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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 10 (1953)

Heft: 11

Artikel: Die nordische Skischule

Autor: Meier, Marcel

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-991233

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

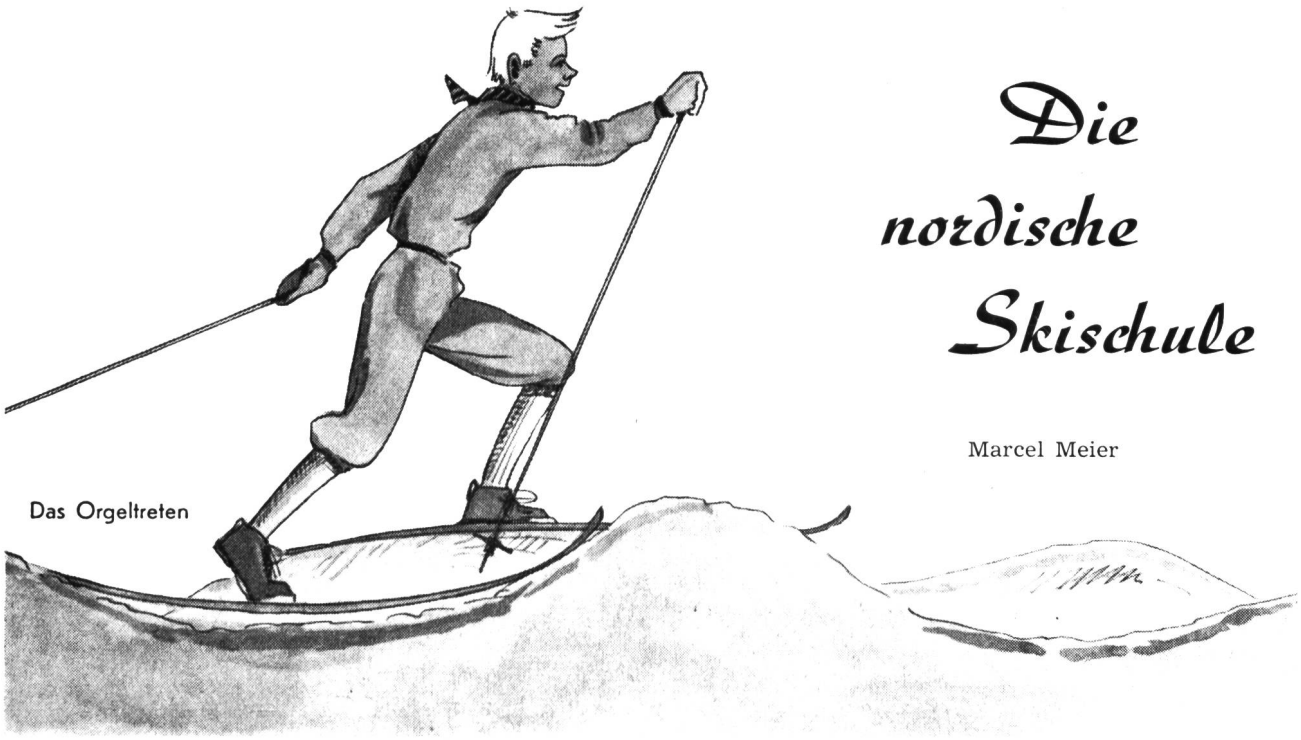
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 10.12.2025

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



Die nordische Skischule

Marcel Meier

Im April dieses Jahres fand in Davos der zweite Internationale Kongress für das Skilehrerwesen statt, an dem rund 150 Vertreter aus zehn Ländern teilnahmen. Das Ziel des Kongresses sah man darin, die verschiedenen Lehrmethoden theoretisch und praktisch zu zeigen. Es ging in Davos nicht darum, die bis ins Extrem verfeinerte Renntechnik verschiedener Spitzenkönner zu analysieren, sondern durch Erfahrungsaustausch das Gemeinsame einer einfachen, leicht zu erlernenden Unterrichtsmethode für den Gebrauchsskilauf zu finden.

Zu diesem Davoser Kongress reisten auch einige Nordländer. Obwohl sie betonten, sie kämen in erster Linie, um zu lernen, bereicherten auch sie den Kongress durch Referate, Demonstrationen sowie durch Filme, von denen derjenige des bekannten Norwegers Tom Murstad, dem Begründer und Leiter der berühmten Kinder-Skischule in Oslo, alle Kongressmitglieder begeisterte.

Was uns Professor Gösta Frohm und seine Kameraden erklärten und demonstrierten, ist das im vergangenen Winter entstandene Gemeinschaftswerk der Skipädagogen aus Norwegen, Schweden und Finnland. Daher hiess auch der Titel ihrer Vorführung «Die Nordische Skischule». Um das Verständnis für ihre Arbeitsmethoden zu erleichtern, führte der Chef der Delegation, Gösta Frohm, u. a. aus:

«Weite Gebiete Finnlands, Norwegens und Schwedens bilden ein hügeliges Waldgelände mit Höhen von hundert bis dreihundert Metern. Für die wandernde und Skilauf treibende Bevölkerung sind diese Gebiete leicht erreichbar, was durch die Lage und Grösse der Städte im allgemeinen noch begünstigt wird. Die skisportliche Betätigung setzt kaum vor dem Monat Januar ein. Durchschnittlich dauert der Winter vier Monate, in den südlichen Regionen ist er einige Wochen kürzer, in den nördlichen Gebieten dauert er länger. Der schwedisch-norwegischen Grenze entlang, in der Mitte von Norwegen und in Nordschweden gibt es Berge, die Höhen von zweitausend Metern über Meer erreichen. Der ganze Norden eignet sich für Wochenend- und längere Touren im Wald- und Berggelände. Finnland, Norwegen und Schweden haben zusammen rund dreizehn Millionen Einwohner und sind also sehr dünn bevölkert. Vergleichsweise sei erwähnt, dass Schweden allein zehnmal grösser ist als die Schweiz und eine ungefähr gleich grosse Bodenfläche aufweist wie die zwei andern Länder zusammen.

Bis vor etwa fünfundzwanzig Jahren diente der Ski vorwiegend als Mittel zur Fortbewegung und stand im Gebrauch von schätzungsweise fünf Millionen Menschen. Aus naheliegenden Gründen bildete der Tourenskilauf die gebräuchlichste Art der skisportlichen Betätigung, die zur Entwicklung der zahlreichen guten Langläufer den Grundstein legte. Während das Springen schon am Ende des vorigen Jahrhunderts aufgekommen war, vermochte das Abfahren sich erst in der letzten Zeit durchzusetzen. Viele Kinder, die sich einst mit Ski zur Schule begaben und Holzfäller, die den Weg zur Arbeitsstätte in gleicher Weise zurücklegten, werden heute durch Autobusse befördert. Unter diesen Umständen entwickelt sich das Skilaufen zu einem reinen Sport, der einer geeigneten modernen Propaganda bedarf, um in die weitesten Volkskreise einzudringen. Um dies zu erreichen, haben die nordischen Länder sich auf ein gemeinsames Vorgehen geeinigt. Unseres Erachtens benötigen wir in erster Linie eine Grundschule für Kinder, Skiunterricht erteilende Vereine, Militärkurse und Touristenorte. Der hier in Betracht fallende Unterricht ist bestrebt, dem Schüler den Tourenskilauf beizubringen, wozu die Verwendung eines leichten, mit Hart- oder Hickorykanten versehenen Tourenskis, der eine Hickorylauffläche aufweist, bevorzugt wird. Die Bindung sollte so beschaffen sein, dass sie sich nicht nur zum Fahren eignet, sondern auch zum Gehen anregt. Um die Lernenden anzuspornen, werden häufig Wettkämpfe mit Stilbewertung durchgeführt, in denen bestimmte Punktzahlen zu erringen sind. Dieses Vorgehen ist schon bei der Jugend unter sieben Jahren gebräuchlich. Fünf- bis zwölfjährige Kinder werden je länger je mehr in besonderen Skischulen unterrichtet. Auf diesem Gebiet hat der Norweger Tom Murstad eine ganz beträchtliche Pionierarbeit geleistet. Nach dem Muster seines Lehr-

betriebes werden überall Kinderskischulen eröffnet. Fünf- bis Siebenjährige tummeln und bewegen sich ohne Stöcke. (Vergl. Artikel v. M. Meier in Nr. 4/1952 «Als Reporter an den Olympischen Winterspielen»).

Nach der Absolvierung der Grundschule kann man bei uns Spezialschulen für Abfahrt, Lang- und Sprunglauf besuchen, wo wir uns schon während des ersten Probewinters befriedigender Erfahrungen erfreuen durften, weshalb die Fortsetzung der begonnenen Arbeit beabsichtigt ist. Stets sind wir bestrebt, einen einfachen und natürlichen Skilauf zu lehren und auszubreiten. Wir rechnen damit, dass ein Anfänger nach acht bis zehn Stunden Grundschulunterricht befähigt ist, in unseren Waldgebieten genussreiche Wanderungen auszuführen. — Im Wald gelangt der Zwei- und Viertakt-Diagonalschritt zur Anwendung. Aufstiege und Abfahrten wechseln ab. Bei veränderten Schneearten und Geländeverhältnissen wird umgewachst, damit man stets steigen und fahren kann. Der Skilauf in den Bergen, mit seinem stets wechselnden Gelände, erfordert selbstverständlich ein viel grösseres Können, welches aber vorwiegend durch die dort vorhandenen Skischulen vermittelt wird.

Die Nordische Skischule ist noch zu jung, als dass wir in der Lage gewesen wären, alle Normen und Bestrebungen endgültig abzuklären und zu beurteilen. Wir hoffen, im Kongress Erfahrungen zu sammeln, die wir zu Hause auswerten können. Bis jetzt ist es uns in Finnland, Norwegen und Schweden gelungen, einen gemeinsamen Weg einzuschlagen, der uns ermöglichen soll, den Skilauf so zu fördern, dass er zum Volkssport wird.»

Von besonderem Interesse ist für uns die Art und Weise der Durchführung eines Wettkampfes für Stilbewertung. Wir bringen deshalb im Bild nebenan das Schema eines Stilwettkampfes aus der «Nordischen Skischule».

Die Uebungsspur beträgt 500 bis 1000 m. Wichtig dabei ist eine gute Geländewahl. Auf der Strecke befinden sich fünf Schiedsrichter.

Da wir in unserem Mittelland, im Jura und auch z. T. in den Voralpen ähnliche topographische Verhältnisse vorfinden wie im Norden, eignet sich dieses kleine Wettkampfschema sehr gut für den Unterricht in VU-Riegen, Schulen und Vereinen. Wer einen solchen Parcours ohne wesentliche Fehler durchläuft, beweist, dass er sich in jeder Situation zu bewegen weiss.

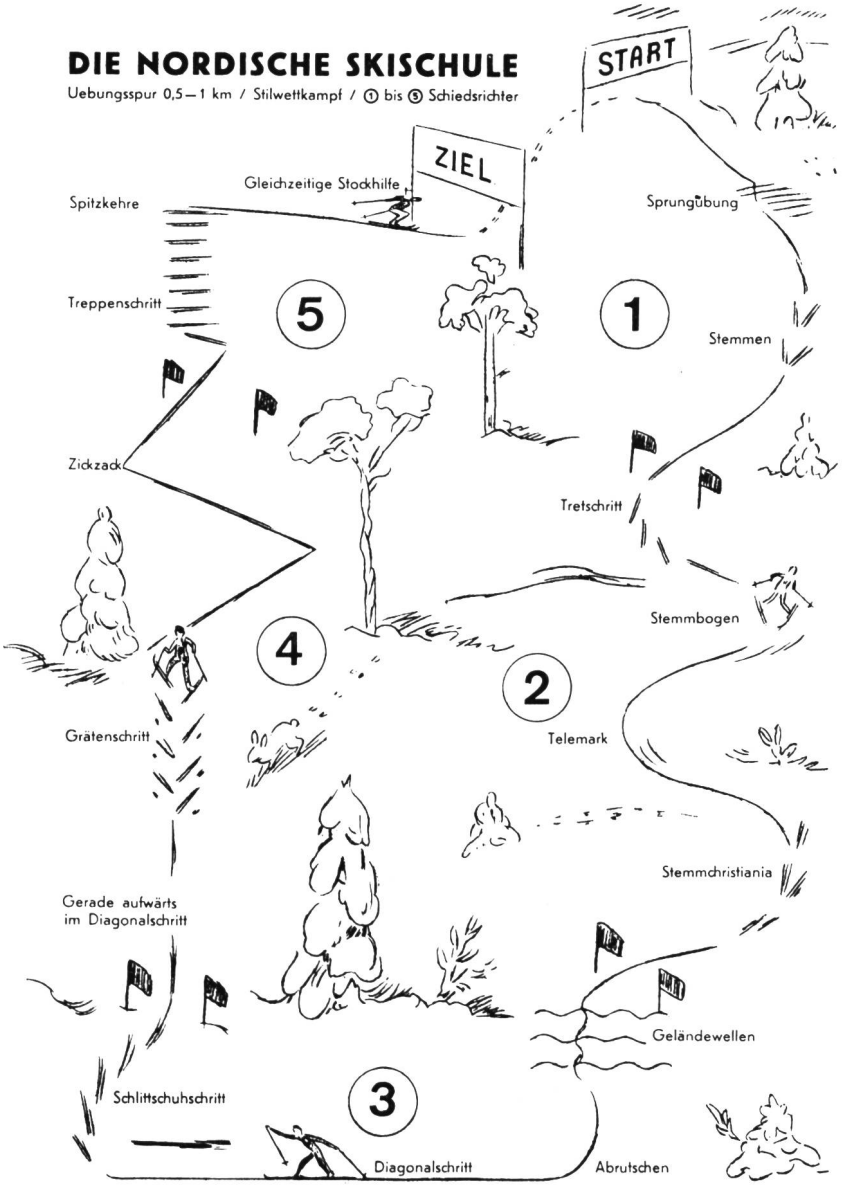
Wir wollen nicht «Pistenhirsche» ausbilden, sondern Skifahrer, die sich in jedem Gelände zu bewegen wissen und ihre Ski beherrschen.

Grundlage der Nordischen Skischule ist natürlich das Gehen und Laufen, wobei den Gleichgewichtsübungen ganz besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird.

In dieser Beziehung denke ich immer noch mit grossem Vergnügen an den schwedischen Skilanglauftrainer Sigge Nordlund zurück (der jetzt wieder in Italien als Langlauftrainer weilt), wie er auf seinen schmalen Langlauflatten erstmals die Lauberhornstrecke hinunterfuhr. Bei schlechten Schneeverhältnissen meisterte Nordlund die Strecke derart gleichgewichtssicher und ausgewogen (trotzdem dies seine erste alpine Abfahrt war), dass wir aus dem Staunen nicht herauskamen.

«Meine Standfestigkeit und mein Gleichgewicht bringe ich vom Langlauf mit», meinte er damals.

Eine Uebung hat uns in Davos besonders imponiert: das Orgeltreten. Oben ein Bild von Hans Brunner, das veranschaulichen soll, um was es sich dabei handelt. Versetzte Wellen und Mulden lassen sich überall ohne grosse Mühe mit einer Schaufel herstellen.

Das «Orgeltreten» ist eine prachtvolle Uebung zur Schulung des Gleichgewichtes. Nehmt daher zu eurer praktischen Unterrichtsarbeit jeweils eine Schaufel mit und probiert es einmal. Wenn ihr jeden Tag mit der Klasse über diese Wellen und Mulden geht (mit und ohne Stöcke), werdet ihr mit Sicherheit und in Kürze sehen können, wie die Standsicherheit und das Gleichgewichtsgefühl eurer Schüler zunehmen.

Noch besser ist es, wenn ihr im Skilager in der Nähe des Besammlungsortes eine Loipe mit einfachen und versetzten Wellen und Mulden legt und vor der praktischen Arbeit mit allen Klassen abläuft.