Leerlauf, springt von selbst wieder zurück oder lässt furchtbar komplizierte Figuren mit sich machen. Die Figuren haben übrigens alle Namen, wie der beigelegte CD mit Übungen zu entnehmen ist: Zu den einfacheren gehören «Walk the Dog», «Eiffel Tower» oder «Big Star». Fortgeschrittene wie Eric Bergmann legen einen «Loop the Loop» auch auf dem Rücken liegend hin. Schön ist das Jo-Jo übrigens auch; es ist in durchsichtig blauem, grünem oder rotem Kunststoff zu haben. Durchsichtig deshalb, damit man die Feder schnappen sieht, betätigt man den Hebel. ME

Jo-Jo (Yo)<sup>2</sup> Triple Action

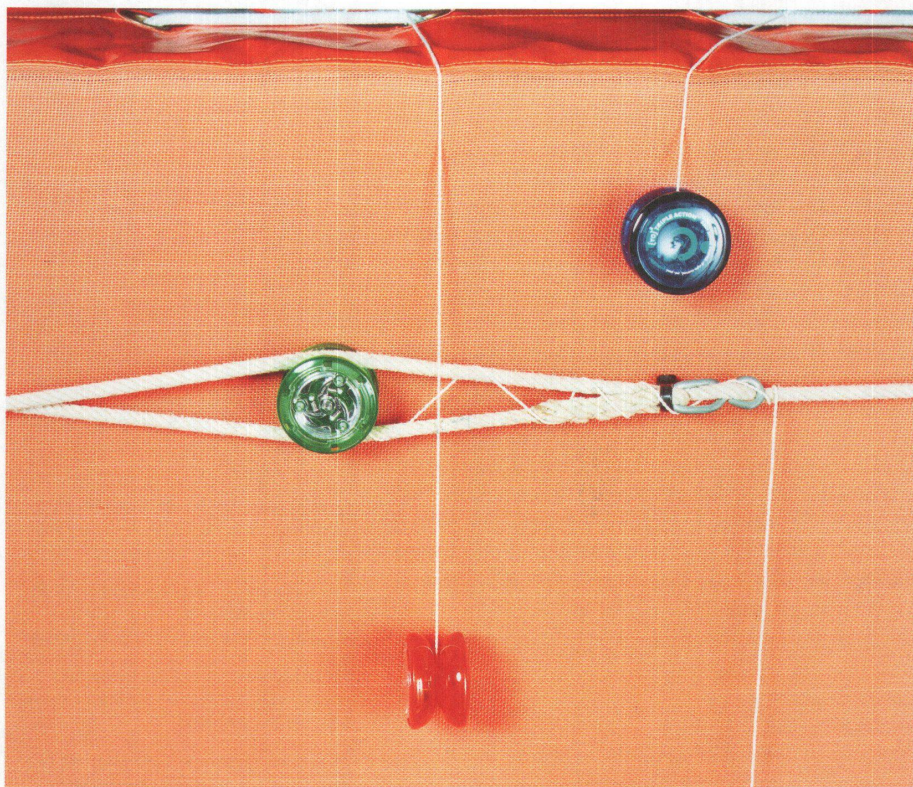
--> Design: Alex Hochstrasser, Zürich

--> Hersteller: Active People, Binningen, [www.activepeople.com](http://www.activepeople.com)

--> Material: Kunststoff

--> Preis: CHF 21.90

--> Bezug: Active People; Fachhandel



**Jo-Jo als neue Herausforderung: Wer die ersten Tricks kann, gibt das kleine Gerät nie mehr aus der Hand.** Fotos: Stefan Jäggi