

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 16 (1959)

Heft: [4]

Rubrik: Leere Sanatorien und Sportkurorte

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: 16.01.2026

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

Vorsorge tut not, Vorsorge, bewusst und in weitestem Umfang! Die schwere Gefährdung der zivilisierten Menschheit ruft uns dazu auf, endlich ernst zu machen mit einer solchen zielbewussten Arbeit.

Risiko

Es gibt kaum eine bessere Kapitalanlage als die für Gesunderhaltung und Steigerung von Arbeitskraft und Arbeitsfreude! Ein Erfolg solcher Vorsorgearbeit grossen Stils könnte nach Dr. Pelling gar nicht ausbleiben. Kein Geringerer als Prof. Dr. med. Bier hat einmal gesagt: «Tuberkulose und Rachitis wären seltene Krankheiten, wenn das ganze Volk genügend Leibesübungen in Luft und Sonne treiben würde!»

Es läge in einem solchen Unternehmen kaum ein Risiko, da jedermann weiß, welch riesigen Aufschwung Badeleben und Sport in den letzten dreissig bis fünfzig Jahren genommen haben. Damit ist bewiesen, dass Möglichkeiten zu froher körperlicher Betätigung in der freien Natur, wenn einmal vorhanden, immer und in steigendem Masse benutzt werden — zum Segen für immer weitere Volksteile. Ein Betrieb nach dem andern würde den ideellen und materiellen Gewinn bald erkennen und zum eigenen Vorteil einen Urlaub seiner Betriebsangehörigen in solchen Sportkurorten fördern und finanziell unterstützen. Krankenkassen, Lebensversicherungen, Gewerkschaften, Industrieverbände, Krankenhäuser würden sich an den Kosten beteiligen, vielleicht eigene Heime errichten oder fehlende Einrichtungen stiften usw.

Volksgesundheit und Volkskraft sind in Gefahr! Vorbeugen ist besser als heilen und auch leichter, wenn man es richtig anpackt. Weil die Menschheit diese Gefahr immer mehr erkennt, ist die Sehnsucht nach Leibesübungen in Licht, Luft und Sonne so gross. Wer dieser Sehnsucht entgegenkommt und Anlagen, Personal und die nötige Atmosphäre zur Verfügung stellt, wird Erfolg haben.

Sportkurorte für Gesunde, damit sie unbeschwert Leibesübungen in Licht, Luft, Sonne und Wasser betreiben können.
(Photo: Schweiz. Verkehrszentrale)



Eine Aufgabe des Sportärztekubundes

Prof. Dr. Hans Grebe, der Präsident des Deutschen Sportärztekubundes, schreibt in einem Aufsatz über «Erfahrungen in der Kreislaufbehandlung durch Sport» in der «Sportmedizin» u. a.:

Abgesehen von den grossen Kreislaufkurorten, wie etwa Bad Nauheim oder Bad Orb, haben sich in klimatisch günstig gelegenen Orten des Voralpenlandes wie in Bad Tölz, Bad Wiessee oder dem Kneippbad Wörishofen besondere Behandlungsformen entwickelt, bei denen hydrotherapeutische Massnahmen durch regelrechtes Kreislauftraining mit langsam steigender Kreislaufbelastung durch Bewegung ergänzt werden. Als besonderer Sportkurort gilt schon heute die Schwarzwaldstadt Freudenstadt, in der u. a. der bekannte deutsche Sportarzt Kohlrausch die von ihm entwickelten, seit vielen Jahren angewandten medico-mechanischen Behandlungen mit einer echten Bewegungstherapie ergänzt hat. Die Kurerfolge in den deutschen Kneippbädern — neben Wörishofen gibt es zahlreiche kleinere Kneipp-Kurorte — zeigen ebenso wie die Kurerfolge in Freudenstadt und Kurorte ähnlicher Richtung, dass die Einschaltung der Bewegungstherapie in die Kreislaufbehandlung nicht nur die Erholung des Behandelten beschleunigt, sondern vor allem seine Leistungsfähigkeit in besonders erfreulicher Weise steigert.

Durch Schaffung weiterer Sportkurorte und weiterer Sporterholungsstätten wird man die Kreislaufkrankheiten als die wichtigsten Erkrankungen unserer Zeit in vielen Fällen entscheidend positiv beeinflussen können, und was nicht hoch genug bewertet werden kann — die Lebensfreude und den Leistungswillen des Kreislaufkranken in besonderem Masse heben können. Dosierte Kreislaufbehandlung durch Sport darf deshalb auf Grund unserer Erfahrungen auch den Sportärzten anderer Länder besonders empfohlen werden. Die Schaffung von regelrechten Sportkurorten ist eine der schönsten Aufgaben, die sich der Deutsche Sportärztekubund gestellt hat.

Leere Sanatorien und Sportkurorte

Mr. In einem längeren Aufsatz unter dem Thema «Heilerfolge bedrohen unsere Sanatorien» bemerkte der «Beobachter» in Basel, dass die Zahl der Kranken, die in den vielen öffentlichen und privaten Tuberkuloseheilstätten im Lauf der Zeit Heilung von ihrem Leiden gefunden haben, wohl in die Hunderttausende gehe. Es habe Jahre gegeben, da sei die Patientenzahl so hoch gewesen, dass der Bedarf an Betten nicht gedeckt werden konnte.

Medizin und Volkshygiene hätten in der Zwischenzeit grosse Fortschritte gemacht. Nicht nur sei die Zahl der Kranken in den letzten Jahren zurückgegangen, auch die durchschnittliche Heilungsdauer sei beträchtlich kürzer geworden, vor allem dank der Heilmittelbehandlung. Heute sei nun die Situation so, dass kein Patient mehr auf ein Sanatoriumsbett warten müsse, was an sich natürlich auch sehr erfreulich sei. Auf der andern Seite sei aber das finanzielle Gleichgewicht der Heilstätten dadurch empfindlich gestört worden. Die Klagen über mangelnde Besetzung kämen in den Jahresberichten der Sanatorien immer häufiger vor. Der «Beobachter» zitiert dann den Jahresbericht einer Heilstätte, in dem es unter anderem heißt: «Da die rückläufige Tendenz in der Bettenbelegung

mit einheimischen Patienten auch im Jahr 1957 anhielt, sank die Zahl der Patienten bis zum 20. Dezember 1957 auf 33 (bei einem Bettenbestand von 98). Der Delegierte hat die für die Betriebsrechnung fast katastrophale Lage jeweils zur Kenntnis der Mitglieder gebracht. Weiter fand eine von der Schweizerischen Liga gegen die Tuberkulose einberufene Konferenz in Bern statt, die sich mit dem Rückgang der Bettentbelegung der Sanatorien beschäftigte.»

Ausserordentlich aufschlussreich ist ferner, was der Chefarzt der Bündner Heilstätte Arosa schreibt:

«Im vergangenen Jahr konnten ferner einige langjährige Sanatoriumspatienten durch einen chirurgischen Eingriff — wo nicht geheilt — doch wenigstens so weit gebracht werden, dass sie bazillenfrei wurden und nach Hause gelassen werden konnten. So erfreulich an sich solche Behandlungsergebnisse sind, vom Standpunkt der Heilstättenbesetzung aus bedeutet jeder so geheilte und entlassungsfähige Patient einen Frequenzrückgang.

Mit unserem Heilerfolg haben wir eine positive Leistung vollbracht, die sich sowohl auf die engere Familiengemeinschaft wie auch auf weitere Kreise der Öffentlichkeit bis zur Staatskasse günstig auswirkt. Für die Heilstätte jedoch muss unser Behandlungserfolg — rein kaufmännisch gesehen — als doppelter Verlust gebucht werden, indem ihr erstens durch die Operation eine Reihe ungedeckter Unkosten erwachsen sind und sie zweitens durch die Genesung des Patienten einen ihrer chronischen Lungenkranken verliert, der ohne die chirurgische Intervention voraussichtlich bis an sein Lebensende einen jährlichen Beitrag von 365 Verpflegungstagen an die Heilstättenbesetzung gewährleistet hätte.

Es liegt mir natürlich fern, so zu denken und zu rechnen. Ich werde es viel mehr — wie bis anhin — als meine erste Pflicht betrachten, den mir anvertrauten Patienten auf dem raschesten Wege zu einem optimalen Heilungsresultat zu verhelfen, auch wenn dadurch für die Heilstätte die erwähnten Nachteile resultieren. Ich bin überzeugt, dass eine solche Pflichtauffassung mit der ursprünglichen Stiftungsidee nicht im Widerspruch steht. Die Bündner Heilstätte erfüllt heute als Volkssanatorium eine soziale Aufgabe im



Berge und Pferde — ein Erlebnis ganz besonderer Art.

Dienste des Bündnervolkes. In dieser Funktion gehört es nicht zu ihren obersten Pflichten, unter allen Umständen zu rentieren.»

Aehnliche Verhältnisse, so kommentiert der «Beobachter», finden sich in vielen Heilstätten — bloss werden sie nicht in jedem Jahresbericht so anschaulich geschildert — und der «Beobachter» ist überzeugt, dass kein Arzt um der Rentabilität der Anstalt willen auf erfolgversprechende Heilmethoden oder chirurgische Eingriffe verzichtet. Umso dringender ruft das Problem nach einer Lösung.

Ein Weg zu ihr konnte bis jetzt — trotz allen Bemühungen — nicht gefunden werden. So weit der «Beobachter».

Wie wäre es, wenn einige sich gut eignende Heilstätten als solche aufgehoben und in Sportkuranstalten umgewandelt würden. In vielen Heilstätten käme man mit wenig baulichen Änderungen aus. Die klimatischen Verhältnisse wären überall äusserst günstig und viele Sanatorien weisen eine solche Lage auf, dass sie für eine Sportkuranstalt geradezu prädestiniert wären.

Wir sind überzeugt, dass Sanatorien, die im Sinne unseres Artikels «In der Schweiz fehlen Sportkurorte» umgewandelt würden, nach einer gewissen Anlaufzeit keine Betten mehr frei hätten.

Yoga, Wesen und Lehre

Karl Hirschfeld, Sporthochschule Köln

Wenn Geheimrat Bier, der erste Rektor der Deutschen Hochschule für Leibesübungen, die Yogaübungen kennengelernt hätte, dann hätte er sich bestimmt dafür eingesetzt. Aber auch so werden sie immer mehr bekannt werden und Nutzen bringen. Zweierlei hindert zurzeit daran. Einmal werden bei Aufsätzen und Werbungen für Yoga meist die schwierigsten Stellungen gezeigt, so dass der Laie den Eindruck bekommt: «Das lerne ich doch nie, infolgedessen fange ich gar nicht erst an»; zweitens wird im Zusammenhang mit den Yogaübungen zu viel und zu früh von Meditation gesprochen. Damit wird der Sache kein guter Dienst erwiesen.

Was ist Yoga?

Nun, man kann verschiedene Erklärungen geben. Yoga ist die Summe der Erfahrungen indischer Weisheit aus Jahrtausenden — besser noch: die praktische Anwendung der Tatsache, dass Körper, Seele und Geist aufeinander wirken, und dass der Mensch, wenn er sie gleichmässig bildet, aus eigener Kraft glücklich und gesund werden und bleiben kann.

So wie es im alten Griechenland verschiedene Philosophiesysteme gab, so gibt es manche Yogasysteme. Hathayoga bezieht die Schulung des Körpers stärker ein als die anderen.

Yoga heist auch der achtfache Weg. Dr. Mukerji, der drei Jahre auf Einladung des India Institutes in Deutschland war und dabei längere Zeit an der Sporthochschule Kurse gab, hat die Auffassung seiner Schule (Bisnuh Ghosh, Calcutta) vertreten, dass von den 8 «Wegen» die ersten vier für uns, die gewöhnlichen Menschen wären, die anderen vier für die «heiligen Leute». Die ersten vier heissen: Yamas, Niyamas, Asanas und Pranayama.

Die anderen vier: Pratyahara, Dharana, Dyana und Samadhi, beginnend mit Konzentration und Meditation, führen zum Samadhi, dem Erfahren einer göttlichen Glückseligkeit. Das möge als kurze Erklärung dienen.

Yamas und Niyamas hat Mukerji mit «Einhalten der Gebote und Verbote» übersetzt. Nicht stehlen, nicht lügen, Geduld üben . . . , alles was man unter einer anständigen Haltung sich selber und dem Mitmen-