

**Zeitschrift:** Ski : Jahrbuch des Schweizerischen Ski-Verbandes = Annuaire de l'Association Suisse des Clubs de Ski

**Herausgeber:** Schweizerischer Ski-Verband

**Band:** 15 (1920)

**Buchbesprechung:** Bücherschau

**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:** 29.12.2025

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

## Bücherschau.

«Der Skifahrer». Von Major A. Zarn und Hauptmann P. Barblan. Mit einem Vorwort von Oberstdivisionär Sonderegger. Verlag von Arnold Bopp & Co., Zürich. Vorzugspreis für Mitglieder des S. S. V. Fr. 10.—.

Ein Teil des Werkes ist seinerzeit in der *Schweizerischen Turnzeitung* und sodann unter dem Titel «Skiturnen und -fahren in unserer Truppe» als Separat-Abdruck erschienen. Diese Schrift ist im letzten Jahrbuch schon rezensiert worden. Ihr Inhalt ist in geschickter Weise in dem vorliegenden Werk verwertet.

Wie das Vorwort ausführt, ist das Buch in erster Linie zur Ausbildung der Gebirgstruppe im Skifahren bestimmt. Es füllt schon in dieser Beziehung eine schwer empfundene Lücke aus. Seinerzeit wurde das «Schweizerische Reglement für Militärskifahrer» lebhaft begrüßt (Vgl. Jahrbuch «Ski», XII. Jahrg.). Bald machte sich aber das Bedürfnis nach detaillierter geeigneter Anleitung geltend. Das Militärische, das dem Buche seinen Stempel aufdrückt, ist ja nicht etwas, das seine Brauchbarkeit im Allgemeinen beeinträchtigt, im Gegenteil. Gerade die andauernde Tätigkeit dieser «Ski-Instruktoren» hat ihnen genaue Beobachtungen und reiche Erfahrungen verschafft. Dies macht das Werk zu einem vorzüglichen Handbuch für alle, welche den Skilauf lernen und namentlich für solche, die ihn lehren wollen. In dem Abschnitt «Vorbedingungen zum Skifahren» besprechen die Verfasser zunächst in kurzer prägnanter Weise die Ausrüstung, dann folgt ein besonders wichtiger Abschnitt «Die Skiform und ihre Gesetze». Dieses Kapitel, welchem übrigens auch Luther in seinen Schriften grosse Bedeutung beimisst, ist im vorliegenden Werk grundlegend für den ganzen Abschnitt «Die Fahrtechnik». Hier sind zur Erläuterung des Fahrens in der Ebene und bergan, der Talfahrt und der Schwünge eine Menge Bilder und Zeichnungen beigegeben. Bei den Bezeichnungen *Bogen* und *Schwung* wird hie und da von den traditionellen Bezeichnungen etwas abgewichen; aber überall finden wir eingehende Beschreibungen. Naturgemäß ist dem Geländefahren besondere Aufmerksamkeit gewidmet. Der Abschnitt «Training und Atmen» wird besonders wieder Kursleitern und Lehrern willkommen sein. Das Werk bildet eine wertvolle Bereicherung der Skiliteratur.

Red.

Die Leibesübungen. Ihre Anatomie, Physiologie und Hygiene mit Anhang «Erste Hilfe bei Unfällen». Lehrbuch der medizinischen Hilfswissenschaften für Turn- und Sportlehrer, Turner und Sportleute von Prof. Dr. med. Joh. Müller. Zweite Auflage. Verlag B. G. Teubner in Leipzig und Berlin 1920.

Das vorliegende Buch hat sich bei Medizinern und bei Sportleuten rasch Anerkennung verschafft. Dass trotz des Krieges eine zweite Auflage notwendig geworden ist, zeugt für seine Brauchbar-

keit. Wenn auch der Skilauf und das Bergsteigen nicht besonders berücksichtigt sind, so ist das Buch doch von grossem Werte für Kursleiter und Lehrer. Ich lasse dafür blass einige Ueberschriften sprechen: Der äussere Aufbau und die Bewegungsmöglichkeiten des menschlichen Körpers, einschliesslich der krankhaften Veränderungen und deren Bekämpfung; Anatomie und Physiologie der innern Organe unter dauernder Berücksichtigung ihres Verhaltens bei Leibesübungen; Das Fassungsvermögen der Lungen und erhöhte Ansprüche bei Leibesübungen; Vermehrte Arbeitsleistung des Herzens bei Muskelarbeit; Wesen der Muskelarbeit; Abriss der Bewegungsmechanik; Vorgänge im Muskel bei den verschiedenen Arten der Leibesübungen; Hygiene der Leibesübungen. Diese wenigen Titel aus dem gut illustrierten Buche mögen uns einen Begriff von dem reichen Inhalt des ganzen Werkes bringen.

Red.

### Neue englische Skiliteratur.

Cross-Country Ski-ing überschreibt Herr ARNOLD LUNN sein neues Handbuch des Skilaufes (Methuen & Co., Ltd., London 1920).

Lunn bekennt, dass er seine Ansichten über Skitechnik und Schneekunde seit dem Erscheinen seines ersten Skibuches vollständig geändert hat. Diese Sinnesänderung fußt auf den reichen Erfahrungen, die der Autor zusammen mit seinem Freunde Vivian Caulfeild während der ganzen Entwicklungsjahre des englischen Skilaufes gemacht hat. Lunn erklärt auch, dass Caulfeild's Buch eine Umwälzung des englischen Skisportes mit sich gebracht habe, indem es den britischen Läufer von dem hässlichen Lillienfeldstil zu der nordischen Fahrtechnik führte und so erst das Eintreten der Engländer in die skikundige Sportswelt ermöglichte. Wir wollen es nicht verhehlen, dass neben Caulfeild auch Lunn hervorragend an der Arbeit war und es ist vor allem seiner Arbeit und seinem zielbewussten Leitgedanken zuzurechnen, dass wir heute einen Skiverband Gross-Britanniens haben, der eine weitere Verbreitung des Skilaufes in England verbürgt. — In fünf gut gerundeten Kapiteln durchläuft Lunn das ganze Gebiet des Wissenswerten über Geschichte des englischen Skilaufes, Ausrüstung, Aufstieg und Abfahrt, Skitechnik und Elemente der Schneekunde. Er betont, dass der Skilauf ein «all-the-year-round-sport» ist und führt zahlreiche Beispiele für ausserwinterliche Skifahrten auf. Lunn wendet sich an den Anfänger. Er behauptet: es gibt nur eine Hemmung beim Skilauf — die Furcht vor dem Fallen! Lunn hat recht. Er berührt weiter ein uns fremd anmutendes System von Skimaxen, das unter den englischen Skiläufern als verschiedenklassige «Tests» im Schwange ist und dazu dienlich sein soll, sich vor unfähigen Tourengeführten zu sichern. Der Auswahl der Ausrüstung widmet Lunn grosse Sorgfalt. Und er betont mit Recht, dass auch gute Skiläufer vielfach zu wenig Sorge zu ihren Ski tragen. Technisch stimmt die Skischule Lunn's; bei seiner Anempfehlung der «Telemark position» nur prophezeit er Kritik. Mit Recht. Die Telemarkstellungbegeisterung führt zu Uebertreibungen; eine falsche Gewichtsverteilung ist die Folge und ein aus der Spur geworfener Engländer der Schluss. Weniger Theorie und besseres Laufenlassen der Ski

zeichnen elegantere Spuren. Lunn verwendet einen Abschnitt auf die Theoretisierung der Schwünge und Bogen und er setzt dabei ganz auf das Steuerprinzip des Bootes ab, während er den Bau des Ski als grundlegende Bedingung nicht herbeizuziehen gewusst hat. Seine Steuererklärung scheitert auch bei der Darstellung des Kristiania, denn ich habe schon auf einem Ski Kristianias gemacht — vielleicht mit supponiertem Steuerski. Vollständig zustimmen kann man der Ansicht des Autors, die die volle Beherrschung der Stemmbogenvariationen und der eng gerissenen Kristianias als unerlässliche Grundlagen des Geländefahrens darstellt. Bedeutung misst er ebenfalls mit Recht dem Querfahren zu. Jeder Anfänger erspart sich viele Enttäuschungen, wenn er durch seitliches Gleiten die Furcht vor dem Stürzen bei Kristianiaübungen bricht. Die ganze Behandlnng der Schwünge und Bogen zeugt von ausserordentlich scharfer Beobachtung und grossem Geschick in der Darstellung und Gliederung in Phasen. Lunn verkennt den Wert des Quersprungs für das Geländefahren zufolge einer unrichtigen Stockhilfe. Der Quersprung oder das Umspringen, wie wir bei uns sagen, erfordert bedeutend weniger Kraft als Lunn glaubt, da das richtige Einsetzen des Stockes und ein Abstossen mit den Fusspitzen nur einen kleinen « Hüftenzwick » mehr notwendig macht, um glatt und elegant umzuspringen. Interessant ist Lunn's Theorie über den Stockgebrauch. Immerhin helfe man sich auch hier nur im Notfalle wie empfohlen, denn der Stock ist keine Bremse, sondern ein Helfsmittel zur Vervollkommnung der Lauftechnik. Sehr gut sind die Bemerkungen über Schneekunde, die Lunn seinem Buche beigegeben hat. Cross-Country Ski-ing ist für den Anfänger ein praktisch geordnetes und sehr übersichtliches Handbuch.

Mountain Craft, ein gross angelegtes, von G. W. YOUNG herausgegebenes Bergbuch, dessen Korrekturabzüge mir vorliegen, enthält ausser sehr lehrreichen und meisterlich geschriebenen Aufsätzen über Alpinismus einen skitechnisch und für unsere Zwecke sehr beachtenswerten Beitrag von ARNOLD LUNN. Er führt unter dem Titel « Mountaineering on Ski » auf 72 Oktavseiten eine gedrängte Zusammenstellung seiner eigenen Erfahrungen in folgenden Kapiteln aus: Winterbergsteigen — Technik — Ausrüstung — Beste Zeit für Gletscherfahrten — Schneekunde — Pulverschnee — Windeinfluss auf Pulverschnee — Besonnungseinfluss auf Pulverschnee — Zusammenfassung über Winterschnee — Frühlingsschnee — Frühlingspulverschnee — Lochkruste — Filmkruste — Telemarkkruste — Föhn und Taueinfluss — Föhn im Winter — Frühlingsföhn — Sommerschnee — Lawinen — Lawinentaktik — Das Hochgebirge im Winter — Gletscher im Winter — Frühling im Hochgebirge — Sommer- und Herbstskilaufen — Der Sommerski. — Lunn beweist auch hier seine grosse Erfahrung und seine Arbeit ist eine der ersten und zugleich wohl die beste und sorgfältigste Zusammenstellung der für den Hochgebirgsskiläufer wissenswerten Tatsachen. Nach Erscheinen wird das Buch, das unter der neueren alpinen Literatur eine hervorragende Stellung einnehmen wird, einer umfassenderen Würdigung wert sein. Den Druck besorgt die Morrison & Gibb Ltd. Edinburgh. Im Schweizer Buchhandel erhältlich.

**British Ski-Yearbook.** Das Jahrbuch des englischen Skiverbandes, herausgegeben von ARNOLD LUNN liegt ebenfalls in Korrekturabzügen vor mir. Es enthält eine Reihe sehr beachtenswerter Aufsätze. Ich nenne: British Ski-ing during the War. — Early Days von E. C. Richardson. — A Winter's Night on the Tödi von Maxwell Finch. — The British Ski Tests. — Some Little Known Runs from Grindelwald. — Glacier Ski Tours. — Marcel Kurz' Expeditions. — The Use and Abuse of the Stick. A Symposium. — A Ski Tour in May. — Editorial Notes. Bemerkenswert ist die Bemühung um Registrierung der neuen Skitouren, die durch Einsendung von Berichten seitens unserer Verbandsmitglieder bedeutend erleichtert werden könnte.

**Bernese Oberland Alpine Ski-ing Guidebook**, ein Skiführer von ARNOLD LUNN durch das Berner Oberland von der Gemmi bis zu der Grimsel ist soweit vorbereitet, dass der Druck der englischen Ausgabe auf die nächste Wintersaison gesichert ist. Der Führer, dessen Manuskript mir zur Uebersetzung und teilweisen Umarbeitung vorlag, wird ein sehr peinlich verfasstes Wanderbuch für den Bergskiläufer sein, und es ist von grossem Interesse für unsere Verbandsmitglieder, sich mit der Art und Weise, wie Lunn Geschichte, Geländekunde und Ratschlag in Wechselbeziehungen bringt, vertraut zu machen.

Auf den Winter 1920/21 wird gleichzeitig mit Lunns Guidebook eine Skikarte des Berner Oberlandes von der Gemmi bis zur Grimsel im Verlage der Kunstanstalt Brügger in Meiringen erscheinen, die Lunn zusammen mit dem Unterzeichneten ausgearbeitet hat.

*Othmar Gurtner, S.-C. Bern.*

