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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 14 (1957)

Heft: 12

Rubrik: Lehrlinge schreiben

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: 09.12.2025

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

Lehrlinge schreiben

«Heute morgen erhebe ich mich wieder einmal viel lieber aus dem Bett als andere Male, trotzdem es eine Viertelstunde früher ist. Warum? Am Dienstag findet natürlich wie immer das Lehrlingsturnen statt. Oh, wie freue ich mich doch nach jeder Turnstunde schon wieder auf die nächste. Man sollte alle Tage so eine bis zwei Stunden turnen können, das täte doch jedem Lehrling sehr gut. Aber schliesslich kann mir der Meister nicht alle Tage zwei Stunden freigeben, das würde ja nicht rentieren. Doch bin ich ihm für die zwei Stunden, die er mir jede Woche schenkt, sehr dankbar. Es ist mir, als fiele mir ein schwerer Stein von der Schulter, wenn ich mich nebst der strengen und anspruchsvollen Arbeit wieder einmal so richtig körperlich und geistig erholen kann. Ich kann aber mit Ueberzeugung sagen, dass der Sport, wie er im Lehrlingsturnen betrieben wird, eine Erholung ist, die sich sicher jeder Lehrling wünscht. Man wird so aus der zum Teil drükkenden Geschäftsatmosphäre herausgerissen. Die Turnstunden sind vielseitig. Hier wird Fussball, Handball und Volleyball gespielt, im Sommer wird im Schwimmbad geschwommen, im Winter kann man skifahren gehen und jedes Jahr werden zwei Orientierungsläufe durchgeführt. Was aber beim Lehrlingsturnen noch sehr wichtig ist, man lernt die Kameraden aus dem Betrieb kennen. Wo kommen sonst alle Lehrlinge aus dem Betrieb einmal zusammen? Nirgends als beim Lehrlingsturnen. Auch das Singen wird dabei nicht vergessen, was wieder etwas zu froher Kameradschaft beiträgt.

Ausserdem haben wir Lehrlinge aus einer Maschinenfabrik noch das grosse Glück, dass uns die Firma einen tüchtigen und temperamentvollen Sportlehrer zur Verfügung stellt. Bei ihm gibt es nur eines: Pünktlichkeit und Disziplin. Das ist nämlich etwas, das man im Leben immer wieder braucht; sei es im Beruf, im Militärdienst, in Vereinen oder im Verkehr mit den Mitmenschen. Zudem haben wir noch das Vergnügen, an verschiedenen Turnieren teilzunehmen. Letztes Jahr durften wir zum Beispiel gratis und franko am schweizerischen Stiften - Hallenhandball - Turnier in St. Gallen teilnehmen.

Was wir aber aus der Lehrzeit nie vergessen werden, sind die maximalen Skiferien, die uns die Firma jedes Jahr nebst den vertraglich festgelegten Ferien gewährt. Das sind nun einmal unvergesslich schöne Stunden, die wir jedes Jahr im Januar verbringen. Was gibt es doch Schöneres als den Skisport. Wie mancher Lehrling möchte doch auch einmal gern in die Skiferien gehen, aber das nötige Geld reicht nicht dazu. Auf diese Weise kommt doch jeder Lehrling, ob reich oder arm, in den Genuss dieser herrlichen Skiwoche.

Es ist nur sehr schade, dass den Lehrlingen in kleineren Betrieben nicht Gelegenheit geboten wird, sich wenigstens einmal in der Woche durch Turnen und Sport zu erholen. Meines Erachtens haben diese Lehrlinge die Abwechslung ebenso nötig wie wir in den grösseren Betrieben.

Zum Schluss möchte ich noch sagen, dass der Sport dann einen Sinn hat, wenn er uns abhärtet und körperlich stärkt, wenn er uns für das Berufsleben tüchtig und hart macht. Wer Sport treibt, muss dazu beitragen, dass der echte sportlich-kameradschaftliche Geist auch in den Arbeitsräumen herrscht. Dieser Geist fordert vom Sporttreibenden, dass er Niederlagen mit Würde trägt; er lehrt, dass der Erfolg das Resultat der Anstrengungen aller ist.

Kurt Wäspi, kaufmännischer Lehrling
in der Maschinenfabrik Benninger AG,
Uzwil.»

Aus einem Brief an seinen Sportlehrer

Leider werde ich kaum mehr eine lehrreiche Turnstunde bei Ihnen besuchen können. Das ist ein harter Schlag, plötzlich alleine in die Welt gestellt zu werden. Ich hoffe aber, dass Sie mir trotzdem vielleicht einmal einen guten Rat geben werden, wenn ich Sie darum bitten sollte.

Mit grosser Freude und leiser Wehmut werde ich immer zurückdenken an die vielen Turnstunden und die Skilager, die ich mit Ihnen erleben durfte. Sicher habe ich Ihnen manchmal durch mein Benehmen keine riesige Freude bereitet. Ich bitte Sie, dass Sie mir das nicht übel nehmen. Es war manchmal schwierig, sich so wie ein rechter Jüngling aufzuführen, wenn etwa ein paar andere Seitensprünge machten.

Was ich in den Stunden bei Ihnen gelernt habe, sei es in sportlicher oder moralischer Hinsicht, werde ich nie vergessen. Sie haben mir durch Ihr Beispiel und Ihr Verständnis für die Jugend die Augen noch weiter geöffnet. Dass die Welt doch nicht so schwarz ist, wie mir schien, haben Sie mir beigebracht. Auf dem sportlichen Gebiet gaben Sie mir manch gute Hinweise und Trainingsmethoden. Dass ich konditionell ganz ordentlich auf der Höhe war und bin, verdanke ich allein Ihnen. Sie können mir glauben, dass ich die Lehre nicht so gut überstanden hätte, wenn Sie uns Lehrlinge auch so als halbwertige Menschen angesehen hätten, wie es leider bei uns der Fall ist. Gerade aber, dass wir Lehrlinge mit Ihnen in die herrliche Gotteswelt hinausziehen konnten, machte das eintönige Fabrikleben viel erträglicher.

Für alles Gute, was Sie an mir und auch anderen getan und noch tun werden, danke ich Ihnen von Herzen. In der Hoffnung auf ein Wiedersehn grüsst Sie freundlich W. B.

Eine Stimme aus dem Ausland

Lehrlinge haben um 14 Uhr frei und können Sport treiben

Immer mehr grosse Industriefirmen haben erkannt, wie wichtig es ist, wenn ihre jüngsten Betriebsmitglieder, die Lehrlinge, nicht nur gut ausgebildet werden, sondern auch etwas für ihre Gesunderhaltung tun. Die Deutsche Dunlop in Hanau hat jetzt angeordnet, dass alle Lehrlinge, die frisch von der Schule kommen, künftig um 14 Uhr nach Hause gehen können, um ihnen das Anpassen an die Welt der Arbeit zu erleichtern. Mehrmals in der Woche erhalten die Jugendlichen in der werkseigenen Schwimm- und Sportanlage Gelegenheit zum Schwimmen, weil man erkannt hat, dass gerade das Schwimmen der beste Ausgleichssport für jegliche Art von Haltungsschäden darstellt. Dass daneben auf sozialem Gebiet noch sehr viel getan wird, versteht sich fast am Rande.

Die Industrie tut heute schon vielfach mehr für die Gesunderhaltung der jungen Menschen, als der Staat es in den Schulen zu tun vermag. Man kämpft immer noch um die tägliche Sportstunde, die heute in vielen Betrieben schon Wirklichkeit für alle jungen Leute geworden ist. Hier, auf diesem Gebiet, können viele andere Werke, die noch nicht den Geist des Fortschritts geatmet haben, noch viel lernen. Diese Sportstunde kommt ja nicht allein den Jugendlichen zugute, sondern in erster Linie dem Werk selbst, weil durch den Sport ihre Belegschaftsmitglieder viel gesünder bleiben. Es wäre deshalb sehr zu begrüssen, wenn immer mehr Werke dazu übergehen würden, ihren Belegschaftsmitgliedern zu ermöglichen, Sport treiben zu können. Wenn einmal Sportplatz und Schwimmbecken ebenso zu einer Werkanlage gehören, wie eine Kantine, dann ist viel gewonnen.

Aus: «Der Fussball-Trainer», Nr. 8/1957.

Zum Thema Managerkrankheit

Zu diesem Thema schrieb Dr. med. Müller in den ASM: «In weiten Kreisen der Bevölkerung und auch von vielen Aerzten wird die Frage nach den Ursachen der Managerkrankheit gewöhnlich so beantwortet: Die Hetze des Alltags und die Ueberforderung im Beruf sind schuld daran, wenn so viele Menschen an funktionellen Herz- und Kreislaufstörungen leiden. Diese Deutung ist aber nicht richtig oder zumindest unvollkommen, wie der weithin bekannte Internist Professor Hochrein (Ludwigshafen) in einem vielbeachteten Vortrag anlässlich des diesjährigen Kongresses für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin in Düsseldorf vor etwa 2000 Industriellen, Ingenieuren, Aerzten und Gewerkschaftlern ausführte. Klagen, wie schnelle Ermüdbarkeit, Kopfschmerzen, leichte Erregbarkeit usw., wie sie der Arzt alltäglich zu hören bekommt, sind nach den umfangreichen Erfahrungen von Professor Hochrein vielfach die ersten Symptome einer Kreislaufschwäche, die aber meist nicht auf eine Ueberlastung durch Berufs- oder Hausarbeit, sondern auf Ernährungsschäden, seelische Belastungen und Missbrauch von Genussmitteln zurückzuführen ist. Will man hier den Hebel an der richtigen Stelle ansetzen, dann genügt es nicht, dem Managerkranken eine leichtere Arbeit zu verschaffen oder ihn drei Wochen auf Urlaub zu schikken. Es müssen diejenigen Faktoren erkannt und beseitigt werden, die an der Entstehung von Herz- und Kreislaufstörungen ursächlich beteiligt sind. Hier wäre

noch ein wichtiger Faktor zu nennen, den der Ludwigshafener Internist besonders hervorhob: Die zunehmende Mechanisierung und Automatisierung des täglichen Lebens führt dazu, dass bei vielen Menschen die Steuerungseinrichtungen des vegetativen Nervensystems, von dem auch Blutdruck, Herztätigkeit usw. reguliert werden, zu sehr «entlastet» werden. Diese unnatürlichen Verhältnisse haben zur Folge, dass biologische Reize vom Kreislauf nicht mehr ökonomisch, sondern ‚paradox' beantwortet werden, wodurch bedenkliche Fehlregulationen entstehen können. Unter den Giftstoffen, mit denen der moderne Mensch in Berührung kommt, wird neuerdings dem Kohlenoxyd besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Es ist bekanntlich nicht nur im Leuchtgas, sondern auch in den Abgasen von Motorfahrzeugen enthalten. Zwar ist das Vollbild einer akuten Kohlenoxydvergiftung, wie es zum Beispiel bei Selbstmordversuchen mit Leuchtgas beobachtet wird, allgemein bekannt und jedem Arzt geläufig. Nicht so bekannt ist, dass es auch schleichende, chronisch verlaufende Kohlenoxydvergiftungen gibt, die vor allem bei Großstadtbewohnern gar nicht so selten vorkommen und die zu Störungen der Schilddrüsen- und Kreislauffunktionen führen können.

Ein geruhsamer Urlaub ist gewiss ein gutes Mittel gegen mancherlei Herz- und Kreislaufstörungen, und wenn der Arzt dazu in der Lage wäre, würde er sicherlich oft und gern seinen Patienten einen Urlaub «verschreiben». Aber richtig Urlaub zu machen, ist eine Kunst, die viele Leute offenbar nicht beherrschen. Professor Hochrein berichtete in diesem Zusammenhang, er habe in den letzten Wochen mehrfach erlebt, dass Patienten — äusserlich scheinbar gut erholt — vom Urlaub zurückkamen und dann wenige Tage später einem Herzschlag oder Gehirnschlag erlagen. Nach seiner Meinung gibt es hierfür nur eine Erklärung: Diese Leute haben in ihrem Urlaub vielleicht viel gesehen und erlebt und mitunter grosse Entfernungen bewältigt. Sie gaben ihrem Körper aber keine Chance, sich an die veränderten klimatischen Verhältnisse anzupassen. So kam es nach der Rückkehr infolge des erneuten Klimawechsels zu der Kreislaufkatastrophe, verursacht durch eine klimatische Ueberbeanspruchung. Bleibt als Fazit dieser Betrachtung: Die moderne Medizin verfügt zwar über verschiedenerlei diagnostische Methoden, um schon die ersten Abweichungen der Kreislauffunktion von der Norm nachzuweisen; die Möglichkeiten zur Bekämpfung eines einmal bestehenden Herz- und Kreislaufleidens sind indessen beschränkt. Um so wichtiger ist es deshalb, dass der Mensch unserer Tage die Verantwortung gegenüber seiner Gesundheit in die eigene Hand nimmt und mit diesem wertvollsten Kapital genau so sorgsam umgeht, wie er es mit anderen Gütern des Lebens zu tun pflegt.»

«Magglinger Stundenbuch»

Das ist der Titel eines soeben erschienenen Buches von Arnold Kaech, unserem früheren Direktor der ETS in Magglingen. Ein gehaltvolles Buch; ein Buch, das man immer wieder in stillen Stunden zur Hand nehmen und daraus stets reichen Gewinn ziehen wird. Wenn man die einzelnen Kapitel durchgeht, wird man sich im weitverzweigten Gebiet des Sportes über vieles klar, über Sinn und Ziel des Sportes, über Leistungsstreben, Sinn des Rekordes, Fairness und Fairplay, über Auswüchse im modernen Sportbetrieb sowie über die vielen erzieherischen Probleme. Auch wenn vielleicht da und dort nicht eine eindeutige Antwort auf all die aktuellen Fragen erteilt wird — Kaechs Essays und Gedankensplitter fordern heraus, regen an zu eigenem Nachdenken und Weitersuchen.

Beim Lesen spürt man sofort: hier spricht ein Fachmann, einer, der es in meisterhafter Art versteht, das in klare und einfache Sätze zu fassen, was er selbst an Erfahrung sich angeeignet hat.

Das «Magglinger Stundenbuch» ist typisch Arnold Kaech und typisch Magglingen. Sein geistiger Horizont ist weit, so weit und hell, wie es der Blick an einem klaren Herbsttag von unserer prächtigen Juraterrasse über das Mittelland in die Berge ist. Mir scheint, und ich glaube nicht, dass es vermessen ist, dies zu sagen, es ist ein Buch, das nur in Magglingen hat geschrieben werden können. Schon im Vorwort stossen wir auf die ihm eigene Atmosphäre, die das Werk ausströmt. Arnold Kaech schreibt da:

«Rund um den Lärchenplatz führt eine Laufbahn besonderer Art. Sie ist gegen einen Meter breit, gut knietief ausgehoben und mit Sägemehlspänen, denen sich bald Blätter, Moos und Walderde beimischen, gefüllt. Kursteilnehmer haben sie an den «Pickel-und-Schaufel-Nachmittagen» gegraben. Es ist unsere Trainingslaufbahn. Sechshundert Meter lang, federnd wie Moorboden, mit einer scharfen Steigung nach der Radunerstatue und dem allmählichen Abfall gegen die Turnhallen hin. Zwei Drittel ihrer Länge etwa führen durch den Wald. Ein kurzes Stück geht wie auf einem Balkon am Ostrand des Lärchenplatzes entlang. Hier weitet sich der Ausblick dem Jura folgend gegen Grenchen hin und Solothurn, dessen Kathedrale weit hinten als winziger heller Fleck zu erkennen ist. Sonst aber, wohl auf fünfhundert Meter Lauflänge, ist keine Fernsicht und nichts, was die Aufmerksamkeit in die Weite lenkt. Wer auf dieser Bahn läuft, Runde um Runde, wird deshalb Einkehr halten. Im Gleichmass der Schritte und der Atmung, mit der steten Anstrengung des Körpers wenden sich die Gedanken nach innen. Neues steigt auf, Unwesentliches versinkt. Trübes klärt sich, flüchtig Geahntes nimmt Gestalt an, eine Idee bekommt Form, ein Gefühl findet seinen Ausdruck.

So ist dieses Büchlein entstanden. Auf der Trainingslaufbahn in Magglingen. Am Abend, wenn das Tagwerk getan war.»

All die vielen Freunde von Magglingen, alle jene, die Arnold Kaechs Leitartikel in «Starke Jugend — Freies Volk» mit Gewinn und Genuss lasen, sie werden diesen hübschen Band, der vom Berner Graphiker Hans Thöni in feiner Art ausgeschmückt ist, herzlich willkommen heissen. Aber auch diejenigen, die Kaechs geistiges Schaffen auf diesem Gebiet nicht verfolgten, werden über den Sport Wahrheiten und Richtlinien finden, die es wert sind, aufgenommen zu werden.

Dass Arnold Kaech das Buch unserem unvergesslichen «Taio» zudachte, hat uns ganz besonders gefreut. M. M.

(Verlag Paul Haupt, Bern, Preis Fr. 9.80.)

Echo von Magglingen

Kurse des Monats:

Schuleigene Kurse

2.— 7. 12.	Cours féd. de moniteurs, instruction de base I entraînement d'hiver (30 Teiln.)
9.—15. 12.	Kaderkurs für Kursleiter und Lehrer der Skikurse
16.—21. 12.	Cours féd. de moniteurs, instruction de ski I (40 Teiln.)
21.—24. 12.	Cours féd. de moniteurs, instruction de ski II (30 Teiln.)
16.—21. 12.	Eidg. Leiterkurs für Skifahren I (60 Teiln.)
21.—24. 12.	Eidg. Leiterkurs für Skifahren II (40 Teiln.)
26.—31. 12.	Eidg. Leiterkurs für Skifahren I (100 Teiln.)

Delegationen:

Dir. Hirt:	16./17. November: Delegiertenversammlung des Schweiz. Kath. Turn- und Sportverbandes in Einsiedeln.
Dir. Hirt:	1. Dezember: Delegiertenversammlung des Schweiz. Turnlehrervereins in Luzern
Diverses:	Abschlusszusammenkunft des Bauausschusses für den Weiterausbau der ETS, am 4. 12. in Magglingen.

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