

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 18 (1961)

Heft: [7]

Artikel: Wo steht heute die Sportbewegung?

Autor: Kaech, Arnold

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-990828>

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: 13.01.2026

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

Wo steht heute die Sportbewegung ?

Arnold Kaech, Bern

Vortrag am Symposium «Licht- und Schattenseiten des Sportes» der «Schweiz. Ges. für Präventivmedizin» und der «Schweiz. Ges. für Sportmedizin» in Bern

Wer von einem Rundgang durch die Hypsa kommt, wer mit wachen Sinnen, mit der nötigen Musse und aufnahmebereit ihre Hallen durchwandert hat, mag wenig übrig haben für ein Gespräch über das Thema «Wo steht heute die Sportbewegung?». Gerade das wurde ihm ja eben in trefflichster Weise mit den Mitteln moderner Graphik vor Augen geführt. Und wenn die Bilder und Schriftblöcke auch schwarz-weiss zeichnen, so zeichnen sie doch eindrücklich. Zu eindrücklich fast. So eindrücklich, dass es mir nur mit einiger Mühe gelingt, die Brücke von jenem ernsten Anliegen, als das der Sport im Rahmen dieser Ausstellung behandelt wird — die Akzente auf Erziehung, Organisation, Gesundheitsexerzieren sind offensichtlich — zu jenem selbstvergessenen Spiel der paar Buben im Schwimmbecken zu schlagen. Es war eine der glücklichsten Ideen derer, welche die Hypsa gestalteten, dass sie nicht nur dieses «Nützliche» des Sportes — Sie wissen schon, all das «Mens-sana-incorpore-sano-Mässige» —, sondern auch den Sport selbst, wie er lebt und wie er sich auf den Spielfeldern und Anlagen, in der Vorführungshalle, am Kletterfelsen und am Skihang, vor allem aber im Wasser, zeigt, zur Darstellung brachte.

Zwischen diese beiden Pole, Sport als Aufgabe, sozusagen als staatsbürgerliche Verpflichtung, Anliegen des Gemeinwesens und Sport als zweckfreies Auströmen der Kräfte, möchten diese Ausführungen gestellt sein. Der Sport hat sich innerhalb von ein, zwei Menschenaltern vom Zeitvertreib einer kleinen begüterten gesellschaftlichen Oberschicht zu einer weltumspannenden Bewegung entwickelt, von der heute noch keineswegs feststeht, welchem Bereich sie eigentlich zugeordnet werden soll. Wenn man sie nach dem Echo beurteilt, das sie in Fernseh- und Radioprogrammen, in den Filmwochen und den Pressespalten findet, ist man geneigt, sie der Unterhaltungs- und Vergnügungsindustrie zuzurechnen. Wenn man an einem schönen Sonntag den Exodus aus den Städten auf die Skipisten oder an die Ufer unserer Seen und Flüsse betrachtet, könnte man an eine «Zurück-zur-Natur»-Reaktion der verstädterten Menschheit denken, an einen jener wundersamen Ausgleichsreflexe der Natur. Eine Vorstellung, die indessen sofort wieder in Frage gestellt wird, wenn man sieht, dass Hunderttausende ihre freie Zeit nicht benützen, um selbst ihre wegen Nichtgebrauch einrostenden Glieder zu üben — auch nicht im bescheidensten Spaziergang —, sondern gebannt den ins Artistische gesteigerten Kampf zweier Mannschaften im Stadion verfolgen oder in endloser Autoschlange ihren Sonntag absitzen. Sport ist eine Bewegung, die sich unpolitisch gibt und — wenigstens auf internationalem Boden — jeden Zusammenhang mit der Politik weit von sich weist. Sie hat Friede und Freundschaft unter den Völkern auf ihre Fahnen geschrieben. Gleich wie bei den klassischen olympischen Spielen jeder Zwist unter den griechischen Städten und Völkern ruhte, sind auch die heutigen Spiele nur denkbar, wenn Waffenlärm nicht bis ins Stadion dringt, wie das bei den von der Schweiz nicht beschickten Spielen in Melbourne beinahe der Fall war. Doch auch hier wieder die Kehrseite: Kaum etwas vermag nationale Leidenschaften stärker anzustacheln als das «Gefecht» im Fussballstadion; kaum etwas gibt eine wirkungsvollere Kontrastkulisse zur Behauptung von der völkerveröhnenden Mission des Sportes als das

Brüllen und Pfeifen einer chauvinistischen Zuschauermenge bei einem Schiedsrichterentscheid, der ihre Mannschaft zu benachteiligen scheint. Nicht übersehen werden darf auch, dass die gewaltigen Anstrengungen, welche hier und dort unternommen werden, um die eigene Fahne an den Siegesmast zu bringen, durchaus nicht immer so friedlichen Absichten, sondern im Gegenteil einer sehr politischen Zielsetzung entspringen. Bemerkenswert ist, dass die totalitären Staaten seit Hitlers Zeiten dabei zwar in bezug auf konsequente Verfolgung ihrer Ziele voraus sind, aber keineswegs ein Monopol haben. Selbst in unserem gewiss nicht zu staatlichen Interventionismus auf sportlichem Gebiet geneigten Lande wird der Ruf laut, die Wehrpflicht in Form von «Sportdienst» leisten zu können, um so die Aussichten unserer Champions im Wettstreit der Weltbesten zu verbessern. Wir würden damit einen zwar ungewöhnlichen, aber sonst — auch diesseits des Eisernen Vorhanges — keineswegs neuen Weg einschlagen.

Sport — etwas Zweckfreies

Sport ist aber auch etwas ganz anderes. Etwas von jedem besonderen Zweck Losgelöstes, weder an ein Programm noch an ein Schlagwort Gebundenes. Er ist als Äusserung einer bestimmten Seelenlage dem Spieltrieb sehr verwandt. Dabei reicht seine Spannweite vom improvisierten Fussballspiel einiger Buben im Hinterhof einer Fabrik über die geordneten Uebungen und Wettkämpfe eines Klubs, dessen Mitglieder zweimal wöchentlich zu ihrem Vergnügen zusammenkommen, bis zum Vordringen an die alleräusserste Grenze totaler Erschöpfung im Rekordlauf, bis zum Einsatz des Lebens auf der Rennbahn oder im Kampf mit einer exponierten Bergwand.

Sport ist also eine äusserst buntscheckige, schillernde, ja zwiespältige Erscheinung. Er lässt sich nicht ohne weiteres fassen, mit einem «gut» oder mit einem «schlecht» abtun. Er kann von den verschiedensten Standpunkten aus beurteilt werden, und je nach der eingenommenen Stellung, die sich dem Betrachter darbietet, wird ein anderer Schluss gezogen werden.

Jeder Versuch einer ernsthaften Auseinandersetzung mit dem Sport wird zunächst im Widerspruch stehen zu seinem Grundgesetz: der Zweckfreiheit, dem Losgelöstsein von jeglicher Utilitätsüberlegung.

Was für einen Zweck kann es schon haben, nach Monaten, ja Jahren angestrengtester Uebung in pathetischem, qualvollen Einsatz der Kräfte bis zur völligen Erschöpfung die Rekordmarke um einen Sekundenbruchteil zu versetzen?

Als Christopher Chataway, der englische Läufer und heutige Unterhausabgeordnete, nach einem Rekordrennen aus einem solchen Zusammenbruch erwachte, waren seine ersten Worte: «Why are we doing this?»

Diese Hingabe aller Kräfte an ein ideelles Ziel, die Anstrengung um keines besonderen Preises willen, hebt den Sport über das «terre à terre» der körperlichen Fron hinaus. Sport in seinem wahren, tiefsten Wesen ist darum mehr als blosser Tätigkeit des Körpers. Sport ist nicht die Geste der Kraft, der Schwung des bewegten Leibes, der Flug des Gerätes. Die Leistung als solche ist keineswegs das Ziel, sondern ein Mittel des Ausdrucks. Der Körper ist gewissermassen das Instrument, dessen sich die Seele bedient, um den Bereich, der uns gezogen ist, abzumessen und an die Grenzen, die uns gesetzt sind, vorzustossen. Der Sport

wird so zum schwungvollen Bild des Strebens nach den Gipfelhöhen. Im Sport suchen Seele und Körper vereint die Verwirklichung des uralten Traumes der Menschheit nach dem

«Citius, altius, fortius».

Darin liegt seine Bedeutung. Darin liegt sein Sinn. In einer Zeit, «die von allen Handlungen voraussetzt, dass sie nützlich seien, von allen Menschen, dass sie sich benützen lassen», stellt so der Sport einen Appell an die Kräfte des Idealen dar.

Zwei Voraussetzungen müssen allerdings erfüllt sein:

- Es muss sich in diesem Zusammenhang um «ernsthaft» betriebenen Sport handeln;
- die «Zweckfreiheit» muss wirklich gegeben sein, indem der ideelle Anreiz zur Erreichung des sportlichen Ziels und nicht eine materielle Entschädigung in irgendeiner Form im Vordergrund steht.

Betrachten wir diese beiden Bedingungen näher: Sport, wie er uns in diesem Zusammenhang interessiert, ist

Elitesport, Hochleistungssport.

Es handelt sich nicht um die Spiele und Vergnügen, die jedem ohne weiteres zugänglich sind, auch nicht um die Bewegung, die wir uns um der Gesundheit und der schlanken Linie willen verschaffen. Es handelt sich vielmehr um Sport, der von denen, die ihn ausüben, Zucht und Anstrengung, ja Mühsal bei der Vorbereitung, Hingabe und Einsatz im Wettkampf verlangt. Dieser Spitzensport ist also gemeint. Er hat sich allenthalben Anfechtungen von ernst zu nehmender Seite, von seiten der Eltern, vieler Erzieher und auch mancher Aerzte, zu erwehren. Niemand wird aber bestreiten können, dass gerade in diesem Bereich der ideelle Elan am lebendigsten ist.

Nun ist der Spitzensport nicht immer im Cyrano-Wort «C'est bien plus beau lorsque c'est inutile» zu fassen. Seine Verkörperung — der Rekord — ist nicht immer so «inutile» wie er nach den reinen Gesetzen des Spieles sein sollte. Er bekommt Marktwert. Gerissene Manager handeln ihn wie eine Ware. Aus dem freien Spiel der Athleten wird harte Arbeit. Ministerien und Organisationen bemächtigen sich des Rekordes und machen ihn zur Waffe im Kampf um nationales und politisches Prestige.

Im einen wie im andern Fall verliert der Rekord seinen Charakter einer ideellen Leistung. Er beansprucht objektive Wertschätzung, während im Bereich des sportlichen Spiels gerade nicht der Rekord als solcher, sondern das Streben nach einem hohen, durch ihn verkörperten Ziel seinen Wert ausmacht.

So steht der Rekord auf der einen Seite als Leuchtturm da, auf den sich die Willen ausrichten, als Gipfel, dem Begeisterung und Hingabe entgegenbranden. Auf der andern Seite ist er eine Schaustellung, die ihrer Ungewöhnlichkeit wegen Staunen erregt, wie die Nummer am hohen Trapez, oder auch ein Mittel der Massenbeeinflussung, eine Waffe im Kampf um Prestige von Nationen und politischen Systemen.

Der Rekord und der Spitzensport, soweit er diesen Charakter der Schaustellung und der politischen Demonstration hat, soll mit all der Zurückhaltung beurteilt werden, die sich hier aufdrängt. Zum Leistungssport aber, der dem Bereich des sportlichen Spieles verhaftet ist, wollen wir aus voller Ueberzeugung ja sagen. Er zeugt dafür, dass auch in unserer materialistischen Zeit sich Kraft und Hingabe der Jugend an einem idealen Ziel entzünden können.

Nun wollen wir uns aber gleich dem

Sport der grossen Masse,

der sich abseits publizistischer Scheinwerfer abspielt und bei dem weder von pathetischer Hingabe noch von materiellen Lockungen oder politischer Resonanz die

Rede sein kann, zuwenden. Wenn wir ihn vorhin etwas kurz abgetan haben, so soll das keineswegs heissen, dass er an Wichtigkeit — namentlich im Blick auf das Ganze — hinter dem Spitzensport zurückstehen würde. Dieser Sport ist in ganz besonderem Masse ein Kind unserer Zeit. Während der Elitesport in antiken Vorbildern, in den Ritterspielen des Mittelalters seine Vorläufer hat, sind die modernen Sportorganisationen, die Hunderttausende aufnehmen, und die freie sportliche Betätigung einer noch um ein Vielfaches grösseren Zahl Unorganisierter ohne Beispiel in der Geschichte der menschlichen Gesellschaft. Es scheint, als hätte diese Sportbewegung ihre Wurzeln tief in den geheimnisvollen Kräften, welche das Fortbestehen der Art sichern. Es gibt keinen Zweifel darüber, dass der Ausgleich, den sportliche Betätigung im heutigen von zunehmender Bewegungsarmut gekennzeichneten modernen Leben bringt, eine Notwendigkeit darstellt. Ich glaube nicht, dass diese Tatsache von ernstzunehmender Seite bestritten wäre.

Während in den Anfängen der Sportbewegung jeder die Hand nach der Krone ausstrecken konnte, vollzieht sich heute, und zwar schon fast bei Beginn der sportlichen Betätigung, eine Scheidung. Weitaus die meisten, die Sport treiben, denken nicht daran, den Meistern nachzueifern. Andere Gründe als der Drang nach den Höhen treiben sie dazu. Der Motor des Spitzensportes ist der Sportbewegung weitgehend verlorengegangen. Sie ist heute ein Aufnahmereservoir für Leute geworden, denen es vor allem um «Anschluss», «Dabeisein» zu tun ist. Die Anziehungskraft dieses Reservoirs hat ihren Ursprung weniger mehr im Sport selbst als in dem, was seine Organisation ausmacht, und der Werbung, die sie betreibt. Wie viele sind heute Turner — weniger um des Turnens willen als weil «man» Turner ist. Wie viele geben sich als Skisportler, nur weil das Herumfahren mit Ski auf dem schnittigen Auto, der smarte Skidress das wohlige Gefühl gibt, «auch dazu zu gehören».

In dem Mass, in dem der Spitzensport zu einer Erscheinung für sich wird, die mit dem, was die grosse Masse an sportlicher Betätigung selbst leisten kann, nur noch in einem losen Zusammenhang steht, verliert er die Propagandawirkung, die ihm ursprünglich eigen war. Er ruft das Volk zum Zusehen und nicht mehr zum Mitmachen auf. Er ist als aktives Erlebnis das Anliegen einiger weniger und weist der grossen Masse die Zuschauerrolle zu. Auch damit erfüllt er eine Funktion, deren Bedeutung im Hinblick auf den hektischen Tagesablauf des modernen Menschen mit den Stichworten Ablenkung, Entspannung angedeutet ist und nicht unterschätzt werden soll. Der Spitzensport hört aber auf, die Massen in Bewegung, ich meine damit Bewegung der Arme und Beine und Leiber — und etwas auch Bewegung der im Rhythmus des Körpers mitschwingenden Seele — zu setzen.

Der Sport, den wir als Gegenpendel zur Vertechnisierung des Lebens brauchen, kann deshalb nicht mehr dem Zufall überlassen werden. Er bedarf sinnvollen Planens und handfester Organisation. Damit ist er zur Aufgabe des Gemeinwesens geworden.

Neue Formen gesucht!

So wie die Massenorganisation des Sportes noch in den Anfängen steckt, hat sie auch noch nicht die ihr gemässe Ausdrucksform gefunden. Es ist hier nicht der Ort, auf diese Frage einzugehen. Es wäre aber des Schweisses der Edlen wert — der Behörden, Lehrerschaft, leitender Persönlichkeiten aus der Turn- und Sportbewegung und schliesslich der Aerzte —, einmal darüber nachzudenken, ob es richtig ist, dass sich die Sportprüfung in einer Rekrutenkompanie, die Meisterschaft im Firmensport, das Abschlussturnen der Lehrlinge einer Grossfirma, die Schulendprüfung praktisch nach

den gleichen Regeln vollzieht wie ein olympisches Turnier. Sollten — um diesem Massensport das Salz des Wettbewerbes und des Einsatzes zu erhalten und die Desillusion des Nichtkönnens zu ersparen — nicht ganz andere Wettkampfformen gesucht werden? Formen, bei denen nicht mehr wie im Leistungssport die absolute Leistung, der Rekord, angestrebt wird? Eine Wettkampfform, deren Ziel die Selektion einer Elite ist, kann ja dem Massensport nicht angemessen sein. Es müssten Kollektivformen gesucht werden, die Leistungsvergleiche auf Grund von Durchschnittsergebnissen zulassen: Wieviele Mitglieder des Vereins, der Kompanie, des Betriebes, der Klasse vermögen eine gesetzte Mittelnorm zu erreichen? Oder denken wir etwa an die Volksländlerkämpfe in Skandinavien, bei denen es darauf ankommt, wieviele Männer, Frauen, Kinder eine Strecke von 10 km in einer sehr lange bemessenen Zeit zurücklegen. Diese Formel hat Millionen in Bewegung — Bewegung durchaus wörtlich zu nehmen — gebracht.

Es liegt auf der Hand, dass solche Art Sport nicht von den gleich mächtigen Kräften getrieben wird, welche die Champions zu den Rekordhöhen heben. Sie bedarf deshalb der Unterstützung all derer, die den Sport in den Dienst der Gemeinschaft stellen möchten, in ganz besonderem Masse.

Im Sport ist auch eine Verhaltensweise lebendig, welche in den Gesamtbezirk des menschlichen Zusammenlebens ausstrahlt, eine praktische Alltagsethik, Richtschnur für die sittliche Haltung des Einzelnen und das Zusammenleben in der Gesellschaft. Es ist die Regel vom Fair-play, des einfachen Ehrenkodex des Sportes, dessen tiefster Sinn in der Ueberzeugung liegt, dass

jeder die gleiche Chance haben, dass keiner sich auf Kosten eines andern einen Vorteil sichern und dass der Kampf die Achtung vor dem Gegner, dem Mitmenschen, nicht vermindern soll. Einfache Dinge, die kaum in einer Religion, in einer Gesellschaftsphilosophie fehlen. Ihr Hervortreten im Sport ist deshalb so bedeutungsvoll, weil in der Regel in kritischer Situation die Probe aufs Exempel gemacht werden muss. Sport hat endlich — und trotz der Beispiele, die anscheinend das Gegenteil belegen — die eminent verbindende und über Grenzen und Rassen Brücken schlagende Wirkung, die ihm allgemein zugeschrieben wird. Nur wäre es falsch, diese Wirkung schon davon zu erhoffen, dass sich zwei Mannschaften im Stadion treffen und beim Bankett Reden und Geschenke ausgetauscht werden.

Die verbindende Wirkung des Sportes geht vielmehr davon aus, dass er keine Privilegien irgendwelcher Art kennt. Es zählt weder gesellschaftlicher Standard noch Nation, Glauben oder Hautfarbe. Es zählt lediglich die Leistung in der Stunde der Bewährung. Und darum ist der Sport ein Gebiet menschlicher Betätigung, an dem alle mit gleichen Rechten teilhaben und jedem der Weg zum Gipfel offen steht. Es ist nicht ein Zufall, dass die Sportorganisationen zu den wenigen Körperschaften von weltumspannender Bedeutung gehören und dass, was andernorts in den ersten tastenden Versuchen steckt, eine die ganze Welt umfassende Satzung, übernationale Gesetzgebungs- und Führungsgremien, im Sport verwirklicht ist. Darin und in der Brüderlichkeit der Athleten liegt die verbindende Wirkung des Sportes, die sehr wohl über die Grenzen hinaus wirksam werden kann.

Voraussetzung: Unbeugsamer Wille!

-on. Der vom Eidgenössischen Kunstturner-Verband als halbamtlicher Trainer gewählte Hans Holliger hat den Spitzenkräften und Nachwuchsturnern der Schweiz in einem offenen Brief sehr freimütig seine Ansichten über die zukünftige Bildung der Kunstturner-Nationalmannschaft dargelegt. Seinen interessanten Ausführungen seien folgende Abschnitte entnommen:

«Im jetzigen internationalen Leistungsstreben bedeutet der Entschluss, sich für internationale Wettkämpfe vorzubereiten, einen tiefen Einschnitt in die Lebensgestaltung. Dieser Entschluss bedeutet bewusste Beschränkung der Gestaltungsmöglichkeiten des Lebens auf drei Faktoren: Beruf, Training, Familie.

Ich behaupte, dass jeder die Möglichkeit hat, sich im Beruf und im Sport zu entwickeln. Beides ist möglich, doch wenn der Turner aus Mangel an Willensstärke oder infolge extremer beruflicher Belastung nicht zum vollen Einsatz in beiden Gebieten fähig ist, soll er in erster Linie seine Trainingsintensität herabsetzen, und er muss eventuell auf seine Berufung in die Mannschaft verzichten.

Wenn sich ein Turner fragt, ob sich ein intensives Training vom materiellen Standpunkt aus lohne, dann soll er sofort die Wünsche zur Mitwirkung in der Nationalmannschaft begraben und sich auf das konzentrieren, was sich materiell gesehen eben lohnt: nämlich Zeit zu Geld zu machen. Man kann aber auch den Standpunkt vertreten, dass sich ein intensives Training immer lohnt, nur ist die Belohnung nie in Münzen greifbar. Stellt sich für den Turner die Frage: Sport oder Beruf?, dann soll der Entschluss lauten: Beruf. Der Familie eines Spitzenturners werden bedeutende Opfer auferlegt; und es ist ganz wesentlich, in welcher Haltung diese Opfer getragen werden. Es ist wün-

schenswert, dass sich beide, Mann und Frau, auf das Ziel der sportlichen Höchstleistung einstellen. Die Frau kann eine mögliche Rivalität zwischen der Hingabe ihres Mannes an die Familie und der Hingabe an die Turnerei dadurch aufheben, dass sie das Ziel ihres Mannes zu ihrem Ziel macht. Eine Frau mit einer positiven Einstellung ist eine nicht zu unterschätzende vorwärtstreibende Kraft.

Um ein internationaler Spitzenturner zu werden, braucht es mehrere Voraussetzungen. Die wichtigste heisst: ein unbeugsamer Wille, sein Talent bis zum Optimum der Leistungsfähigkeit zu entwickeln, durch intensivstes Training das Beste aus sich herauszuholen. In diesem Punkt müssen mehrere unserer jetzigen Turner in den vorderen Rängen umdenken. Das Ziel des Trainers lautet: das beste Mannschaftsresultat zustande bringen. Dieses Ziel kann nur dann erreicht werden, wenn jeder in der Vorbereitung und im Wettkampf sein Bestes gibt. Daher verlange ich als Mannschaftsführer von jedem Teilnehmer im Interesse des besten Mannschaftsresultats für mehrere Jahre den hundertprozentigen Einsatz. Wer diesen Einsatz nicht geben will, beansprucht eine Sonderbehandlung. Wer gegenüber seinen Mannschaftskameraden eine Sonderbehandlung fordert, spielt sich als kleiner Star auf und hat in der Nationalmannschaft nichts zu suchen, auch wenn er zu den acht besten Turnern gehört. Das will aber nicht heissen, dass alle Turner über einen Leisten geschlagen werden; das Leistungsoptimum ist je nach Anlage und je nach den äusseren Umständen verschieden. Dies zu entscheiden ist Sache des Trainers. Er setzt das Mass der Arbeit fest, er schreibt neu zu erlernende Übungsteile vor und stellt die Mannschaft zusammen.»