

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 8 (1951)

**Heft:** 5

**Rubrik:** Bücher und Zeitschriften ; Hilf auch Du mit! ; Auf den Spuren des Vu

### **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:** 16.01.2026

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



## Bücher und Zeitschriften

### Taktik im Kurz-, Mittel- und Langstreckenlauf

Verlag Karl Hofmann, Schorndorf bei Stuttgart. Preis ca. Fr. 6.50.

### Training des Kurz-, Mittel- und Langstreckenläufers

Gleicher Verlag. Verfasser beider Bücher: Sportlehrer Toni Nett. Preis ca. Fr. 7.80. Beziehbare in jeder grösseren Buchhandlung oder direkt beim Verlag.

Vor rund 15 Jahren erschienen von Sportlehrer Toni Nett erstmals Artikel im deutschen Fachorgan über das weite Gebiet des leichtathletischen Laufes. Beim Studium dieser Arbeiten spürte man sofort, hier lässt sich ein Fachmann vernehmen, dem ein reichhaltiges Material zur Verfügung steht und der fähig ist, dieses zu sortieren, zu verwerten und die richtigen Schlüsse daraus zu ziehen. Toni Nett hat vor und nach dem Kriege weitergeforscht und immer neue Erkenntnisse und Belege aus der ganzen Welt zusammengetragen. Das Ergebnis dieser unermüdlichen Arbeit hat er nun in seinen beiden Büchern über «Taktik» und über «Training» zusammengefasst und veröffentlicht.

Das Buch über «Training» will vor allem folgende fünf Fragen beantworten:

1. Fehlt mir die Schnelligkeit?
2. Welche Trainingsstrecken soll ich im Training laufen?
3. Welches Tempo soll ich im Training einschlagen?
4. Wie oft soll ich die Trainingsstrecken am Tage laufen?
5. Wie oft soll ich in der Woche trainieren?

Obwohl das Wesen eines Lehrbuches vornehmlich in der Darstellung der Methodik besteht, führt Toni Nett diese in der Reihenfolge der Leistungsfaktoren erst an vierter Stelle auf. Nach Nett sind die wichtigsten Faktoren:

1. Gutes Talent bzw. gute Veranlagung
2. Ein unbeirrbarer Wille zum Training
3. Ein tägliches Training in Verbindung mit einer gesunden Lebensführung
4. Eine zweckmässige Trainingsmethode und gute Trainingsführung durch Trainer oder Übungsleiter
5. Eine kluge Taktik im Rennen
6. Ein rationeller Laufstil.

Warum Taktik noch vor Technik kommt, lässt Nett durch Olympiasieger Lowe beantworten. Der Engländer schrieb dazu einmal treffend: «Es kommt vor, dass Leute mit schlechtem Stil Erfolg haben, Leute mit schlechter Taktik jedoch niemals.»

Der Verfasser ist der Ansicht, dass man die Bedeutung des Laufstiles früher (teilweise heute noch) stark über-

schätzte; heute ist die grössere Bedeutung von «Training» und «Taktik» von allen Fachleuten in aller Welt eindeutig erkannt. Natürlich hat auch der Laufstil seine Bedeutung, aber eben eine mehr untergeordnete, keine beherrschende. Es kann einer noch so schön laufen, wenn er das nötige Training nicht hinter sich hat, wird er sich in einem Rennen eben nie durchsetzen können, sondern «in Schönheit sterben».

Im Büchlein über «Taktik» beantwortet Nett vor allem die für jeden Läufer wichtigste Frage, mit welcher zeitmässigen Streckeneinteilung man mit Sicherheit seine Bestzeit erzielen könne. Nett stellt dabei nicht einfach Behauptungen auf; all seine im Buche verankerten Grundsätze und Regeln sind belegt durch ein in jahrelanger Arbeit zusammengetragenes Zahlenmaterial. So findet der Leser z.B. sämtliche Zwischenzeiten der international bedeutenden Rennen der letzten 30 Jahre.

Beide Bücher wurden aus der Praxis für die Praxis geschrieben; sie sind daher für jeden Trainer und auch für jeden Wettkämpfer eine wahre Fundgrube guter Ratschläge.

Mr.

### Eine Handballmannschaft trainiert

Dr. Georg Merk. Ein Trainingsbuch mit allgemeinen, taktischen und technischen Anleitungen für Vereine und Schulen. 1951. 85 Zeichnungen. 117 Seiten.

Der Titel des im Wilhelm Limpert-Verlag, Frankfurt/Main, erschienenen Buches lässt erwarten, dass der interessierte Leser darin eine Anleitung erhält, wie das Training einer Handballmannschaft aufgebaut wird, mit speziellen Hinweisen für deren Schulung auf den verschiedenen Entwicklungsstufen, deren Betreuung, Trainingspläne, etc. Dem ist jedoch nicht so. Das Buch ist eher allgemeinen Inhalts, ein Lehrbuch, ähnlich dem von H. Klein oder K. Schelenz. Damit soll nicht gesagt sein, dass es nicht gleichwohl ein wertvolles Hilfsmittel für Handballübungsleiter darstellt, das einen gangbaren Weg aufzeigt zur Heranbildung einer schlagkräftigen Mannschaft. Das 117 Seiten umfassende Lehrbuch beginnt mit einem allgemeinen Teil, der sich mit Trainingsregeln, Mannschaftsgeist und Lebensweise des Handballsportlers befasst. Der zweite, taktische Teil ist kurz gehalten. Es werden darin lediglich einige grundlegende Systemfragen abgeklärt. Die vielen wertvollen taktischen Übungsformen, wie Freistellen, Markieren, Kombinationszüge, die im folgenden Abschnitt mit vielen anschaulichen Skizzen belegt sind, hätten u.E. eigentlich übersichtshalber diesem zweiten Teil angeschlossen werden sollen. Der dritte, technische Teil enthält eine reiche Fülle von Übungsformen für das Körpertraining, die Balltechnik, sowie für die eben erwähnte taktische Mannschaftsschulung, dazu ein spezielles Kapitel über das bei uns oft vernachlässigte Torhütertraining. Im vierten Teil wird das Hallenhandballspiel kurz skizziert. Das Buch schliesst mit dem fünften Teil, welcher mit interessanten Ratschlägen über den Aufbau des Handballspiels in den Schulen und mit Trainingsplänen für die einzelnen Altersstufen aufwartet. Wir können das leicht verständliche Lehrmittel allen Handballfreunden und -Lehrern bestens empfehlen.

H. R.

## Hilf auch Du mit!

Während des letzten Krieges leistete der «Landdienst für Jugendliche» in der «Anbauschlacht» einen wichtigen Beitrag zur wirtschaftlichen Verteidigung unseres Landes. Im Jahre 1946 musste das unpopuläre Obligatorium weichen, aber der Landdienstgedanke lebte weiter in der Freiwilligkeit.

Die gegenwärtige politische und militärische Lage zeigt deutlich genug, dass der freiwillige Landdienst auch heute noch von nicht zu unterschätzender volkswirtschaftlicher Bedeutung ist. Die andauernde wirtschaftliche Hochkonjunktur in der Maschinenindustrie und im Baugewerbe absorbieren tausende landwirtschaftlicher Hilfskräfte. Es gibt unzählige überlastete Bäuerinnen und Kleinbauern, die an der Grenze des physischen Zusammenbruchs stehen und besonders während der Saisonspitzen (Heuet, Erntezeiten etc.) dankbar sind für jede Hand, die hilfsbereit zugreift.

Noch wertvoller erscheint uns aber der freiwillige Landdienst in erzieherischer und staatsbürgerlicher Hinsicht. Er ist eine lebensvolle, erdverbundene Er-

gänzung der Schul- und Volksbildung. Es ist notwendig, unsere jungen Leute, die als Kinder der Städte und grossen Industrieorte oft keine Beziehungen zur heimatlichen Scholle mehr besitzen, von dem Kino- und Barzauber fernzuhalten und ihnen dauerhaftere und edlere Lebensformen zu vermitteln. Beobachtungen von Eltern, Lehrmeistern und Lehrern bestätigen, dass die meisten Jugendlichen reifer und gesünder aus dem Landdienst zurückkehren. Wir bitten alle VU-Leiter, mit ihren Jünglingen über die für unser Land wichtige freiwillige Landhilfe zu diskutieren und sie aufzumuntern, im Rahmen ihrer Möglichkeiten mitzuhelfen. Wer weitere Auskünfte benötigt, wende sich an:

Jugendamt des Kantons Zürich,  
Kant. Arbeitsamt Liestal  
Kant. Arbeitsamt Frauenfeld  
Kant. Arbeitsamt Aarau

oder an das

Sekretariat der Pro Juventute, Seefeldstr., Zürich.



*Auf den Spuren des VU*

#### Wichtige Funktionäre des Vorunterrichtes fagen

Zur Jahreskonferenz fanden sich in Magglingen am 21. März 1951 die Vorsteher der kantonalen Amtsstellen für Vorunterricht ein. Sie erhielten bei dieser Gelegenheit Kenntnis von den Inspektionsberichten der Eidg. Inspektoren für Vorunterricht und pflegten eine Aussprache über allgemeine Fragen des Vorunterrichtes. Es war ihnen auch Gelegenheit geboten, einer Vorunterrichts-Musterlektion beizuwohnen.

Einen Monat später, am 19. April 1951, tagten die Eidg. Inspektoren für Vorunterricht am gleichen Ort. Sie befassten sich mit der Auswertung ihrer Tätigkeitsberichte pro 1950 und nahmen die Richtlinien für ihre Inspektionsstätigkeit im Jahre 1951 entgegen.

Beide Veranstaltungen standen unter der Leitung der Eidg. Turn- und Sportschule. Die ETS benützte die Gelegenheit, um den Konferenzteilnehmern ihre Arbeit im verflossenen Jahre zu verdanken und gleichzeitig dem Wunsche auf eine weitere gedeihliche Zusammenarbeit Ausdruck zu geben. Rz.

#### Ehrung Albert Schreibers

In seiner Begrüssungsansprache anlässlich der Konferenz der Vorsteher der kantonalen Amtsstellen für Vorunterricht in Magglingen ergriff Direktor A. Kaech die Gelegenheit, einen Mann zu ehren, der während vier Jahrzehnten mitten in der VU-Arbeit mitschaffte. Direktor Kaech führte aus:

«Sie werden mir gestatten, einen Mann aus Ihrer Mitte heute hier ganz besonders zu erwähnen und zu ehren, Herrn Albert Schreiber, den Vorsteher der Kantonalen Amtsstelle für Vorunterricht im Kanton Thurgau. Letztes Jahr feierte Herr Schreiber sein 40jähriges Jubiläum im Dienste des Vorunterrichts und durfte bei dieser Gelegenheit ein Anerkennungs-schreiben des Chefs des Eidgenössischen Militärdepartementes entgegennehmen. In einem andern Staate als der Schweizerischen Eidgenossenschaft wäre Herr Schreiber mit einem glitzernden Orden bedacht worden, und wahrlich er hätte ihn verdient. Welche Summe von Arbeit ergibt sich nicht in 40jähriger, ununterbrochener Arbeit für den Vorunterricht. Wie viele Gänge mussten nicht ausgeführt werden, wie viele Schreiben erledigt, wie viele persönliche Differenzen geschlichtet, wie viele Abrechnungen geprüft, Kurse inspiziert werden. Wahrlich eine Leistung, die für sich allein schon höchstes Lob verdient. Zu ihr kommt aber noch das Wichtigere, das was nicht allen gegeben ist, was aber Herrn Schreiber in besonderem Masse auszeichnet: die Fähigkeit, beharrlich auf ein Ziel hin zu arbeiten, und die Fähigkeit, auch andere für dieses Ziel zu gewinnen, zu begeistern und einzuspannen. Und dann auch die Fähigkeit, allen diesen Mitarbeitern während so vieler Jahre ein Vorbild zu sein. Was ich persönlich an Herrn Schreiber immer besonders bewundert habe, ist der Umstand, dass er sich auch weiterhin dem Vorunterricht nicht nur als Gönner von hoher Warte, sondern als einer der Aktiven zur Verfügung stellte, nachdem er vom Steuer des ETV, dieses mächtigen Verbandes, zurückgetreten war. Wäre es hier nicht naheliegend gewesen und sicher auch von jedermann verstan-

den worden, wenn Herr Schreiber sich gesagt hätte, er habe das Seine auf dem Gebiete der Leibeserziehung geleistet und könne nun ins Glied der Passiven oder der Passiveren zurücktreten? Jedermann hätte einen solchen Entschluss zweifellos begriffen und gebilligt, aber alle, denen am Vorunterricht gelegen ist, hätten es auch bedauern müssen.

#### Dr. Ernst Leemann schreibt im „Satus-Sport“:

Warum sollen unsere Sektionen landauf und landab sich des freiwilligen Vorunterrichts mit Hingabe und Liebe annehmen?

Die Antwort ist kurz: Um der körperlichen Entwicklung unserer Jugend zu dienen, sie durch das Mittel von Turnen und Sport zu sozial denkenden, aufgeschlossenen Menschen heranzubilden und unserem Verband lebendigen, fortschrittlichen Nachwuchs zu sichern.

Hast du noch nicht beachtet, dass die Schar der passiven Sportler in den letzten Jahrzehnten mächtig zugenommen hat, dass es gleichzeitig immer schwerer wird, Leute zum aktiven Mittun zu gewinnen? Der Schausport ist Trumpf geworden bei der grossen Masse. Man zahlt sein Eintrittsgeld und will dann «etwas» sehen. So wuchs die Sensation zur täglichen Nahrung auch in sportlichen Dingen heran; der Sport hat sich seiner selbst entfremdet!

Wie sind Turnen und Sport im harten Alltag einzureihen? Der gewerkschaftliche Kampf hat bei uns überall anständige Arbeitsbedingungen errungen und die heutige Generation der Jungen kann sich dieser Tatsachen freuen. Nach strenger Arbeit bleibt wohl jedem ein Stück Freizeit, über das er nach Lust und Laune oder nach Veranlagung verfügen kann. Wer flinke Beine hat, verschreibt sich dem Lauf und seinen Schwesterdisciplinen, der «starke Mann» wendet sich dem Kraftsport zu. Wer das Wasser liebt, wird Schwimmer und wem das Kunstturnen gefällt, geht zur Zunft der Magnesianer. Und dann gibt es noch der Dinge viel, vorab Spiele, sonder Zahl. Aber wo du hingehen magst, immer bist du selbst dabei in Aktion, in Tätigkeit und das Zuschauen überlässt du gern den andern!

Was bringt mir das alles? ist sicher eine alltägliche Frage. Zunächst einmal eine gute Kondition; dein Körper wird spannkraftig, lebendig, du fühlst dich richtig gesund und «im Schuss». Du bist aber auch zufrieden, regst dich wegen Kleinigkeiten keinesfalls auf, du bist deiner selbst Herr und kannst manches besser verstehen als früher. Du hast ein äusseres und inneres Gleichgewicht! Das sind die Früchte echten Tuns, die jedem Aktiven in reicher Fülle zufallen.

Oft sieht es da und dort zwar etwas anders aus. Wie sagte man denn früher und wie nennt man's heute?

Früher: Sportplatz	Heute: Kampfstätte
» Mannschaft	» Erzrivalen
» Wettspiel	» Niederkämpfen
» Spielen	» Kampf

Alles wieder an seinen alten, guten Platz zu weisen, ist nicht nur nötig, sondern sicher ein ganz besonderes Anliegen des Satus. Turnen und Sport seien wieder ein Vergnügen, ein Gesundbrunnen und nicht ein Kampf, in dem man seine Knochen oder gar sein Leben aufs Spiel setzt. Und da ist nun:

Der Vorunterricht ein gutes Mittel! Bei den Jungen müssen wir wieder anfangen, ihnen muss man die Schönheiten einer vernünftigen Körperkultur durch das eigene Erleben erschliessen. Und dazu ist der Vorunterricht ganz besonders befähigt, denn sein geschicktes zusammengestelltes, umfassendes Programm, sein natürlicher, einfacher Aufbau, seine naturnahen Möglichkeiten sichern so vielfältige Entwicklungen, dass jeder in ihm etwas finden kann, das ihn bereichern und erfüllen wird. Und ausserdem ermöglicht seine grundsätzliche Einfachheit allen Typen und Naturen erfolgreiche Mitarbeit und damit Befriedigung.

### Kantonale VU-Orientierungsläufe (Siehe auch Nr. 3)

Kant. oder Verb.	Vorges. Daten	Zahl der Kategorien und Charakteristik	Wanderpreise	Einschreibgebühr
<b>Glarus</b>	29. Oktober nachmittags	2 Kategorien (nur kantonal!)	Kein Wanderpreis	Fr. 10.— pro Mannsch. (Inb. Imbiss, Kosten)
<b>Fribourg</b>	15 ou 21 octobre	Catégorie A Adultes Catégorie B Jeunes gens de 17 à 19 ans Catégorie C 3 jeunes gens en âge I. P. avec un moniteur Catégorie D Jeunes gens de 15 à 16 ans	Un challenge par catégorie. Challenge Edm. Blanc à la 1 <sup>re</sup> équipe glänoise cat. B. Challenge Thierin à la 1 <sup>re</sup> équipe broyarde cat. B.	Fr. 6.— ou Fr. 8.— par équipe
<b>Basel-Stadt</b>	30. September	Kategorie A Alter frei (10 km) Kategorie B 3 Läufer im VU-Alter mit einem VU-Leiter (8 km) Kategorie C 4 Läufer im VU-Alter (6 km) Kategorie D Alles Senioren (8 km) Kategorie E Mädchen (6 km)	Ein Wanderpreis der Militärdirektion pro Kategorie	Fr. 8.— pro Mannschaft
<b>Luzern</b>	7. Oktober	4 Kategorien (Durchgeführt durch den Leichtathletikverband Luzern, Obwalden, Nidwalden)	Ein Wanderpreis pro Kategorie	Fr. 5.—
<b>Tessin</b>	7 ou 14 octobre	3 catégories intercantionales A 4 jeunes gens I. P. B 3 jeunes gens I. P. plus un moniteur C tous les jeunes gens en âge I. P. de 14 à 16 ans	1 challenge par catégorie	Fr. 10.— par patrouille

Zuschriften sind zu richten an: Eidg. Turn- und Sportschule, Magglingen/Biel. Administration: Eidg. Drucksachen- u. Materialzentrale, Bern 3, Postcheck III 520. Redaktion: Marcel Meier