

Zeitschrift:	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber:	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band:	10 (1953)
Heft:	6
Rubrik:	Mitteilungen

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>

9. **Alkohol verlangsamt** die Reaktion.
10. **Kaffee verkürzt** die Reaktion.
11. **Die Stellung des Körpers.** Es ist durch Experimente bewiesen, dass zu nahe oder zu weite Fußstellungen beim Start eine langsamere Reaktion ergeben. Ebenso spielt es eine grosse Rolle, wie man den Oberkörper hält.
12. **Die Zahl der Reaktionsübungen.** Wird der Spieler oder der Athlet zu oft auf die Probe gestellt — zu viel Starts im Training z. B. —, so wird die Reaktion langsamer.
13. **Gut behandelte, massierte, warm gehaltene Muskeln** kommen schnell in Bewegung.
14. **Entspannte Muskeln** reagieren schneller.
15. **Lang dauernde Aufregung und Gereiztheit sind schädlich.**
16. **Die Aufmerksamkeit soll konzentriert werden.**
Keine Zerstreuung. Dies lässt sich sehr gut üben.



Deutschland

In der «Jugend-Ordnung» der «Deutschen Sportjugend» lesen wir unter Ziel der Jugendarbeit: Die «Deutsche Sportjugend» setzt sich zum Ziel, die Jugendlichen in körperlicher, geistiger und sittlicher Hinsicht zu erziehen. Sie bekennen sich zur olympischen Idee. Von der Erkenntnis ausgehend, dass der Mensch eine Einheit von Leib, Seele und Geist ist, fordert die «Deutsche Sportjugend» von allen, die sich zu ihr bekennen, zielbewusstes Streben nach höherer körperlicher und geistiger Leistung und nach sittlichen Werten unter Beachtung der Grundsätze sportlicher Kameradschaft. Die Achtung der Menschenrechte, insbesondere Freiheit des Gewissens, Freiheit der Person, Freiheit der Gemeinschaft, ist Voraussetzung für die sportliche Jugendarbeit. Die Sportjugend wahrt in ihrer Erziehungsarbeit parteipolitische, konfessionelle und rassische Neutralität. Sie pflegt bewusst den Gemeinschaftssinn und die internationale Verständigung durch Turnen, Sport und Spiel und durch die persönliche Begegnung. Die Grundlagen der Jugendarbeit sind die sportliche Betätigung und die anderen Lebensformen der Jugendgemeinschaften.

Nach einer Mitteilung des Informationsdienstes der deutschen Sportjugend sind im Jugendausschuss des D. S. B. (Deutscher Sport Bund) gemäss einer im Herbst durchgeführten Erhebung in den Fachverbänden 1814 343 Mitglieder organisiert, die das 17. Lebensjahr damals noch nicht vollendet hatten. Bald werden es zwei Millionen sein. Aus den hier wiedergegebenen Zahlen geht die Bedeutung der ärztlichen, pädagogischen und sozialen Aufgaben unserer Jugend gegenüber hervor. Je fünf Fachverbände haben über 100 000 oder unter 3000 jugendliche Mitglieder. Turnen fast 650 000, Fussball über 450 000, Leichtathletik über 200 000, Schwimmen und Tischtennis über 100 000; im Golf, Basketball, Bob-Schlitten sowie Segeln und Fechten sind es weniger als 3000.

Sowjetzone

Ag. (DPA). Die über 200 000 Jugendlichen, die im Frühjahr die Grundschulen in der Deutschen Demokratischen Republik verlassen, werden sich ihren Beruf nicht wählen können. Nach einer neuen Verordnung der ostdeutschen Regierung sollen sie in Berufe gepresst werden, die ihnen der Staat als «volkswirtschaftlich wichtig» vorschreibt. Damit wendet das ostdeutsche Regime in diesem Jahr zum erstenmal in grossem Umfang eine sowjetische Methode zur Lenkung der Arbeitskraft an, die von internationalen Arbeitsorganisationen des Westens als System zur Schaffung eines Heeres von jugendlichen Arbeitssklaven gebrandmarkt worden ist. — Nach der Verordnung werden sämtliche Schüler der beiden letzten Grundschulklassen Ostdeutschlands durch Berufsausbildungskarten erfasst. Diese Karten enthalten die wesentlichen Angaben (Gesundheitszustand, Leistungsfähigkeit, Alter) über den einzelnen Jugendlichen und dienen den

«Konzentration» bildet ein selbständiges Kapitel in der Sport-Psychologie.

17. Das Alter.

18. Die Rasse.

Das haben wir schon vorher gesehen.
Es wurde schon vor 50 Jahren nachgewiesen, dass die Neger schneller reagieren.

Kein Land hat eine so günstige Gelegenheit, auf physiologisch-psychologischem Gebiet wissenschaftliche Beiträge zu liefern wie die Schweiz. In Magglingen kommen viele Spitzenkönnner verschiedener Sportarten jährlich einmal zusammen. In der Nähe sind die berühmtesten Uhrenfabriken der Welt. Nirgends lassen sich Untersuchungen und Experimente in grosser Zahl besser durchführen als eben hier.

Zu diesem Kapitel gehört auch die verwinkelte Frage des Zeitnehmens, und zwar des Handzeitnehmens wie des mechanischen Zeitnehmens, worüber ich schon verschiedene Aufsätze verfasst habe.

in staatlicher Regie betriebenen «volkseigenen Betrieben» als Unterlage für die Auswahl der benötigten Arbeitskräfte. Diese werden dann unter Zuhilfenahme aller Druck- und Machtmittel des totalen Staates «geworben». Entsprechend der wirtschaftlichen Planung sind den einzelnen Industriezweigen bei der Auswahl der Jugendlichen Prioritätsrechte eingeräumt. Die geringe noch verbleibende Privatindustrie rangiert hiebei an letzter Stelle.

«B. N.»

(Beim Lesen solcher Meldungen wird einem wieder so recht bewusst, was wir zu verteidigen hätten — die persönliche Freiheit.)

Ungarn

J. Nemeth, Ungarn, schreibt über das russische Trainingslager Sotschi: «Während unseres Trainings auf der Krim und im Kaukasus wurden auch Filmaufnahmen von uns gedreht. Diese Filme wurden bereits am nächsten Tage vorgeführt und im Rahmen eines Fachvortrages ausgewertet. Die belehrende Rolle dieser Filme kann gar nicht genug geschätzt werden. Wir konnten uns selbst sehen, und jede unserer Bewegungen, selbst einzelne Teile eines Bewegungsablaufs wurden von kritischen Augen beurteilt. Wir konnten sehen, was gut und was schlecht war und wo wir unsern Stil verbessern mussten. Oft wurde stundenlang über eine Stilphase debattiert und wir berieten, wie man es besser machen könnte. Man kann mit Sicherheit annehmen, dass die Russen bei den Olympischen Spielen in Helsinki Filme am laufenden Band gedreht haben und sie zu Hause auswerten werden, so dass wir schon 1954 bei den Europameisterschaften der Leichtathleten die Auswertung dieser Filme in neuen Superleistungen zu spüren bekommen werden. Auch die Gewichtheber nehmen im Sowjetsport eine bedeutende Rolle ein. Den Spitzenkönnern stehen Flugzeuge zur Verfügung, die sie schnell zu ihren vier Schulen in Leningrad, Kiew und Tbilisi bringen. Meist wird nur unter der Aufsicht eines Trainers mit fünf Hebern zusammen trainiert, damit der Coach alle seine Schützlinge genau beobachten kann. Auch die Gewichtheber führen sogenannte Stärkeprüfungen an vielen Orten durch, an denen sich jeder Mann beteiligen kann. Bei diesem volkstümlichen Gewichtheben machen ungefähr jährlich 400 000 mit, die durch verschiedene unterteilte Unionsmeisterschaften so lange gesiebt werden, bis ein relativ kleiner Trupp übrigbleibt. Auf diese Weise verfügt man zu jeder Zeit über eine schlagkräftige Truppe. Wie in allen Sportarten, so ist das Publikumsinteresse auch im Gewichtheben und Boxen sehr gross und nimmt im Laufe der Zeit immer mehr zu.»

Sport-Magazin.

Die Bibliothek der ETS kauft

ständig einzelne wertvolle Sportbücher und ganze Sportbüchersammlungen aus Privatbesitz. Richten Sie bitte eventuelle Ansichtsendungen, Angebote oder Anfragen an: Bibliothek der Eidg. Turn- und Sportschule, Magglingen. (Tel. 032/278 71)

Begegnung mit der Vorunterrichts-Laufbahn

Von Taio in den Wind gesprochen — von Wolf notiert

Motto: Im Monat Mai dieses Jahres war die Arbeit an der finnischen Laufbahn in Magglingen beendet. Es ist ein meterbreiter, 600 m langer Graben, der, mit Sägemehl und Torfmull gefüllt, sich durch Wald und Büsche rund um den Lärchenplatz windet. Die Bahn wurde in zweijähriger «Fronarbeit» von den Vorunterrichtsleitern erstellt.

Wütende Windschläge greifen in die Baumkronen am Lärchenplatz. Ich war nach vielen Tagen zurückgekehrt, und seltsam empfand ich diese Rückkehr. Ich konnte mein Frühlingsempfinden, das junge Grün an den Bäumen und das warme Licht nicht mit dem rauhen, starken Wind vereinen. Ich hörte wieder, doch ohne innere Anteilnahme, den Widerhall entfesselter Stürme aus vergangenen Tagen, oben bei den Gletschern. Ich fand nicht den gewünschten, vollen Frühling, den erwarteten, herankommenden Sommer, mit seiner tiefen Wärme, die das Heu zum Reifen bringt, scharfe Dünfte ausbreitet, dass einem fast schwindelt, die Glühwürmchen zum leichten Spiel in Hecken und weichen Mulden verführt. Ich stand im grossen Wind, verloren im Feuerwerk der Gedanken, in der Erinnerung von Bubenträumen.

Ein andermal hätte ich laut mit ihm gesprochen. Wie auf dem Anstand wäre ich ihm begegnet, um seine wilde Kraft voll zu spüren. Als Kind der Berge — hat er mir nicht schon soviele Geschichten und Legenden meiner Heimat erzählt, Motive, die Zeit und Raum meiner kindlichen Phantasie erfüllten?

Heute versteh ich ihn nicht, den Wind.

* * *

Mit erstauntem Fuss trete ich auf ganz weichen Boden. Leichtes Gehen, in tastender Verwunderung. Der Schritt wird schneller, wird zum neugierigen Hüpfen. Plötzlich muss ich stehen bleiben. Es ist nicht mehr die gleiche Welt. Ich schaue vor mich in den Wald und merke, dass sich alles verwandelt.

Ich laufe nach vorn, getragen von neuen Gefühlen, Euch entgegen, Vorunterrichtsleiter, auf Eurer Laufbahn. Auf weichem, samtenen Boden kommt Ihr, in bunter, leicht lärmender Kolonne, spielenden Schritten, Freunde von gestern. Ich bin Euch begegnet, Vorunterrichtsleiter, auf Eurer Bahn, die Ihr in Magglingen gebaut habt. Heute, an einem Tag starker Winde, stehe ich zum ersten Mal auf ihr, die jetzt fertig ist, und wie durch ein Wunder, dank dieser Begegnung, ändert sich die Welt in mir. Ihr seid gekommen aus fernen Tagen, und der Wind trägt jetzt

die Stimmen Eurer Gesänge, Eurer Begeisterung, Euren Lärmes.

Jetzt verstehe ich ihn wieder, den Wind. Warmes Blut durchpulst den Körper. Sommer zieht in mein Herz ein, ein Sommer der Begegnung. Zwischen Bäumen und Büschen erscheinen und verschwinden Erinnerungen vergangener Tage. Wie viele Stunden gesunden, fröhlichen Lebens, guter Arbeit, freundlicher Gesellschaft erneuern sich hier. Damals flossen diese Stunden im Takte Eurer Pickelschläge, Eurer Stimmen, die stets zu Scherz und Gesang bereit waren. Bei jedem meiner Schritte tauchen andere Erinnerungen auf, ein buntes Mosaik meines, Eures Lebens als Sportkameraden.

Sie ist weich wie ein dicker persischer Teppich, Eure Bahn, liebe Vorunterrichtsleiter, und der Schritt wird federnd und lautlos. Der Lauf der Athleten, wie der Flug der Nachteule, bricht nicht den tiefen Frieden, der in den Baumzweigen ruht.

Wie viele Gesichter habe ich auf meinem Lauf wieder erkannt. Ich kann Euch versichern, es tut einem sehr wohl, auf diese Weise der Vergangenheit zu begegnen. Ich laufe nicht mehr an Bäumen vorbei, sondern in einer Allee heller Erinnerungen, die für mich wie Knospen sind, aus denen neues, farbigeres Leben, vertrauensvollere Zukunft wächst.

So habe ich dank Euch Magglingen wieder gefunden, an einem kalten, grauen Tag, aber in seinem schönsten Kleid, in der Wärme seiner Kameradschaft. Diese Begegnung ist für mich das Vorzeichen für einen guten, arbeitsreichen, fruchtbaren Sommer.

Ich werde immer wieder, und auch für Euch, auf die Vorunterrichts-Laufbahn gehen. Das wird mich glücklich machen. — Aber glaubt mir: sie wartet auch auf Euch! Sie ist in Zukunft das sichtbare Band unserer Freundschaft, das gemeinsame Pfand der Ideale, die wir mit dem Vorunterricht anstreben.

Einen Wunsch sprechen wir zwei gemeinsam aus: alle, die Ihr an der Bahn einmal gearbeitet habt, schreibt uns eine Karte, wie es Euch geht. Das wird das Band verstärken und die Erinnerung verdichten.

Ferien-Kurse 1953 der Bode-Schule

II. 20.—31. Juli
III. 3.—8. August
IV. 10.—14. August
V. 10.—14. August
VI. 17.—22. August
VII. 17.—21. August
VIII. 24.—29 August

Westerland (Sylt)
Hertogenbosch (Holland)
Norderney (Nordsee)
Breitbrunn (Chiemsee)
Schieleiten (Oesterreich)
Ueberlingen (Bodensee)
Gardasee (Italien)

Näheres über Unterkunfts- und Verpflegungskosten ist im ausführlichen Prospekt zu ersehen, der bei der untenstehenden Adresse zu beziehen ist:

Honorar des Kurses: DM 30.—. Anmeldung bis 10. Juli
Honorar des Kurses: 30 Gulden
Honorar des Kurses: DM 20.—. Anmeldung bis 1. August
Honorar des Kurses: DM 20.—. Anmeldung bis 1. August

Honorar des Kurses: DM 20.—. Anmeldung bis 1. August
Honorar des Kurses: DM 25.— oder Lire 3000.—

B O D E - S C H U L E
Ungererstrasse 11
M ü n c h e n 23 (Deutschland)

Schenkt Ferienfreiplätze für Schweizerkinder!

Die Aufnahme eines ferien- oder erholungsbedürftigen Kindes in die eigene Familie ist eine der schönsten Hilfsmassnahmen zugunsten unserer Jugend, weil sie auf der persönlichen Anteilnahme von Mensch zu Mensch, von Familie zu Familie beruht. Aus Dankensbriefen vieler hundert Mütter kann Pro Juventute alljährlich entnehmen, wie segensreich die Vermittlung von Familienfreiplätzen wirkt. Ebenso zahlreich sind die Dankbriefe von Ferieneltern, denen der kleine Gast zumeist viel Freude und manch beglückendes Erlebnis schenkte. *Wer Kinder lieb hat, wird durch die Ferienfreiplatzhilfe vom Gebenden zum Nehmenden!*

Die Ferienhilfe ist zugleich eine soziale Notwendigkeit. Viele Schweizerkinder haben einen Erholungsferienaufenthalt oder einen Milieuwechsel dringend nötig. Viele überarbeitete Mütter sollten während den Schulferien von der täglichen Sorge um ihre Kleinen entlastet werden. Wir bitten alle Schweizerfamilien, welche für einige Wochen ein gesundes Schweizerkind für einen Ferienaufenthalt bei sich aufnehmen können, dies unseren Gemeinde- oder Bezirkssekretären oder dem Zentralsekretariat Pro Juventute, Zürich 8, Seefeldstr. 8, Telefon (051) 32 72 44 mitzuteilen. Für jede Mitarbeit und Hilfe danken wir schon im voraus herzlich. Pro Juventute.