

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 9 (1952)

Heft: 10

Rubrik: Bücher und Zeitschriften

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: 14.02.2026

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



Bücher und Zeitschriften

Hans Beat Gamper: Handbuch für Lagerleiter.

Eine Anleitung zum richtigen Gestalten von Ferienlagern. 1952. 236 S. Ill. Halbl. Fr. 8.95. (Verlag Sauerländer, Aarau). Was der Verfasser im Vorwort schreibt, ist wesentlich und aufschlussreich: Das «Handbuch für Lagerleiter» ist ein Versuch, die Erfahrungen in der Leitung von zahlreichen Lagern und Kursen — vom Patrouillenlager bis zu Mammutorganisationen — wiederzugeben. Es will und kann die Erfahrung nicht ersetzen. Die besten und gründlichsten Kenntnisse der Lagerleitung gibt allein die Praxis. Doch vermag es vielleicht manchem Jugend- und VU-Leiter, Landlehrer und anderen Lagerleitern den Mut zu geben und Helfer zu sein beim ersten Schritt. Auch den alten Lagerführern kann es behilflich sein, neue Anregungen zu vermitteln, bei Vorbereitung und Führung nichts zu vergessen sowie die immer wieder vorkommenden Fehler zu vermeiden. Es werden nur die Grundsätze für die eigentliche Lagerleitung (Führung und Organisation) vermittelt. Einzelheiten und kleine Tricks — wie Lagergegenstände, Topographie, Menupläne usw. — würden den Rahmen sprengen. Für diese Gebiete wird im Text und im Anhang auf die entsprechende Literatur verwiesen. Das Buch will keine strengen Regeln aufstellen, andere Meinungen sollen nicht ausgeschaltet werden, und je nach den Verhältnissen sind auch andere Lösungen denkbar. Auf die Mädchen-, Erwachsenen- und gemischten Lager lassen sich die meisten hier behandelten Grundsätze anwenden mit einigen Ausnahmen, die im Kapitel «Die verschiedenen Lagerarten» behandelt werden.

«Gute Schriften»

Das Wandern ist des Gesellen Lust von Ernst Moser. Vor dem ersten Weltkrieg war die Freizügigkeit von einem Land zum andern praktisch uneingeschränkt; Arbeit suchen und annehmen konnte jeder, wo es ihm just gefiel. Und für seine Arbeit wurde er in halb Europa in gleichem Silbergeld bezahlt, mit dem Silbergeld der damaligen Münzunion. Kein Zöllner fragte ihn je danach, ob sich unter den Silbermünzen in seiner Tasche vielleicht sogar eine goldene befände. Das war die herrliche Zeit der Wandergesellen. Da gehörte es zur richtigen Ausbildung eines Handwerkers, dass er nach beendeter Lehrzeit in die Fremde zog, um zu versuchen, wie dort das Brot schmecke. Und die, die mit offenen Augen durch die Welt schritten, den weiten Blick, den sie sich dort erwarben, mit heimbrachten, wurden die Meister, die mehr verstanden als nur ihr eigenes Handwerk und dieses Mehr zum Wohl ihres Standes und ihres Landes zu verwerten wussten. Von drei solchen wandernden Handwerksburschen erzählt das vorliegende Heft. Erhältlich in allen Buchhandlungen und Ablagen der Guten Schriften. Broschiert Fr. —.95, hübsch kartoniert Fr. 2.10.

Praktische Winke für Wanderer und Wanderleiter

Wir möchten diese Nummer nicht abschliessen, ohne auf eine Anzahl wertvoller Hilfsmittel hingewiesen zu haben:

Der Verlag Kümmerly & Frey, Bern, gibt z. B. zwei prächtig illustrierte und vorzüglich redigierte Reihen Wanderbücher heraus. Bis heute sind folgende Bändchen erschienen:

1. Berner Wanderbücher:

- Nr. 1 Routenauswahl im Kanton Bern von O. Beyeler
 - Nr. 2 Emmental I (Unteremmental) von H. Schweizer
 - Nr. 3 Passrouten im Berner Oberland von O. Beyeler
 - Nr. 4 Emmental II (Oberemmental) von W. Wirz
 - Nr. 5 Chasseral (franz. Ausgabe) von O. Stalder und E. Graf
 - Nr. 5a Chasseral (deutsche Ausg.) von O. Stalder und E. Graf
 - Nr. 6 Lüttschinentäler von V. Boss
 - Nr. 7 Bern-West von H. Schädeli
 - Nr. 8 Wandervorschläge für Schulen und Jugendgruppen (ganze Schweiz) von W. Brunner
- 1952 erscheinen: Brienzer See, Freiberge
Die Reihe wird fortgesetzt

2. Schweizer Wanderbücher:

- Nr. 1 Basel I von W. Zeugin
Kleinbasel-Riehen, Birsigtal-Bruderholz, Blauen-
gebiet, Gempen-Schauenburg, Tierstein.
 - Nr. 2 Basel II von W. Zeugin
Beschreibung von 34 Wanderwegen in den Bezirken
Farnsburg und Oberes Baselbiet
 - Nr. 3 Oberengadin von R. Pfister
 - Nr. 4 Unterengadin von H. Tgetzel
 - Nr. 5 Olten von M. Kamber
 - Nr. 6 St. Gallen von H. Mayer, G. Schenk, O. Bizozzero
- 1952 erscheinen: Solothurn, Vispertäler
Die Reihe wird fortgesetzt
- 3. Verzeichnis der Schweiz. Jugendherbergen. (Bund für SJH, Zürich)
 - 4. Schweiz. Zeltplatzverzeichnis. (Verband Schweiz. Camping-Clubs, Genf)
 - 5. Hüttenverzeichnis des Touristenvereins «Die Naturfreunde» (Zürich)
 - 6. Gamper Hans Beat: Handbuch für Lagerleiter. 1952. Ill. 236 S. (Sauerländer, Aarau)
 - 7. Gardi René: Mit Rucksack, Zelt und Kochtopf. 1942. Ill. 187 S. (Sauerländer, Aarau)
 - 8. Gilardi Sepp: Mit Bergschuh, Seil und Pickel. 1947. Ill. 115 S. (Sauerländer, Aarau)
 - 9. Binder Otto: Pack den Rucksack. ca. 1949. Ill. 31 S. SJW Nr. 194 (Zürich)
 - 10. Imhof Eduard: Gelände und Karte. 1950. (Für höhere Ansprüche), (Rentsch-Verlag, Erlenenbach (ZH))
 - 11. Zölly H.: Geschichte der geodätischen Grundlagen für Karten und Vermessungen i. d. Schweiz. 1948. (Für höhere Ansprüche). (Landestopographie, Bern)
 - 12. Landolt Paul: Kartenlesen. 2. Aufl. 1944. 62 S. Ill. (Sauerländer, Aarau)
 - 13. Juncker Hannes: Topographie für jedermann. Krokieren u. Skizzieren. 1944. Ill. 48 S. (Polygraphischer Verlag, Zürich)
 - 14. Zangger A.: Geländedienst. Pfad.-Heft Nr. 5. 1945. Ill. 48 S. (Materialbüro SPB, Bern)
 - 15. Thöne Karl: Karte und Kompass. 1944. 100 S. Ill. (Hallwag-Verlag, Bern)
 - 16. Recta: Flüssigkeits-Kompass. Gebrauchsanweisung. 1944. Ill. 8 S. (Recta Fabrik, Biel)
 - 17. Reber F.: Praktische Himmelskunde. 1946. Ill. 112 S. (Sauerländer, Aarau)
 - 18. Hoek Henry: Wetterkunde. 1945. Ill. 112 S. (Hallwag-Verlag, Bern)
 - 19. Alber Hans: Geländespiele. 1949. Ill. 208 S. (Rex-Verlag, Luzern)
 - 20. Schneider Hans: Du und Dein Fahrrad. Eine Wegleitung für Einzel- und Gruppenwandern. 1951. Ill. 135 S. (Meierhoferdruckerei, Baden)

-er-

sten geeignete Waschgelegenheiten, eingebaut. Die Tatsache aber, dass vorhandene Dusch- und Wascheinrichtungen — wenn überhaupt im Betrieb — im allgemeinen nur spärlich benutzt werden, steht in krassem Gegensatz zu den absolut berechtigten Forderungen, dass die vollständige Abwaschung des Körpers integrierender Bestandteil des Trainings sein muss; und zwar sollte auch im Sommer warmes Wasser zur Verfügung stehen. Es wirkt befremdend, dass das Duschen vielfach immer noch als Luxus betrachtet wird oder als Angelegenheit von Sauberkeitsfanatikern, sind doch die gesundheitlichen Vorteile des Duschens nach dem Training enorm. Und — um nochmals auf die Abhärtung zurückzukommen —: die warme — mit nachfolgender kalter — Dusche ist hierfür ein ausgezeichnetes Mittel. — Dass ein Parallelgehen von äusserer und innerer Sauberkeit nicht von der Hand zu weisen ist, darf wohl erwähnt werden. Dies umso mehr, als wir selbstverständlich unsern Gesundheitsbegriff auch auf das Geistig-Seelische des Menschen ausgedehnt verstehen wollen.

Nach dem Training herrscht im Körper noch für längere Zeit — je nach der Intensität des Trainings,

— der Turnstunde usw. ein erhöhtes Sauerstoffbedürfnis, was sich in einer rascheren und tieferen Atmung manifestiert. Aus diesem Grunde soll die Luft in den Umkleideräumen auch nach dem Training frisch, unverbraucht sein; und aus diesem Grunde ist die Zigarette — die so beliebte — nach dem Training noch schädlicher als die vor Beginn.

Besser ist auch ein ruhiger Spaziergang an Stelle übereilten Marsches ins verrauchte Vereinslokal. Damit soll nichts ausgesagt sein gegen einen erfrischenden Trunk, eventuell verbunden mit der zweiten Hälfte des Abendbrot, auch nichts gegen den begehrten Schlummerbecher, vielmehr wiederum auf die grundlegende Bedeutung der Entspannung und der Mässigkeit hingewiesen werden.

Wir dürfen nie vergessen, dass die heutige Zeit grössere Anforderungen an uns alle stellt — auch bei kürzerer Arbeitszeit — als dies zur Zeit unserer Väter der Fall war. Diesen erhöhten Anforderungen sind und vor allem bleiben wir auf die Dauer nur gewachsen bei vernünftiger Lebensweise, wozu für den Sportler die sinn- und zweckmässige Trainingsgestaltung gehört.