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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 16 (1959)

Heft: [10]

Artikel: Ausgezeichnet im Sport und gross im Beruf

Autor: Reinhardt, Harald

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-990663

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: 11.01.2026

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

nicht den ganzen Tag, Woche für Woche trainieren, durchaus Weltklasse- und Spitzenleistungen vollbringen können.
Wenn er aber trainiert, dann schenkt er sich selbst nichts. Viele Leichtathletikfreunde haben sicher im Film von den Europameisterschaften in Stockholm «Menschen, Meter und Sekunden» gesehen, wie Martin trainiert. Kurz aber intensiv. Zunächst läuft er sich warm, dann folgen einige Sprints, dann Gymnastik, Starts, wieder Sprints und kurze Läufe über zwei Hürden. Aus, fertig! Ebenso wichtig ist ihm seine berufliche Ausbildung. Er möchte einmal gerne selbständiger Diplom-Ingenieur werden. «Oft hat man gar keine Lust zum Laufen, vor allen Dingen, wenn man so ordentlich büffeln muss, sagt Martin Lauer so nebenbei. Martin ist «Tough guy», ein Mensch, der durch nichts aus der Ruhe gebracht werden kann. Obwohl der Sport ihm schon viele grosse Erlebnisse geschenkt hat, weiss er zu genau, dass Sport allein nicht selig macht.» Soweit die ASM.
Ein Verband, der diesbezüglich so grosszügig ist und für solche rechtzeitig erfolgten Absagen Verständnis aufbringt, beweist Grösse und Weitblick. Es bleibt jetzt nur noch zu hoffen, dass dieses Verständnis nicht nur dem Weltrekordmann entgegengebracht wird, weil man ihn in andern Kämpfen wieder dringend benötigt; die persönliche Freiheit ist für jeden wahren Menschen gleich wertvoll.

Ausgezeichnet im Sport und gross im Beruf

Dr. Harald Reinhardt

Eine echte Erziehung basiert auf der Harmonie von Leib, Seele und Geist. Dieser elementaren Erkenntnis sollte nicht zuletzt auch in den Fussballabteilungen im Rahmen der gegebenen Möglichkeiten Rechnung getragen werden. Eine freudbetonte sportliche Betätigung, der Bau geschmackvoll eingerichteter Klubheime im Bereiche unserer Sportstätten und Persönlichkeiten an der Spitze der Vereine dürften wohl die wesentlichsten Voraussetzungen für die Verwirklichung einer segensreichen Arbeit im Dienste der Gemeinschaft bilden, die den Prinzipien einer ganzheitlichen Erziehung in einem nicht zu unterschätzenden Ausmass gerecht zu werden vermag. Sofern in den Vereinen diese genannten Vorbedingungen gegeben sind, entwickeln sie sich früher oder später zu kulturellen Zentren für jung und alt. In solchen Gemeinwesen wird das gefährliche Phänomen hemmungsloser, materialistisch-mechanistischer Gesinnung erst gar keinen Nährboden finden.
Ueber die vielen positiven Auswirkungen einer freudbetonten Leibeserziehung können und sollen in diesem relativ kurzen Beitrag keine tiefschürfenden Betrachtungen angestellt werden. Einen bemerkenswerten allgemeinen Aufschluss in dieser Hinsicht vermitteln Worte von Johann Wolfgang Gœthe. Gelegentlich hat der Weise aus Weimar, der sich mit Begeisterung und nachweisbarem Können sportlichen Uebungen — Schwimmen, Reiten, Fechten und Schlittschuhlaufen — widmete, zum Ausdruck gebracht, dass er eine sinnvolle sportliche Betätigung wertachtet; «denn sie stärkt und erfrischt nicht nur den jugendlichen Körper, sondern ermutigt und kräftigt auch Seele und Geist gegen Verweichlichung. Sorgen Sie für diesen Leib mit anhaltender Treue. Die Seele muss nun einmal durch diese Augen sehen, und wenn sie trüb sind, so ist's in der ganzen Welt Regenwetter».
Gleich dem Dichterfürsten haben zahlreiche andere Persönlichkeiten in jungen Jahren gute sportliche Leistungen erzielt und im Mannesalter gar oft in beredten Worten darauf aufmerksam gemacht, wie segensreich sich die massvoll betriebene sportliche Tätigkeit auf ihr gesamtes Befinden ausgewirkt hat. Nachstehend werden Männer aus der Gegenwart und Vergangenheit genannt, die ausgezeichnete Ergebnisse im Sport und Grosses im Beruf erreichen konnten. Den Auftakt bilden Beispiele, die sich unmittelbar aufs fussballsportliche Geschehen beziehen.
Der tschechische Staatsmann Dr. Eduard Benesch (1884 bis 1948), mit seinem ehemaligen Hochschullehrer Professor Thomas Masaryk (1850 bis 1937), Begründer der Tschechoslowakei, hatte sich als Pennäler der Fussballabteilung der berühmten Slavia Prag angeschlossen. Später spielte er dort in der Ligamannschaft und mehrmals am linken Flügel der Länderelf von Böhmen-Mähren. Atomphysiker Niels Bohr, dem 1922 der Nobelpreis verliehen wurde, vermochte in seiner dänischen Heimat ebenfalls mit guten Leistungen als Fussballspieler aufzuwarten. Ein anderer Nobelpreisträger, der französische Dichter Albert Camus (geb. 1913), stand in seiner Jugend im Tor des Unitersitätsclubs von Algerien und sitzt heute noch häufig auf der Tribüne eines Fussballstadions. Sein Landsmann und Dichterkollege Henri de Montherlant (geb. 1896) hat sich nach dem ersten Weltkrieg jahrelang als Mitglied eines Pariser Vereins mit beachtlichem Erfolg als Fussballspieler und Leichtathlet betätigt. Der frühere deutsche Generalfeldmarschall Walter von Reichenau (1884 bis 1942) war in jungen Jahren auch ein begeisterter Fussballspieler und Leichtathlet. Generalleutnant Murray, Oberbefehlshaber der NATO-Streitkräfte Europa-Nord, zeichnete sich in den Zwanziger Jahren als Fussballtorwart in der berühmten englischen Amateurmannschaft Corinthians aus.
Nicht minder hervorragende Beispiele lassen sich aus anderen sportlichen Bereichen anführen. So war Finnlands Staatspräsident Urho Kekkonen in seiner Jugend einer der besten Hochspringer seines Heimatlandes. Der britische Staatsminister Noel-Baker qualifizierte sich 1912 bei den Olympischen Spielen in Stockholm für den 1 500-m-Endlauf, und 1920 errang er bei den Olympischen Spielen in Antwerpen über die gleiche Strecke sogar die Silbermedaille. Trygve Lie, der vor wenigen Jahren verstorbene erste Generalsekretär der UNO, konnte in jungen Jahren mit beachtlichen Leistungen als Ringkämpfer aufwarten. Dwigt F. Davis, einst US-Tennismeister im Doppel, Tennisverbandspräsident und Stifter der nach ihm benannten weltbekannten Trophäe im Tennissport, wurde 1925 Kriegsminister. Sein Landsmann Charles H. Sherrill ist in der Sportwelt als Erfinder des Tiefstarts bekannt. Als Student der Yale-Universität hatte er 1887 eine Weltbestleistung über 100 Yards aufgestellt. Nach einer mehrjährigen Anwaltstätigkeit avancierte der Amerikaner 1909 zum Gesandten in Argentinien und 1932 zum Botschafter in der Türkei. Ausserdem gilt er in den USA als einer der namhaftesten Könner auf dem Gebiete der Glasmalerei. Ein anderer US-Amerikaner, Kardinal Frances Joseph Spellman (geb. 1889), hat in der Jugend Baseball gespielt und geboxt. Dem Sport ist der hohe geistliche Würdenträger nach wie vor eng verbunden. Der oftmalige deutsche Tennismeister Otto Froitzheim, vor dem ersten Weltkriege einer der besten und erfolgreichsten Tennisspieler der Welt, war hoher Regierungsbeamter. Professor Dr. Carl Krümmel

errang 1919 die deutsche 5 000-m-Meisterschaft. Beruflich hat er sich als Dozent an der Hochschule für Leibesübungen und zuletzt als Ministerialdirektor im früheren Reichserziehungsministerium betätigt. Der oftmalige deutsche Meister, Europameister und ehemalige Weltrekordler im Zehnkampf, Dr. Hans Heinrich Sievert, avancierte bis zum Regierungsdirektor im Bundesinnenministerium. Dr. Karl Ritter von Halt, Handwerkerssohn, wurde fünfmaliger deutscher Zehnkampfmeister, dreimal deutscher Meister im Kugelstossen und österreichischer Meister im Zehn- und Fünfkampf. Im Bankfach hat er eine der höchsten Positionen bekleidet. Der Adelstitel wurde ihm übrigens vor vier Jahrzehnten auf Grund der Tapferkeit vor dem Feinde verliehen (Bayrischer Max-Josephs-Orden).
Last not least folgen noch ein paar berühmte Beispiele aus der Antike. Der grosse Mathematiker und Philosoph Pythagoras (ca. 582 bis 507 v. Chr.) war in der Jugend ein ausgezeichneter Athlet, der sogar in Olympia zum Ringkampf angetreten sein soll. Euripides (480 bis 406 v. Chr.), der grosse Tragödiendichter, zeichnete sich ebenfalls als Sportler aus. Das gleiche lässt sich vom Philosophen Platon (427 bis 347 v. Chr.) sagen. Platon hat übrigens bei den Isthmischen Spielen den Siegeskranz errungen. Sein Schüler Aristoteles (384 bis 322 v. Chr.), grösster Gelehrter und einziger systematischer Philosoph des Altertums, soll Siege bei den Isthmischen und Pythischen Spielen erkämpft haben. Auch von Buddha (geb. um 480 v. Chr.) wird berichtet, dass er in seiner Jugend ein ausgezeichneter Sportler gewesen ist.
Ueberstrahlt wird die sportliche Begeisterung dieser Persönlichkeiten aber noch vom sportlichen Enthusiasmus des englischen Dichters Lord Byron (1788 bis 1824), der trotz seiner erheblichen Gehbehinderung seit der Geburt in etlichen Sportarten, insbesondere im Schwimmen, mit guten Leistungen zeit seines Lebens aufwarten konnte. (Der Fussball-Trainer» Nr. 5/59)

Worte zur körperlichen Leistung

Dr. Rolf Albonico

SSK. Das Stichwort «Leistung» wirkt erfahrungsgemäss auf viele wie ein rotes Tuch. Ursache dieser Einstellung dürfte u. a. ein falscher Leistungsmaßstab sein, der die Folge einer Ausrichtung unseres sportbezogenen Denkens auf absolute Höchstleistungen ist, sowie auch Folge der üblichen Begleitumstände solchen Höchstleistungsstreben. Demgegenüber verstehen wir unter Leistung die i n d i v i d u e l l e Leistung und unter Höchstleistung die p e r s ö n l i c h e Höchstleistung. Diese Leistungen aber fordern wir im Sport, denn:
— die Leistung allein beansprucht,
— durch Leistung erreichen wir jene optimale Spannung, die Voraussetzung ist für die immer mehr geforderte Entspannung,
— die Leistung gibt vorhandenen Aggressionen Inhalt und Richtung, schafft Möglichkeiten für sinnvolle Sublimation usw.,
— die Leistung ist es, die uns befriedigt, die unser Selbstvertrauen weckt und stärkt, unser Selbstgefühl anspricht und uns zur bedeutsamen Selbstachtung verhilft,
— die Leistung hilft Hemmungen überwinden und Komplexe lösen durch Beanspruchung in der Form eigenen Handelns, durch das Wechselspiel von Spannung - Entspannung, über die Selbstachtung usw.,
— die Leistung führt zur Selbsterkenntnis durch Innewerden der Grenzen, Bewusstwerden von Bedingtheiten,
— die Leistung verschafft objektive Maßstäbe und führt zu realer Standortbestimmung,
und durch dies alles wird der Mensch zweifelsohne gesellschaftsfähiger (im soziologischen Sinne) und damit auch neurose-resistenter, womit allein schon der Sport psychohygienisch legitimiert sein dürfte.
Aus solchen Gründen — es sei jetzt bewusst abgesehen von den im biologisch i. e. S. liegenden — aus solchen psychohygienischen Motiven fordern wir die Leistung im Sport, und erst recht fordern wir in diesem Sinne die Höchstleistung, die wir aufgefasst wissen möchten als die grösstmögliche individuelle Leistung, erzielt mit den natürlichen Mitteln der eigenständigen psychophysischen Gegebenheiten mit dem dreifachen Ziele
— der optimalen Spannung und Beanspruchung (und der durch diese echte Spannung freigemachten Entspannung),
— der optimalen Befriedigung (mit der daraus resultierenden Selbstachtung),
— der optimalen Erkenntnisbreite (im oben angeführten Sinne).
Diesem Leistungsimperativ gegenüber erhebt sich nun vielfach der Einwand der Ueberbeanspruchung mit akutem oder aufgeschobenem Schaden. Vor allem ist es bekanntlich das Herz, das im Vordergrund diesbezüglicher Besorgnis steht. Solchen Bedenken gegenüber sei aus den Erfahrungen der Praxis heraus die Behauptung gewagt, dass Schädigungen nicht auftreten — auch im leistungsbetonten Training nicht — wenn folgende Bedingungen beachtet werden:

1. Beanspruchung gemäss Alter, Geschlecht und Konstitution (Konstitution im weitesten Sinne)
2. Beanspruchung gemäss Kondition (Trainingsstand)
3. Beachtung des allgemeinen Gesundheitszustandes (Infekte!)
4. Beachtung einer gesunden Lebensweise (Vermeidung von Exzessen)

Dies ist der vierfache Vorbehalt, unter den sich das Leistungstraining gestellt sieht, und mit der Formulierung solcher Bedingtheit haben wir einen Blick getan in die Trainingslehre, die sich uns offenbart als eine Masslehre. Diese Masslehre beruht auf theoretischen Erkenntnissen (der physischen, aber auch der kulturellen Anthropologie), die appliziert (angewendet) werden durch den Filter der praktischen Erfahrungen, was in den Auswirkungen einer eigentlichen Gesundheitspflege gleichkommt: Training — wenn wir den Begriff erweitert fassen — ist gleichbedeutend mit angewandter Hygiene. Es handelt sich dabei (auf das Wesentliche konzentriert) um ein praktisches Fassen der Phänomen «Leistung» und «Erholung», von welch beiden sich bedingenden Erscheinungen wir wissen, dass mit ihnen ein zentrales psychohygienisches Problem gegeben ist, ist doch der moderne Mensch nicht mehr fähig — wenn wir simplifizieren — sowohl zur Leistung und Höchstleistung, als auch zur Erholung, d. h. zu Entspannung und Regeneration. Als Folge dieses zweigerichteten Unvermögens bewegt er sich dauernd in einer Art mittleren Spannungszustandes, der weder emotionell (gefühlsmässig) noch ökonomisch ist, hingegen in hohem Grade neurosebegünstigend (Neurose = Nervenkrankheit).