

| | |
|---------------------|--|
| Zeitschrift: | Ski : Jahrbuch des Schweizerischen Ski-Verbandes = Annuaire de l'Association Suisse des Clubs de Ski |
| Herausgeber: | Schweizerischer Ski-Verband |
| Band: | 12 (1916-1917) |
| | |
| Artikel: | Beherzigenswertes von einem Patrouillenlauf |
| Autor: | C.E. |
| DOI: | https://doi.org/10.5169/seals-541651 |

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: 17.01.2026

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



Wüthrich, phot.

Beherzigenswertes von einem Patrouillenlauf.

Am 28. Januar 1917 führte der Skiklub «Gurten» Bern einen grossen Militärpatrullenwettlauf der 3. Division nach den Bestimmungen des S. S. V. und unter dem Ehrenpräsidium des Herrn Oberstdivisionär Wildbolz, des Kommandanten der Division, durch. 220 Mann hatten sich gemeldet, 41 Patrouillen zu 4 Mann starteten. Sie wurden in zwei Abteilungen eingeteilt, von denen die erste einen Lauf von 35, die zweite einen solchen von 20 km im Gelände Gurten-Bütschelegg-Zingg mit Ziel in Kehrsatz auszuführen hatte. Die Steigungen sind im offiziellen Bericht nicht angegeben(!) und über die Beschaffenheit des Schnees wird nur gesagt, er sei nicht der sogenannte Pulverschnee gewesen. Durch anhaltende Bise war er offenbar hart, auch teilweise in ungenügender Menge vorhanden, was bei der am Nachmittag eröffneten zwanglosen Sprungkonkurrenz noch deutlicher zum Ausdruck kam. Diese Schneeverhältnisse, dazu die schneidende Bise mögen an den ziemlich zahlreichen Unfällen schuld gewesen sein. Bemerkt sei noch, dass die erste Patrouille in Kategorie I unter Führung des Oberlt. H. Bernet in der hervorragenden Zeit von 3 Std. 25 Min. 31 Sek. am Ziel ankam, die erste

der Kategorie II in 2 Std. 48 Min. 14 Sek. Zu Vergleichen bieten diese Zahlen allerdings wenig Anlass, da die Steigungen nicht bekannt sind. Von den sämtlichen 41 Patrouillen sind eigentlich nur 3 ganz geschlossen angekommen, dabei jeweilen die im zweiten Rang stehenden; beide oben genannten ersten Patrouillen hatten kleine Zuschlüsse für Nachzügler bekommen, diese Zuschlüsse verschlechterten aber ihre vorzügliche Durchschnittszeit doch nicht so sehr, das sie sie im Rang herabgesetzt hätten.

Das übliche Bild eines Militärpatrouillenlaufs hier näher



zu beschreiben, hätte keinen grossen Zweck; im Interesse unserer Skisache möchte ich nur auf zwei wichtige Punkte, die Versicherung und die ärztliche Untersuchung, näher eingehen, nicht um diese Veranstaltung zu kritisieren, sondern damit andere Klubs, die Rennen veranstalten wollen, davon lernen können.

Das Organisationskomitee hatte mit der «Helvetia» für sämtliche 170 Teilnehmer am Rennen eine Unfallversicherung abgeschlossen, die bei ca. Fr. 1.50 Prämie auf die Person folgende Entschädigungen versprach:

| | | | | |
|------------|---|--|--|--|
| Fr. 4,000. | — bei Todesfall | | | |
| » 4,000. | — bei Invalidität | | | |
| » 4. | — Tagesentschädigung bei Total-Arbeitsunfähigkeit | | | |
| » 2. | — » » 50 % » | | | |
| » 1. | — » » 25 % » | | | |

Die Heilungskosten gingen zu Lasten der Verunfallten. Es gelangten dann 13 Unfälle zur Erledigung mit einer Gesamtentschädigung von Fr. 1277.—; ein Fall, Zehenverletzung und Erfrieren, wurde nicht entschädigt, weil angenommen wurde, dass schlechte Strümpfe eine Reibung der Zehe am Schuhwerk und dadurch eine Schürfwunde verursacht haben und dass als Grund des Erfrierens ebenfalls die mangelhafte Bekleidung anzusehen sei. Von den 15 Unfällen, von denen ärztliche Berichte eingelangt sind, betrafen 10 Verletzungen der rechten Hand bzw. des rechten Armes, Schulter oder Fusses (hauptsächlich Verstauchungen, ferner Erfrieren zweier Finger, Bruch zweier Mittelhandknochen, Ausrenkung der Achsel), ein Beweis, dass man beim Sturze sich rechts zu erwehren sucht; zwei Unfälle betrafen die linken Gliedmassen, drei Stürze auf den Kopf mit Erschütterung oder klaffender Wunde. Endlich sind noch etwa zehn kleinere Unfälle (meist ebenfalls Verletzungen der rechten Hand) zu erwähnen. Der mit der Versicherung Be- traute macht zu seinem Bericht folgende Schlussfolgerungen:

- « 1. Im Programm soll, insofern eine Versicherung vorgesehen wird, ganz genau gesagt sein, wie hoch jeder einzelne Teilnehmer versichert ist.
- 2. Es wäre zu untersuchen, ob für Offiziere und Mannschaften gleich hohe Versicherungsbeträge und gleiche Taggelder zu versichern seien oder nicht.
- 3. Das Taggeld sollte im Minimum Fr. 5.— für den Mann betragen.
- 4. Die Heilungskosten sollten unbedingt auch durch die Versicherung gedeckt sein.
- 5. Am Prinzip, dass die Zu- und Abreise zum Wettlauf in die Versicherung eingeschlossen sein muss, ist festzuhalten.
- 6. Der Alkoholgenuss ist für die Teilnehmer am Wettlauf bis zur Beendigung desselben auch im Interesse der Versicherung zu verbieten, obwohl nur vereinzelte derartige Verfehlungen festgestellt wurden.

7. Es ist unbedingt wünschenswert, dass gleichzeitig mit der Unfallversicherung der Teilnehmer diejenige des Organisationskomitees, aber namentlich die Haftpflichtversicherung gegen Drittpersonen abgeschlossen werde.

Zum Schlusse bemerkt der Berichterstatter, dass für die Vermeidung von Unfällen ganz wesentlich ist, wenn ein Rennen nicht abgehalten, bzw. wenn es verschoben wird, falls die Schneeverhältnisse total ungünstig sind, wie solches am 28. Januar 1917 der Fall war.»

Wenn ein Klub also ein solch grösseres Rennen durchführen will, wird er mit einer ganz beträchtlichen Versicherungssumme zu rechnen haben; nicht nötig ist nach meiner Ansicht dagegen die Haftpflichtversicherung gegen Drittpersonen; denn bei richtiger Organisation soll der Zuschauerraum am Sprunghügel so sicher abgesperrt sein, dass keine Unfälle unter den Zuschauern entstehen können.

Den ärztlichen Bericht lasse ich ohne Verkürzung folgen:

« Die Teilnehmer des Skipatrouillenwettlaufes wurden am Abend vor dem Start und ungefähr 5—20 Minuten nach der Ankunft am Ziel ärztlich untersucht. Es wurde hauptsächlich auf die Beschaffenheit des Herzens und des Pulses geachtet. Genauere klinische Beobachtungen waren leider aus äusserlichen Gründen, wie Zeitmangel, nicht möglich; es ist deshalb im folgenden nur von handgreiflichen, groben Veränderungen die Rede.

Von der *ersten Kategorie* (35 km.) wurden vor und nach dem Lauf 72 Leute untersucht. Das Resultat war folgendes:

1. Herz, Puls und Allgemeinzustand gut: 39 Mann = 54,1 %.
2. Deutliche Herzerweiterung *nach* dem Lauf: 20 Mann = 27,7 %. Dazu kommen noch 6 Mann, die schon vor dem Lauf eine Herzerweiterung aufwiesen, welche aber durch den Lauf in den meisten Fällen grösser geworden war. Im ganzen hatten also nach dem Lauf erweiterte Herzen: 26 Mann = 36,2 %.

3. Leute mit schlechtem und sehr frequentem Pulsschlag (bis 184 Schläge in der Minute), auffallend schlechtem Allgemeinzustand, blauer Gesichtsfarbe, starker Erschöpfung, ohne deutliche Herzerweiterung 7 Mann = 9,7 %.

Von der *zweiten Kategorie* (20 km) wurden vor und nach dem Lauf 79 Mann untersucht.

1. Herz, Puls und Allgemeinzustand gut: 35 Mann = 44,1 %
2. Deutliche Herzerweiterung *nach* dem Lauf: 26 Mann = 32,9 %. Dazu kommen wiederum 2 Mann, die schon vor dem Lauf eine Herzerweiterung hatten. Im ganzen wurden also nach dem Lauf mit erweiterten Herzen gefunden 28 Mann = 35,6 %.
3. Leute mit schlechtem und frequentem Puls, blauer Gesichtsfarbe, starker Erschöpfung ohne deutliche Herzerweiterung 16 Mann = 20,2 %.

Es soll hier hervorgehoben werden, dass natürlich in beiden Kategorien unter Punkt 2, also den Leuten mit Herzerweiterung, viele waren mit schlechtem, kaum fühlbarem Puls, sowie auch solche mit bläulich-blasser Gesichtsfarbe. Wer am Ziel gestanden ist, wird sich des traurigen Zustandes erinnern, in dem eine beträchtliche Anzahl der Leute angekommen ist. Sie wurden der Kürze halber nicht zahlenmäßig aufgeführt. Auch konnte aus dem gleichen Grunde auf die Rennzeiten nicht eingegangen werden.

Es wurde also gefunden:

| | | |
|-----------------------|-------------|--------|
| <i>I. Kategorie:</i> | normal: | 54,1 % |
| | geschädigt: | 46,9 % |
| <i>II. Kategorie:</i> | normal: | 44,3 % |
| | geschädigt: | 55,7 % |

Diese Zahlen reden gewiss eine deutliche Sprache. Durchschnittlich liess sich bei der Hälfte der Leute eine körperliche Schädigung nachweisen.

Zunächst muss hier auffallen, dass der 35 Km.-Lauf das bessere Resultat aufweist als der 20 Km.-Lauf. Damit kommen wir auf den springenden Punkt der Erklärung dieses in hygienischer Beziehung unerfreulichen Resultates, nämlich das Training.

Die Leute wurden über den Umfang ihres Trainings befragt. Wenn auch gesagt werden muss, dass die Angaben grossenteils mangelhaft waren, so erlaubt die Zusammensetzung derselben doch wichtige Schlüsse. Das Ungenaue betrifft namentlich die Rubrik «wenig trainiert». Unter dieser Rubrik sind viele Leute, die 1—2 Sonntage vor dem Lauf etwas skigefahren sind, also in medizinischem Sinn als untrainiert gelten müssen. Einzelne, im ganzen 10 Mann, gaben an, sie seien überhaupt nicht trainiert. Es handelte sich dabei aber um geübte Fahrer, die sich auf diesen Anlass

nicht speziell trainiert haben. Deshalb das weiter unten ersichtliche, nicht ungünstige Resultat dieser Rubrik.

Zusammenstellung der Angaben über das Training.

I. Kategorie: 35 km. Angaben über Training machten 71 Mann.

Davon trainiert: 52 = 73,1 %
wenig trainiert: 15 = 21,1 %
untrainiert : 4 = 5,8 %

II. Kategorie: 20 km. Angaben über Training machten 74 Mann.

Davon trainiert: 48 = 62,1 %
wenig trainiert: 20 = 27,0 %
untrainiert : 6 = 10,9 %

Sehr lehrreich sind die Herzbefunde, die sich nach dem Gesichtspunkt des Trainings ergeben:

I. Kategorie.

| | |
|---|-------------|
| Von den 52 Trainierten hatten Herzerweiterung | 15 = 28,8 % |
| » » 15 wenig Trainierten | » 9 = 60 % |
| » » 4 Untrainierten | » 1 = 25 % |

II. Kategorie.

| | |
|---|--------------|
| Von den 48 Trainierten hatten Herzerweiterung | 16 = 33 % |
| » » 20 wenig Trainierten | » 10 = 50 % |
| » » 6 Untrainierten | » 1 = 16,6 % |

Es sei hier festgestellt, dass die erste Kategorie mit 73,1 % trainierten Leuten angetreten ist (darunter viele Oberländer!), die zweite Kategorie dagegen nur mit 62,1 %. Das erklärt vom medizinischen Standpunkt aus ungewöhnlich das bessere Untersuchungsresultat der I. Kategorie und weist auf die gewaltige Bedeutung des Trainings hin. Bei den wenig Trainierten machte sich jedoch der 35 Km.-Lauf den Erwartungen entsprechend mehr geltend als der 20 Km.-Lauf, indem bei dem erstern 60 %, bei dem letztern nur 50 % Herzerweiterung aufwiesen. Die Schlussfolgerungen, die aus diesen Zahlen gezogen werden müssen, scheinen unverkennbar: die körperliche Anstrengung war für die Kräfte der Leute zu gross.

Es soll hier kurz erörtert werden, was mit all den erweiterten Herzen später geschieht. Die meisten, nicht alle, werden wieder ihre normale Grösse und Tätigkeit erlangen. Wenn es bei einer einmaligen solchen Ueberanstrengung bleibt, so heilt der Schaden ohne Nachteil für den Betroffenen aus. Werden aber vom Körper immer neue, den Kräften nicht entsprechende Anstrengungen verlangt, so ent-

steht eine dauernde Schädigung des Herzens und der übrigen Zirkulationsorgane, wie z. B. der Arterien. Die Folge davon sind vorzeitige Alterserscheinungen, Herzschwäche, Arteriosklerose, Atemnot u. a. m. Bei vielen ein frühes Lebensende. Es war aber schon von solchen die Rede, die schon vor dem Lauf erweiterte Herzen hatten; denen sind noch 5 Mann anzureihen, die (zum Teil auf ärztlichen Rat) aus irgendeinem Grunde nicht teilgenommen haben, welche aber am Tage vorher untersucht wurden. Das sind solche Herzen, die schon von früheren Anstrengungen geschädigt waren und sich nicht mehr in den normalen Zustand zurückbilden werden. Auch ist hier nur von Herzen, Puls und Arterien die Rede. Damit ist der Gegenstand nicht erschöpft. Auch andere Organe und Funktionen von solchen werden durch Ueberanstrengung geschädigt. Wer als Arzt Gelegenheit hat, Leute, die sich fortgesetzt körperlichen Ueberanstrengungen wie Dauerläufen, übertriebenem Velo- und Skifahren, Bergsteigen, Turnen usw. ausgesetzt haben, in späteren Jahren zu untersuchen, fühlt sich verpflichtet, junge Leute auf die Gefahren unzweckmässiger körperlicher Anstrengungen aufmerksam zu machen. Eine unzweckmässige körperliche Anstrengung ist eine solche, die den vorhandenen Kräften nicht entspricht. Die Kräfte können aber durch dauernde, langsam sich steigernde Uebung — Training — gehoben werden, bis das richtige Verhältnis von Kraft und geforderter Anstrengung vorhanden ist. Dann kann die Anstrengung gemacht werden, ohne dass der Körper zu Schaden kommt. Das beweisen die 54 % trainierter Leute der ersten und die 44 % der zweiten Kategorie, die in gutem Zustand am Ziel angekommen sind. Es kann hier nicht näher auf die Art und Weise, wie ein Training in hygienischer Beziehung richtig durchgeführt werden soll, eingegangen werden. Vieles wäre dazu zu sagen. Das Wesentliche dabei ist, dass das Mass der jeweilen vorhandenen Kräfte beim Herantreten an eine Anstrengung richtig beurteilt wird. Das geschieht aber in Militär- und Sportkreisen häufig nicht. Daraus entsteht leider viel Schaden an Gesundheit, der vermieden werden könnte.

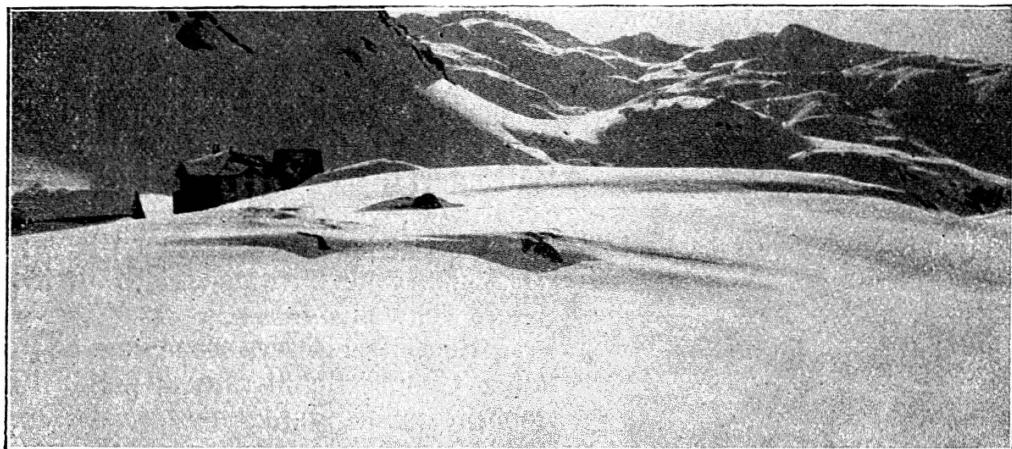
Bern, den 26. April 1917.

sig. Dr. G. Schorer. »

Es wird also mit Recht hier von der Teilnahme an solch anstrengenden Wettkäufen abgeraten, wenn die Angemeldeten nicht vorher tüchtig trainiert haben. Im S. S. V. hat man bekanntlich einen andern Weg eingeschlagen und die Anforderungen beträchtlich gegen früher herabgesetzt, um die Verantwortlichkeit gegenüber bleibender Schädigung der Teilnehmer zu mindern. Zweifellos müssen die Ansprüche an die Leistungsfähigkeit der Teilnehmer bei Militärläufen höher gestellt werden als bei S. S. V. Wettkäufen, aber eine Schädigung der Truppe darf auf keinen Fall eintreten. Es wäre deshalb in Erwägung zu ziehen, ob untrainierten Angemeldeten die Teilnahme am grossen Lauf nicht einfach verboten werden sollte. Der zweite Weg wäre, die Rennstrecke entsprechend leichter zu wählen.

Doch ich bin nicht befugt, der militärischen Delegation dreinzureden, sie wird schon das Richtige finden. Es sollte hier durch diese Veröffentlichung lediglich unsern Klubs Ratschläge und Winke erteilt werden, wie wichtig diese Fragen bei grossen Wettkäufen sind und auf welche Weise sie berücksichtigt werden müssen.

C. E.



W. Hurter †, phot.

St. Gotthard.