

Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 7 (1950)

Heft: 7

Artikel: Auch eine Möglichkeit : Zutritt für Langweiler verboten - Neuste Methode für den Trainer!

Autor: Stückelberger, Felix

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-990698>

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: 09.01.2026

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

Auch eine Möglichkeit — Zutritt für Langweiler verboten — Neueste Methode für Trainer!

Von Felix Stückelberger

«Tatort» ist ein prachtvoller Sportplatz ausserhalb einer grossen Stadt. Dort treffen sich allabendlich ganze Scharen von Sportsleuten. Jeder geht seiner Liebhaberei nach. Grüpplein und Mannschaften formieren sich.

Ich stehe oft beobachtend um diese Zeit bei einer Garderobe und studiere die «Völker», die sich zum Sportplatz begeben.

Besehen wir nur streifend die Herren und Damen einer andern Sportart (als die, welche ich pflege), deren Ehrgeiz dahin geht, die Garderobe nicht nur mit ihrem eigenen Volumen zu füllen, sondern den übrigbleibenden Luftraum möglichst neblig zu gestalten. Denn ein Glimmstengel spornt ja bekanntlich zum Training an und kann auch mal zufälligerweise den Weg zum Spielplatz im Munde des in Sportkleidung dahinschlendernden Individuums brennend zurücklegen. Nach Schluss des Betriebs bricht sich dann ja der Rauch den Weg in die feinsten Lungenverästelungen und sorgt dafür, dass der Mensch beileibe nicht 100 Jahre alt wird.

«Sport ist, wenn man voraussetzen darf, dass der Mitmensch wenigstens sportlich lebt.» Selbst hat man es schliesslich nicht so nötig. Und überhaupt soll man ja zufrieden sein, dass ich mich damit befasse. Die aufgeschlossensten Sportsleute sind nämlich immer diejenigen, welche sich theoretisch dafür interessieren, die Sportzeitungen lesen, am Toto mitmachen und am Sonntag zuschauen gehen wie andere, denen es besser ansteht, ihre Gesundheit pflegen (und dabei oftmals für den Zuschauer ihre Gesundheit aufs Spiel setzen). Das nur am Rande bemerkt...

Mit der Zeit kommen auch meine Kameraden angebummelt, ziehen sich um, unterhalten sich meist gut, sprechen über Gott und die Welt, treten auf den weiten Platz, auf die schönen Rasenflächen und... warten — warten einfach. Auf wen warten sie? Auf jemanden, ohne den man leider keine Leibesübungen treiben kann. Wenn dieser alles berücksichtigende Mann zu spät kommt oder ausbleibt, dann bleibt männiglich paralysiert stehen oder sitzen — je nachdem stundenlang. Es handelt sich diesmal nicht um eine politische oder sonstige Grösse, sondern um den «Father Divine», den dank seiner hervorragenden Fähigkeiten auf dem Gebiete des Sports und der Unterhaltung allein alles in Bewegung zu versetzen vermögenden Sportlehrer, pardon, Herrn Sportlehrer, zu deutsch oft besser mit Herr Vergnügungsminister angesprochen. Er spielt den Deus ex machina, wenn er erscheint (der Franzose würde noch eleganter sagen: quand il fait son apparition). Dann könnte man daran zu glauben versucht sein, dass das Training jetzt beginnt. Man findet ja sowieso nie recht Zeit für den Sport, und hat man sich dann endlich aufgerafft, dann fällt es enorm schwer, seinen Körper (mit Récht mancherorts Leichnam genannt) in über das zivile Mass hinausgehende Bewegung zu versetzen. Man könnte sich vergeben!

Mich wundert immer wieder, in welche Ecke die sportliche Erziehung und Anleitung früherer Jahre geworfen wird. Man läuft nur, wenn einem genau befohlen wird: wie, wie lange, wo hindurch, wieviel mal. Man geht nicht ins Training, um sich auszuüben, um seiner Freude an körperlicher Anstrengung Ausdruck zu geben, sondern um sich zu schonen. Denn Leibesübungen sind lebensgefährlich! Man hat Angst, ein Startloch zu verlassen, Angst vor sich selbst, Angst für sich selbst, Angst vor dem Sport-

lehrer, er könnte Fehler entdecken, Angst vor dem ganzen Getriebe, es könnte der Gesundheit schaden. — So wartet man, bis der Trainer zu einer andern Übung übergeht, die man vielleicht mehr liebt, wartet schliesslich auf das Spiel, und letzten Endes stellt erwiesenermassen das Douchen dem ganzen einen Schlusspunkt und vermittelt die grösste Annehmlichkeit des ganzen Trainingsabends.

Meine Worte tönen krass — das weiss ich. Leider aber sind sie nicht aus der Luft gegriffen. Ich habe solches sowohl bei Gesundheitsturnern, als auch bei Wettkämpfern feststellen können.

Ich sehe die Sache so: Man entschliesst sich, das Training zu besuchen. Man freut sich darauf, also muss etwas gehen. Weshalb abhängig sein von einem Leiter, schliesslich besitzen wir Arme, Beine und einen Körper, dem wir nicht geniert und ratlos gegenüberstehen sollten. Also beginne ich mit Laufen oder Springen oder Spiel, was es auch sei, sobald als möglich. Wenn jeder so handelt, organisiert sich der Betrieb so wie der Verkehr auf der Place de l'Etoile in Paris, nämlich von selbst. Trainer werden höflich gebeten, die Trainierenden nicht zu belästigen, denn sie wissen, was sie wollen. Ich wollte mal diesen Zustand erleben und nicht jeden mit dem Morgenstern zur Arbeit treiben. Das bei uns oft beobachtete Bild zeigt den Trainingsleiter beim Dozieren der Technik, seiner Wissenschaft. Jeder Sportlehrer ein Professor. Theoretisch ist jeder Athlet Weltmeister, praktisch geht's zwar nicht so gut, aber man wüsste ja, wenn es darauf ankäme. Man weiss es, aber man kann es nicht. Anstatt dass man so intensiv übt, dass der Trainer mit seinen knapp gehaltenen Anweisungen kaum dazwischenkommt.

Der Trainer sollte sich mal, vielleicht nicht praktisch, aber geistig, in der Mitte des Sportplatzes auf einem Liegestuhl niederlassen und ein Buch lesen. Zwischenhinein, eher zufällig als bewusst, wirft er einen Blick auf seine Sprösslinge, lässt sie zu sich kommen und gibt ihnen freundschaftliche Winke und Erklärungen. Nach der Trainingszeit packt er seine sieben Sachen zusammen und erteilt all den Athleten, die ihm nicht bei der Sache schienen, freudlos waren oder sich herumdrückten, den guten Rat, in Zukunft dem Sportplatz fern zu bleiben oder auf alle Fälle nicht mehr unter seine Augen zu treten. Bis er sich überlegt habe, was er wolle. Trainer sein kann ein sehr anstrengendes Amt sein, besonders wenn man meint, mehr leisten zu müssen als der Trainierende. In unserm gut schweizerischen Ueber-eifer verlassen unsere Leiter den Platz mit müdem Körper und mit abgelaufenen Stimmbändern. Sie verlieren so die Uebersicht und den nötigen Abstand zum Geschehen um sie herum.

Ueberleg' Dir als Athlet mal, was Du und nicht der Trainer aus Dir machen will!

Ueberleg' Dir mal als Trainingsleiter die Sache mit dem Liegestuhl!

LESERECHO

Ein Lehrer schreibt uns: «Sie erlauben nicht, welche Freude Sie mir dadurch bereiteten, dass Sie in der Juni-Nummer Ihrer Zeitschrift die Kurzgeschichte «Triumph des FAIRPLAY» brachten. Herrlich! Ich werde sie das nächste Mal, wenn ich mit meinen Buben auf die Aareinsel hinausschwimme, am Lagerfeuer und bei rauschenden Wellen vorlesen...»