

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 13 (1956)

Heft: 7

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: 23.01.2026

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

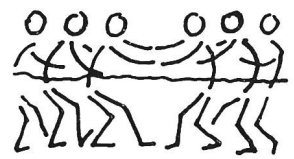
Tummelspiele im Wasser

Zeichnungen: Wolfgang Weiss
Text: Urs Weber

Das Wasser ist hüft- bis brusttief

«Es strahlt der Säugling in der Wanne,
denn Wasser ist so patschig nass;
das Strahlen sieht man auch beim Manne,
das Wasserplotschen macht ihm Spass.
Es strahlt das Kind ob Wasserlachen,
es strahlt die Frau im Badkostüm,
wir Alle strahlen beim Spielmachen
und freuen uns ganz ungestüm.»

Wir machen eine kleine Erholungs-
die für den Aufenthalt im Wasser ge-
Nie erhitzt ins Wasser spring
Ein Aufwärmen des Körpe
notwendig.
Ein voller Bauch «studiert»
Spiele müssen lebhaft sein.«
Beim Verlassen des Wassers
Erkältungen.



Tauzieher
sich in K
sten fass
Anderen
— Kneif
«Ho-Ruch

Spritzkreis.

- Kreis bilden — Gesicht nach aussen — spritzen nach hinten — mit beiden Händen gleichzeitig und wechselseitig.
- $\frac{1}{4}$ Drehung — spritzen in den Kreis — aus dem Kreis — vor dem Körper — hinter dem Körper — vor und hinter dem Körper gleichzeitig.
- $\frac{1}{4}$ Drehung — Spritzschlacht mit vollen «Breitseiten».



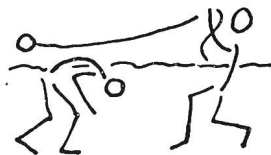
Wettlauf. Aufstellung am Bassinrand — Mannschaftswettlauf auf die andere Seite — Man kann dabei vorwärts — rückwärts — seitwärts laufen. Der Widerstand des Wassers muss überwunden werden. Viel Vergnügen!

Reiterkampf. Die Jockeys sitzen il
auf den Rücken, oder auf die Schu
nur bei genügender Wassertiefe ca.
reitet sich gegenseitig an und um, un
Gegner vom Pferd zu bringen. —
Fallen — Loslassen — sonst?!



Hechtschiess
ab, kräftig!
nach vorn
Dieses Gleit
arbeit. «Ra
Vater Hecht

Tauchender Kreis. Am Ende einer 2—3 m langen
Schnur wird ein Schlagball befestigt. Kreisauf-
stellung — Gesicht der Mitte zugewendet. Ein
Spieler in der Mitte des Kreises, er schwingt die
Schnur über die Köpfe der im Kreis Stehenden.
Wer nicht getroffen werden will, taucht unter!

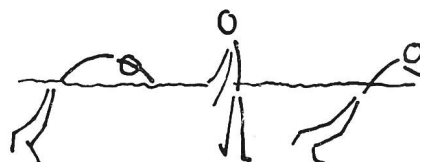


Delphinspringen. Abstossen vom I
Körper gespannt, wie ein Bogen. E
Hände — Kopf — Rumpf. — Bein
ziehen zum Stand und erneut Weg
wichtig ist das korrekte Eintauche
soll vom Wasser aufgesogen werden

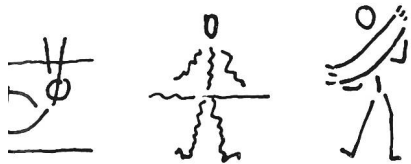


Tellerstafette. «Wer wagt es, Rittersmann oder Knapp?»
Start — der Erste läuft oder schwimmt zur Gegenseite
des Schwimmbeckens — legt dort einen «goldenen» Teller
auf den Grund des Beckens — zurück — Handschlag —
der Nächste holt den Teller wieder und übergibt ihn dem
Dritten, der ihn seinerseits wiederum zur Gegenseite trägt
und auf den Grund des «Meeres» versenkt... usw.

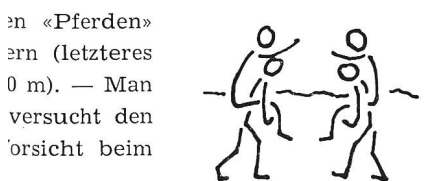
Handstandstehen. Im Wasser viel leichter! Körper knickt
vornüber — Hände gehen dahin, wo die Beine waren —
Beine schwingen hoch. a) Partnerübung b) Einzeln —
Wer steht am längsten? — Dem Sieger klatschen wir Bei-
fall. Hände flach — rasch und kräftig auf den Wasser-
spiegel schlagen.



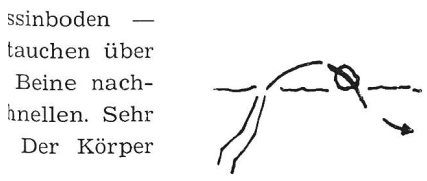
se und erinnern uns an Ratschläge,
 en:
 l.
 durch Zweckgymnastik ist jedoch
 d schwimmt nicht gern.
 efrierfleisch» ist zu vermeiden!
 Abtrocknen! Nasse Haare führen zu



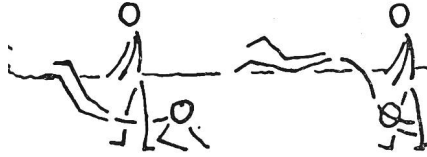
ohne Tau. Zwei Mannschaften stehen
 onne gegenüber. Die beiden Vorder-
 an den Händen (guter Griff) — die
 ssen den Vordermann um den Bauch
 verboten! — Und los geht es mit
 und «Ho-Hopp»-Rufen.



l. Wir stossen uns vom Beckenrand
 örper lang ausgestreckt — Arme weit
 Kopf zwischen Arme eingeklemmt.
 kann man verlängern durch Bein-
 ahren mit kleiner Uebersetzung.
 macht das nicht schlecht!



olonnen (ca. 5 m Abstand vom Einen
 ~ Pfiff — der Vorderste dreht sich
 Beinen des nächsten Kameraden hin-
 ~ taucht und gleitet weiter. Am Ende
 » — es startet der Nächste. Abstände



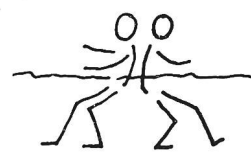
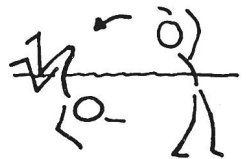
Kleine Pause — kleine Winke.

Wasser in den Augen: Kopfschütteln und weg ist es. Nicht reiben!
 Wasser in der Nase: Kräftig schnauben, wie ein Rassepferd.
 Wasser in den Ohren: Hüpfen auf einem Bein und den Kopf zur Seite
 neigen.
 Wasser im Mund: Sollte nicht vorkommen — nicht schlucken — Heraus
 damit!



Rolle vorwärts. Abstossen beidfüssig vom Bassin-
 boden — Oberkörper nach vorn stark einknicken
 — Gesäss kräftig hochreissen — «Päckli» machen
 — Rücken rund, und es geht von selbst. Hilfestehen
 zu zweit, mit Griff Nackenpartie — Oberarm.

Rolle rückwärts. Abstossen beidfüssig vom Bassin-
 boden — Beine kräftig anhocken und an die Brust
 reissen — Kopf in den Nacken drücken — Kreuz
 durchdrücken — Arme unterstützen die Bewegung
 durch Paddeln. Hilfestehen zu zweit, mit Griff
 Schulterpartie — Gesäss.



Schiebekampf. Partner stehen Rücken an Rücken
 — Los — Drücken — Drängen — Stossen — Schie-
 ben, — äh, ist das mühsam — plötzlich eine Finte
 (Ausweichen) des Gegners — Platsch liegst Du
 rücklings in den Fluten. — Pusten — Schnauben —
 Ha-ha-ha.

Hahnenkampf. Die «ergrimmten» Hähne suchen
 sich, auf einem Bein stehend, durch Anrennen zu
 Fall zu bringen. Arme vor der Brust verschränkt.
 Das Wasser hemmt die Wucht des Anrennens, dafür
 ist es um so prächtiger, so schwungvoll ins Wasser
 zu fliegen.



«Torpedo». Die «Torpedos» stehen sich Aug' in Auge
 gegenüber, fassen einander bei den Händen. Tief-
 gehen bis die Schultern auf dem Wasser aufliegen
 — Füsse aufziehen und Fussflächen gegeneinander
 halten — Gleichzeitig abstossen und mit ange-
 schlossenen Armen durchs Wasser pfeilen.

«Böcklispringen». Wir stellen uns im Kreis auf, die Seite dem Kreismittel-
 punkt zugewandt. Zu Zweien abzählen — Einer machen «Böckli» — Zweier
 springen eine Runde, bis zu ihrem Platz zurück. Nun springen die Zweier.
 In der nächsten Runde springen wir kopfwärts darüber! Und als Letztes:
 «Böcklisprung» — nach dem Sprung kehrt — durch die gegrätschten Beine
 des «Böcklis» flitzen und aufsitzen. Wer ist der Erste?



Echo von Magglingen

Kurse des Monats

a) Schuleigene Kurse:

- 2.—7. 7. Eidg. Leiterkurs für Geistliche, 55 Teiln.
- 9.—14. 7. Eidg. Leiterkurs, Grundschule I, 110 Teiln.
- 9.—14. 7. Eidg. Leiterkurs für Schwimmen und Spiele, 30 Teiln.
- 30. 7.—4. 8. Cours féd. de moniteurs pour la natation et les jeux, 25 particip.

II. Semester Sportlehrerkurs.

Juni-Juli Sportkurs für Instr. Of. und Uof.

b) Verbandskurse:

- 5.—8. 7. Zentralkurs f. Schiedsrichter d. SFAV, 50 Teiln.
- 7.—8. 7. Schüler-Ruderlager der Schweiz. Vereinigung der Ruder-Veteranen, 80 Teiln.
- 7.—8. 7. Nachwuchskurs f. Schwimmer d. Satus, 30 Teiln.
- 14.—15. 7. Kreiskurs f. Trainingsleiter d. SFAV, 50 Teiln.
- 14.—15. 7. Schiedsrichterkurs I.—III. Liga, Schweiz. Handballausschuss, 30 Teiln.
- 15. 7.—9. 8. Juniorenkurse 1956 des Schweiz. Tennis-Verbandes, 15 Teiln.
- 15.—21. 7. Internationaler Gymnastikkurs des Schweiz. Berufsverband. f. Tanz u. Gymnastik, 75 Teiln.
- 19.—22. 7. Zentralkurs für Fussball-Trainingsleiter des Satus, 15 Teiln.
- 21.—22. 7. Kurs für Trainingsleiter des SFAV, 90 Teiln.
- 23.—28. 7. Juniorenlager d. Sol. Kant. Fussball- u. Athletikverbandes, 35 Teiln.
- 23.—28. 7. Ausbildungskurs f. Leichtathletik-Instruktoren des ETV, 35 Teiln.
- 24.—28. 7. Trainingslager für Nachwuchsleute der Leichtathletik des SKTSV, 35 Teiln.
- 26.—28. 7. Trainingslager für Nachwuchsleute im Nationturnen des SKTSV, 25 Teiln.
- 28.—29. 7. Kreiskurs f. Trainingsleiter d. SFAV, 60 Teiln.
- 29. 7.—4. 8. Zentrales Juniorenlager des SFAV, 55 Teiln.
- 30. 7.—2. 8. Handball-Juniorenlager des Schweiz. Handballausschusses, 20 Teiln.

Besondere Veranstaltungen der ETS:

Juni. «3 Tage Magglingen». Kurs des Verbandes Schweiz.

Sport-Journalisten

5. 7. Klaviervortrag von Herrn J. Chappuis im Rahmen des «Geistlichen Kurses».

Delegationen:

25. 6.—1. 7. Leitung des Juniorenleiterkurses des Schweiz. Tennisverbandes in Mürren v. Herrn Marcel Meier.

Vorschau:

Auf Jahresende erscheint der «Spielkatalog» der ETS-Bibliothek mit ca. 800 Titeln.

Diverses:

Der Leichtathletikkatalog der ETS-Bibliothek ist auf 1. Juni erschienen (570 Titel) und kann für Fr. 1.— bezogen werden.

Kurs für Unterhalt von Turn- und Sportanlagen

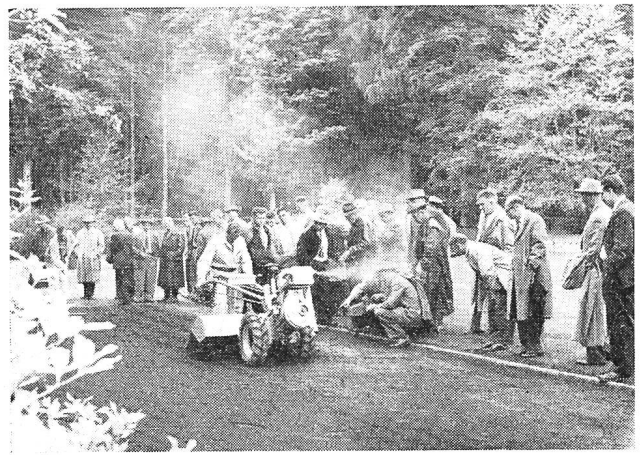
Am 1./2. Juni 1956 führte die Eidg. Turn- und Sportschule in Magglingen erstmals — in Zusammenarbeit mit der Kommission für Turn- und Sportplatzbau der Eidg. Turn- und Sportkommission und der Turn- und Sportplatzkommission des Schweizerischen Landesverbandes für Leibesübungen — einen Zentralkurs für die Pflege und den Unterhalt von Turn- und Sportanlagen durch. Der Kurs wurde von Vertretern der Kantone und Verbände beschickt. Ausserdem wurden noch einige Spezialisten direkt eingeladen.

Der Kurs stand unter der Leitung der Eidg. Turn- und Sportschule. Als Referenten und Fachleute wirkten folgende Herren mit:

D. Harradine, Magliaso
A. Kündig, Winterthur
V. Muzzolini, Bern
T. Vogel, Zürich
Dr. W. Wechsler, Zürich

Das Stoffprogramm war besonders auf mittlere und grössere Turn- und Sportanlagen ausgerichtet, doch wurden auch die kleineren und einfacheren Verhältnisse zur Sprache gebracht. In Referaten und Demonstrationen gelangten folgende Themen zur Behandlung:

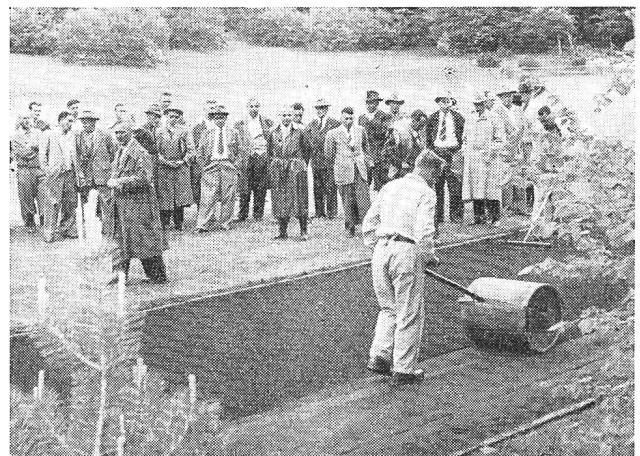
Unterhalt von Aschenlaufbahnen, Anlaufpisten und Trockenplätzen,
Pflege und Unterhalt von Sportrasenflächen,
Unterhalt von Weichgruben und diesbezügliche Materialkunde,
Pflege und Unterhalt von Turnhalleböden.



Ausserdem wurde noch ein Referat mit Lichtbildern über Sportplatz- und Gartengestaltung ins Stoffprogramm aufgenommen. Es hat den Anschein, als ob das letztgenannte Thema mit dem Unterhalt von Turn- und Sportanlagen nur wenig gemeinsam habe; wenn es dennoch zur Behandlung gelangte, so deshalb, weil man der Ansicht war, dass in Richtung Gartengestaltung gut etwas mehr getan werden könnte. Es wäre erfreulich, wenn Reklametafeln auf Sportplätzen verschwinden und schönen Grünanlagen Platz machen würden. So gesehen, hatte das Thema mit dem Unterhalt auch seine direkte Beziehung.

Am Kurs herrschte jederzeit eine aufgelockerte, freundliche Atmosphäre, bei allseitig reger Anteilnahme. In den Diskussionen wurden auch von den Kursteilnehmern viele wertvolle Beiträge vorgebracht. Obwohl man bei diesem neuartigen Kurs noch über gar keine Erfahrungen verfügte, darf die Kursarbeit als wohl gelungen und erfolgreich bezeichnet werden. Es erscheint denn auch wünschenswert, wenn die begonnene Kurstätigkeit nach zwei bis drei Jahren fortgesetzt wird.

Hd.



Lehrschwimmbäder

Der Schwimmunterricht in den Schulen stellt ganz besondere Anforderungen. Erfahrungsgemäss sind die Bäder, besonders in den Städten, auch zu normalen Schulzeiten sehr stark belegt. Ein geordneter Schwimmunterricht ist deshalb ohne besondere Lehrbecken nicht möglich. Schulschwimmbecken sind somit in jedem Falle sehr begründet. Die Praxis zeigt denn auch, dass man z. B. in Zürich in einigen Schwimmbädern nachträglich noch besondere Lehrbecken erstellen musste. Bei der Planung und beim Bau neuer Anlagen sollten diesen Erfahrungen Rechnung getragen werden. — Eine besondere Schrift über Lehrschwimmbäder, in der das Ergebnis einer Zusammenarbeit zwischen dem Deutschen Werbeausschuss für Schwimmen und Retten, der Deutschen Gesellschaft für das Badewesen und der Übungsstätten-Beratungsstelle des Deutschen Sportbundes zusammengefasst wurde, wird allen jenen Stellen, die sich mit diesem Thema befassen, wertvolle Anregungen geben. — Der Preis der Broschüre beträgt DM 4.— zuzüglich Versandspesen. Die Abgabe erfolgt nur durch den Deutschen Werbeausschuss für Schwimmen und Retten. Bestellungen sind an folgende Adresse zu richten:

Materialstelle Schwimmen und Retten e. V.
(22a) Hilden Rhein Postfach.

Hd.