

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 19 (1962)

Heft: 1

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: 07.01.2026

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

Zum Kapitel «Verweichlichung»

Mr. Letzthin nahm Prof. Dr. C. Diem, der Rektor der Sporthochschule Köln, zu den Fragen Stellung, die sich durch die Umschichtung der Lebensführung für weite Kreise ergeben haben und welche die heranwachsende Jugend bereits in früheren Jahren bedrohen.

Die Zukunft eines zivilisierten Volkes, so mahnte Diem, hängt davon ab, wie es der Bewegungsarmut Herr wird. Das Durchschnittskind ist heute haltungsschwach. Im siebten Altersjahr sind 32 Prozent aller Kinder haltungsschwach, im elften bereits rund 50 Prozent. Auch schon jüngere Jahrgänge sind von Gefässkrankheiten befallen. Woran liegt es, so fragt Diem, dass so viele junge Menschen, wenn sie flügge werden, aus den Turn- und Sportvereinen ausscheren? Wir versäumen es, unserer Jugend die geistige Kraft zu geben, die sie an unsere Vereine bindet.

Mit der Verlängerung des Lebensalters geht die Arbeitsfähigkeit nicht Hand in Hand. Statt mit 65 Jahren müssen im Durchschnitt die Menschen mit 53 in Pension gehen. Wir sind noch weit davon entfernt, ein «Volk in Leibesübungen» zu sein.

«Gleichgültig, ob einer im Verein oder im Betrieb Sport treibt — wichtig ist, dass der Mensch entweder in der Nähe seines Wohnortes oder Arbeitsplatzes über einen Sportplatz stolpert.»

Gelten diese Worte nicht genau so gut für uns Schweizer? Mit dem Sportplatz vor der Tür, ja sogar mit der täglichen Bewegungsstunde in der Schule ist das Problem noch lange nicht gelöst. Diese Heilmittel nützen nur dann etwas, wenn eine Reform unserer Lebensgewohnheiten eintritt. Theo Marthaler, Lehrer in Zürich, hat die Situation klar erfasst, wenn er schreibt: Bevor man ein Heilmittel anwendet, muss man die Ursachen der Krankheit kennen. Sie liegen auf der Hand: Organe, die nicht gebraucht werden, verkümmern. Kinder, die von klein auf Auto fahren (statt zu wandern), die vor dem Fernseher sitzen (statt zu spielen), die sich ab 14 Jahren mit dem Moped fortbewegen (statt zu Fuss), Jugendliche, die sich vom Skilift in die Höhe ziehen lassen (statt mit den Fellen aufzusteigen), verweichlichen ihren Körper; das ist jedem Einsichtigen klar, und wir sollten endlich aufhören, die

Mahner als Volksfeinde zu verschreien, die den Leuten im allgemeinen und den Kindern im besonderen nichts gönnen mögen, kein Vergnügen, keinen Genuss... Ebenso klar ist, dass man diese durchgehende, alltägliche Verweichlichung nicht mit einer täglichen Turnstunde aufhalten oder gar wegzaubern kann. Das wäre ebenso naiv, wie wenn einer glaubte, man könnte durch eine tägliche Kaustunde ein Gebiss, das die ganze Woche nur Mixermüschen zu schlürfen bekäme, vor dem Verfall retten. Eine Woche umfasst 168 Stunden; rund 30 davon sind unsere Kinder in der Schule, heute wie vor fünfzig Jahren. Der Haltungsverfall rührt nicht von der Schule her, und er kann von der Schule allein nicht aufgehalten werden. Der Kampf muss dort einsetzen, wo die Ursachen liegen! Es mutet wie ein Witz an, wenn man Jugendliche mit dem Moped zur Schule fahren lässt und ihnen dort Bewegungsstunden gibt! Wir wollen uns nichts vormachen! Es gibt nur eine Lösung: Wir müssen den Mut aufbringen, das Uebel an der Wurzel zu packen: die Verweichlichung im Alltag bekämpfen. Oder glaubt man im Ernst, die Schule könne halten, was Familie und Gesellschaft preisgeben? Kann die Schule denn gar nichts tun? Doch, dreierlei! Sie kann erstens die bestehenden Turnstunden möglichst gut ausnützen. Zweitens kann sie dafür sorgen, dass alle Schüler nach jeder Lektion mindestens 10 Minuten Pause haben (damit sie sich im Freien tummeln können und das Schulzimmer gründlich gelüftet werden kann. Noch besser wären 15 Minuten; auf alle Fälle sollte es nicht vorkommen, dass Schulkinder in einem vier-, fünfstündigen Vormittag nur eine einzige Pause bekommen!). Drittens müssen wir auf die «Erfindung» gewisser Reformpädagogen verzichten, wonach die Schüler zum Antworten nicht aufstehen. Die «alte Schule» verlangte von ihren Schülern zwar eine straffe Haltung, gab ihnen aber reichlich Bewegungsmöglichkeit. Wo die gute Sitte, dass Schüler zum Antworten aufstehen, verschwunden ist, sollen wir sie wieder einführen, den Jugendlichen zu liebe! Es ist ungereimt, eine tägliche Bewegungslektion zu fordern, während man die Schüler stundenlang in schlechter Haltung in den Bänken sitzen (oder liegen!) lässt!

Stens «Sport-Palette»

Hut ab vor Tenley

Im elften Altersjahr wurde Tenley Albright, die Tochter eines Arztes aus Boston in den USA, von der Kinderlähmung befallen. Das zarte Mädchen war ans Bett gefesselt, fand aber, so weiss der «Tip» zu berichten, in ihrem Vater einen Arzt, der hingebungsvoll für die Gesundheit seines Kindes kämpfte. Er verschrieb Tenley eine Bewegungstherapie, bei der das Eislaufen eine erste Rolle spielte. Im Verlaufe der Jahre drang Tenley in dieser Sportart zur Elite vor. Sie wurde Weltmeisterin und gewann an den Olympischen Winterspielen 1956 in Cortina die Goldmedaille. Tenley trat stets als eine bescheidene und echte Sportlerin auf. Sie verzichtete auf all den Flitter, dessen sich «Eisköniginnen» zu bedienen pflegen. Sie verlor das Mass nicht und widerstand allen Verlockungen, aus ihrem sportlichen Können Profit zu ziehen. Sie dachte stets an ihr Medizinstudium und gab zu dessen Gunsten schliesslich ihre sportliche Karriere auf. Um Tenley Albright wurde es still, bis vor kurzem die Meldung durch die Presse ging, dass die ehemalige Olympia-

siegerin als Aerztin in einem amerikanischen Kinderhospital tätig sei. Tenley hat nicht vergessen, welche Bedeutung Medizin und Sport in ihrem Leben gespielt haben. Für sie war das Eiskunstlaufen nicht ein Mittel zu Ruhm und Geld, sondern zur Erlangung der Gesundheit.

Der DDR-Skispringer Helmut Recknagel schrieb vor den Wahlen:

Lieber Genosse Walter Ulbricht!

Wie so viele Skisportler in unserer Republik habe auch ich in den letzten Jahren sehr oft die Möglichkeit gehabt, mit Ihnen bei sportlichen Wettkämpfen zusammenzutreffen. Gern erinnere ich mich an die vielen Begegnungen und Aussprachen mit Ihnen. Immer haben wir Sportler Ihre persönliche Anteilnahme und die der Partei der Arbeiterklasse und der Regierung der DDR für die sportliche Entwicklung in unserer Republik gespürt.

Ich habe mit grosser Freude für unsere Republik und für mich persönlich 1960, dank der Unterstützung unserer Partei und Regierung, die Goldmedaille im Spe-

zialsprunglauf und den Titel eines Weltmeisters in dieser Disziplin erringen können.

Es ist mir ein Bedürfnis, Ihnen heute, besonders nach dem 13. August dieses Jahres, diese Zeilen zu schreiben. In den letzten Wochen haben wir Leistungssportler im SC Motor Zella-Mehlis sehr viel über die Massnahmen unserer Regierung vom 13. August 1961 diskutiert. Wir begrüßen nicht nur, sondern alle unsere Sportler unterstützen diese folgerichtigen Massnahmen unserer Regierung zur Sicherung des Friedens als die wichtigste Voraussetzung für unsere sportliche Tätigkeit und den gesellschaftlichen Fortschritt überhaupt. Ich habe überlegt, wie ich als Leistungssportler unserer Republik, als Sohn unserer Arbeiterklasse, dazu beitragen kann, unsern Arbeiter- und Bauernstaat zu stärken und zu festigen. Ich möchte Ihnen versprechen, dass ich neben meinem Studium, das ich sehr ernst nehme, fleissig und gewissenhaft trainiere und dass ich mein persönliches Leben mit meiner Aufgabenstellung als Leistungssportler der Republik, weiterhin ausrichten werde.

Ich wünsche Ihnen viele Jahre Gesundheit und Schaffenskraft zum Wohle unserer Republik.

Es grüsst Sie mit sozialistischem Gruss

Ihr Genosse Helmut Recknagel.

Ein Propagandapferd — das keines war

Am 15. September druckte das Organ des sowjetzonalen Deutschen Turn- und Sportbundes, «Deutsches Sportecho», folgendes Sprüchlein des Motorradrennfahrers Ernst Degner ab: «Es war für mich selbstverständlich, vor meiner Abreise nach Schweden zum Motorrad-Weltmeisterschaftslauf meiner Wahlpflicht nachzukommen und den Kandidaten der Nationalen Front offen meine Stimme zu geben. Ich will damit zum Ausdruck bringen, dass ich mit der Politik unserer Regierung einverstanden bin.»

Ernst Degner war mit dieser Politik so einverstanden, dass er am Tag der «offenen Abstimmung», am 17. September nämlich, in die Bundesrepublik flüchtete.

* * *

Gegen den in die Bundesrepublik geflüchteten Motorradrennfahrer Ernst Degner hat der Staatsanwalt des Bezirks Chemnitz ein Ermittlungsverfahren wegen Wirtschaftsspionage eingeleitet. Dem «Verdienten Meister des Sports» wird vorgeworfen, er habe seine in der Sportabteilung des Motorradwerks Zschoppau erworbenen Kenntnisse und das Wissen um die neuesten Motorradkonstruktionen der MZ-Maschinen an kapitalistische Konzerne verkauft. So sieht der Lohn des «ersten deutschen Arbeiter- und Bauernstaates» aus. Am 17. Dezember musste Degner vor seiner Reise zum Weltmeisterschaftslauf nach Schweden offen wählen, für Ulbricht. Heute ist er ein gehasster «Republikflüchtiger», dem die Staatsanwaltschaft nachsetzt. Fest steht, dass Degner mit seinen eigenen Ideen massgeblich an der Konstruktion und Entwicklung der MZ-Maschinen beteiligt war. Von einem Verkauf an «kapitalistische Konzerne» kann keine Rede sein. Vorerst hat er lediglich die Absicht, eine eigene Maschine mit seinen Kenntnissen zu verbessern. Das aber hat keinen Staatsanwalt der Welt zu interessieren.

Hemingway wusste Bescheid

(sid.) Ernest Hemingway hat einmal den Unterschied zwischen Amateursport und Berufssport einleuchtend erklärt: «Dies ist ein Prüfstein für einen wirklichen Amateursport, dass er für den Spieler vergnüglicher ist als für den Zuschauer. Sobald er für den Zuschauer vergnüglich genug ist, so dass es sich lohnt, Eintrittsgelder zu erheben, enthält der Sport bereits den Keim des Professionellen.»

Merkwürdig, dass die Profis meist am besten über Amateure zu schreiben wissen.



**Verband
dipl. Sportlehrer ETS**

Gedanken eines Sportpilgers

Von Walter Müller (Dipl. 1950)

Vorwort: Nach anfänglicher Tätigkeit als Sportlehrer in einer Privatschule der welschen Schweiz, sowie anschliessend am Städt. Gymnasium Bern, bekleidet der Schreibende nun seit bald sieben Jahren den Posten eines hauptamtlichen Verbandstrainers beim Schweiz. Amateur-Leichtathletik-Verband. Die Ausübung dieser Funktion verlangt von ihm eine ständige Wanderschaft in der ganzen Schweiz herum, mit dem Auftrag, möglichst viele Vereine zu besuchen, bei deren Trainingsgestaltung aktiv mitzuhelfen, jungen Wettkämpfern mit Rat und Tat beizustehen, in Kursen Trainingsleiter und Instrukturen auszubilden. Es handelt sich also um eine vielseitige Aktivität in der spezifischen Domäne des Leistungssportes als Freizeitbeschäftigung. Einerseits wird dabei dem Sportlehrer ein recht ungewohnter, in mancher Hinsicht «unbequemer» Lebensrhythmus aufgezwungen, andererseits aber verfügt er über eine irgendwie exaltierende, schöpferische Freiheit, die ihm u. a. auch Gelegenheit bietet, über das rein Sportliche hinaus tiefen Einblick zu nehmen in das so vielschichtige menschliche Tun und Lassen. Die nachfolgenden Gedankengänge sind das Ergebnis kontinuierlicher Beobachtungen im Rahmen einer im Grunde genommen stets faszinierenden Berufsarbeit.

Das tägliche Wandern durch die Gefilde sportlichen Leistungstrebens führt zu zahlreichen und recht verschiedenartigen Begegnungen mit dem Problem «Mensch». Da finden sich in weiten Stadien, auf schmucken kleinen Sportplätzen, oft in irgend einer grünen Ecke unserer winkelreichen Heimat bunt gemischt all die Temperamente, all die mehr oder weniger ausgeprägten Charaktere, die Exponenten komprimierter Willenskraft — oder auch ganz einfach die sanft Verspielten zusammen. Und hier, mitten im quirlenden Lebensstrom, stellt sich dem Lehrenden eine Aufgabe, deren wirkliche Grösse gerade deshalb so schlecht ausmessbar ist, weil sie voll und ganz von der Freiwilligkeit seitens der Schüler mitgetragen wird. Wir bewegen uns da in einem Bereich, wo sich so gebieterisch wie kaum anderswo das freie Verfügungsrecht über Zeit und Körper manifestiert. Es gibt keine gesetzliche Pflicht zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit; es gibt für den einzelnen Bürger nicht einmal eine solche zur Erhaltung seiner Gesundheit durch das Mittel regelmässige und mit der Systematik des «hygienisch» hundertfach erfahrenen, gebildeten Menschen durchgeführter Leibesübungen. Wenn wir uns also in den Stadien, auf den Kampfstätten jeglicher Art tummeln, so tun wir es vorerst einmal als absolut freie Individuen, die sich mindestens für einige wenige Stunden — oder auch nur Minuten! — jedem behördlichen, existenziellen und selbst gesellschaftlichen Zwang entzogen haben. Dies ist die Situation, wie sie sich in der Leichtathletik ganz besonders augenfällig vorfindet. Steckt in ihr nicht der Keim zu geistiger Anarchie, speziell heute, wo fast in jeder Hinsicht die Wurzeln immer weniger tief ins Erdreich greifen und die menschlichen Bande oft recht schlaff geworden sind? So von Zeit zu Zeit muss ich mir diese Frage stellen, regt doch kaum etwas spontaner zum Abwägen, Prüfen, Denken an als das beständige Beobachten, Mitfühlen, Mitleben, ja sogar das gelegentliche Mit-hineingetrieben-Sein in die Totalität sportlicher Aktionen und Reaktionen eben in der so ausserordentlichen Sphäre des freien Verfügungsrechtes über Stundenschlag und leibliche Kräfte. Denn in das scheinbar lustbetonte Spiel, ja selbst in die da und dort mit-schwingende, irgendwie entspannend-versöhnliche Verspieltheit wird so gewissermassen durch die Hintertüre sehr viel Ernst hineingetragen; es ist der Ernst des oftmals nur unbewusst bohrenden und drängenden Strebens nach besserer Leistung, nach Bewährung vor dem Gegner, nach Bewährung vor sich selbst, nach Auszeichnung. Und da gleitet schon das freigewählte sportliche Tun in die unvermeidbare Problematik der Gleichgewichtserhaltung: — es geht darum, dass das Seelenpendel zwischen «Ernst» und «Spiel» gleichmässig zum Schwingen komme. Ueberall dort, wo gestrebt, und zwar nicht einfach blind vorwärts-, sondern sehend aufwärtsgestrebt wird, braucht es Ueberlegung; es braucht das bewusste Sammeln von Erfahrungen, das Forschen, das Auswerten, das Auswählen, das Vorzeichnen des einzuschlagenden Weges — kurzum: es braucht auch Verstand! Und dies noch um so viel mehr, als es gilt, das delikate aller Spielinstrumente, den Körper, trotz des «gefährlichen», aber im Grunde genommen durchaus menschenwürdigen Dranges nach grosser Leistung und höchstmöglicher Perfektion im wahren Sinne gesund zu erhalten.

Wenn ich nun abwägend das so kostbare «Klima» der freien Verfügbarkeit einerseits dem ernsthaften und tatsächlich sehr oft auch «todernst» betriebenen Ringen um Leistungshöhen andererseits gegenüberstelle, so wird mir bewusst, wie weitverbreitet der Mangel an «innerer» Ordnung ist. Dieser Mangel wird zu einer Gefahr für den Menschen, denn er weist darauf hin, dass es letzterem an Gefühlen gebricht, auf die er sich verlassen kann und die ihm sehr wesentlich helfen, den biologischen Gesetzen gemäss zu leben. Und so gilt auch auf dem Sportplatz: — die wahrhaft genussvolle Freiheit, insbesondere die vom Athleten als so wunderbar empfundene Bewegungsfreiheit eines in höchstem Masse verfügbaren Körpers muss verdient werden durch Gehorsam gegenüber einer Ordnung, die wir nicht selbst bestimmen, sondern auf die wir eben hören lernen müssen. Jene usurpierte Freiheit aber, «wie sie da viele meinen», wird meist sehr teuer bezahlt: — ein Verfügen über den Leib ohne Gehorsam gibt es nicht!

So besteht denn die Hauptaufgabe des Lehrers, des Trainers darin, Ordnung zu schaffen! Diese Ordnung soll in allererster Linie eine hygienisch-sportliche sein und nicht eine organisatorisch-technische, welche es ja sogar in gewisser Hinsicht zu bekämpfen gilt: — Organisation und Ordnung sind nicht immer identisch... Die Zivilisation unserer Tage bedroht den Menschen mit einer Unordnung ganz besonders heimtückischer Art, weil in ihr das Leben fast nur noch organisiert und dafür aber immer weniger organisch abläuft. Und aus dieser Situation erwächst jedem sich wahrhaft hingebenden Trainer eine Art Gewissensfrage: Habe ich überhaupt das Recht, auf dem Sportplatz, einem der letzten Zufluchtsstätten echter Bewegungsfreiheit, so zu wirken, wie es das noch so bescheidene Wissen um biologische Gesetze und um deren Einfluss auf das soziale Gefüge von mir verlangt? Muss man in erster Linie das als Gegengewicht zur beruflichen Tätigkeit deklarierte absolut «zweckfreie» Austoben respektieren und es gewähren lassen, selbst wenn, wie bei den wohl meisten Sporttreibenden, im Durchschnitt recht wenig Kenntnisse über das organische Wachsen und Werden vorhanden sind? Oder ist nicht vielmehr das Lernen fürs Leben durch das Mittel der am Körper erfahrenen natürlichen Ordnung mit dem damit unumgänglich verbundenen Zwang zu einer unabdingbaren Notwendigkeit geworden? Notwendigkeit! Ja, es ist sehr notwendig, was wir tun! Aber diese Notwendigkeit ist nur dann gerechtfertigt, wenn man den Mut besitzt — ich sage ausdrücklich Mut! — in den «Gefilden sportlichen Leistungsstrebens» mentale und körperliche Disziplin zu fordern. Denn — so paradox es auch klingen mag — um den Menschen unseres Zeitalters vor der «Maschine» retten zu können, braucht es gerade in der Domäne des «freien Verfügungsrechtes über Zeit und Körper» immer mehr exaktes Wissen bezüglich Art und Intensität, mit welcher über den Leib verfügt werden soll bzw. werden darf. Dieses Wissen aber öffnet uns erst recht die Augen für die ausserordentliche Gefahr, die im sogenannten modernen, technisierten «Lebensstil» — welchem ja (leider!) so ungeheuer viel an wissenschaftlicher Macht zu Gevatter steht — auf uns lauert. Und es ist nur logisch, wenn der anfänglich mehr instinktive Abwehrkampf des vollblütigen Menschen immer ausgeprägter eine Art Verwissenschaftlichung des sportlichen Trainings nach sich zieht. Zu glauben, diese Tendenz habe lediglich den fragwürdigen Sinn, stets neue Rekorde aufzustellen, wäre nach meinem Dafürhalten ein schwerwiegender Irrtum. Es liegt darin vielmehr so etwas wie eine ausgleichende Gerechtigkeit verborgen, sowie auch der Trost aus der Feststellung, dass wissenschaftliche Erkenntnisse nicht nur dem Heilen, sondern auch dem doch viel verdienstvolleren Vorbeugen zur Verfügung stehen! Also denn: Was soll uns, nachdem uns Wert und Ausmass der geistigen Strömungen heutiger Zeit klar bewusst geworden sind, noch hindern, im freiheitlichen Klima von Trainings- und Wettkampfstätte den erst eigentlich vollends befreienden Gehorsam gegenüber der «inneren» Ordnung lachend zu erzwingen? —

Echo von Magglingen

Von 16 auf 20 Seiten

Mit dieser Nummer erscheint unsere Fachzeitschrift regelmässig mit 20 Druckseiten. Als weitere Neuerung bringen wir nun jeweils auf der dritten Umschlagseite ein grossformatiges Bild aus dem weiten Gebiet der Körpergrundschule, den Grundschul- sowie den VU-Wahlfächern. Diese Bilder können herausgeschnitten und zu Werbezwecken verwendet werden (Vereinskasten, Anschlagbretter usw.). Wir kommen damit einem vielgeäusserten Wunsch vieler VU-Leiter entgegen. Dass wir durch die Erweiterung unserer Fachzeitschrift den Abonnementspreis von vier auf fünf Franken erhöhen müssen, dürfte sicher bei unserer Leserschaft auf Verständnis stossen.

Durch die Vermehrung der Seitenzahl sind wir nun in der Lage, die praktischen Hinweise (technische Seiten) etwas auszuweiten, hie und da auch durch Lektionsbeispiele zu er-

gänzen. Der im November begonnene Lehrgang der Sportbiologie «Dein Körper — Grundlage Deiner Leistungsfähigkeit» der Sektion Forschung werden wir weiterführen. Es wird ganz allgemein unser Bestreben sein, unsere Leser in Zukunft noch mehr über die neuesten Erkenntnisse auf dem weiten Gebiet der Leibesübungen zu orientieren. So werden wir u. a. auch dem bibliographischen Teil vermehrte Aufmerksamkeit schenken.

Wir hoffen, damit vielen Wünschen aus unserem Abonnementkreis entgegenzukommen.

Dass wir jederzeit Wünsche und Anregungen gerne entgegennehmen, sei nur vollständigkeithalber erwähnt.

Die Redaktion.

Leibesübungen im Lehrlingsalter

Mr. Das war der Titel des 2. Magglinger Symposiums, das von der Eidgenössischen Turn- und Sportschule in Magglingen durchgeführt wurde. Anstoss zu diesem schon längst fälligen Gespräch gab die Tatsache, dass der Turn- und Sportunterricht nach Beendigung der Volksschulpflicht für Lehrlinge, Lehtöchter und Werkstätige abrupt abgebrochen wird, d. h. die körperliche und gesundheitliche Entwicklung bleibt in einer äusserst wichtigen Wachstums- und Entwicklungsphase völlig dem Zufall überlassen.

Direktor Ernst Hirt konnte rund 170 Vertreter von Berufs- und Industrieverbänden, Berufs- und Fachschulen, Turn- und Sportverbänden, der Ärzteschaft und anderen, an dieser Frage interessierte Verbände und Organisationen begrüssen.

Warum Leibesübungen?

Diese grundsätzliche Frage wurde zuerst aus der psychologisch-pädagogischen Sicht von Dr. Konrad Widmer, Rorschach, aus der Perspektive des Unternehmers von Direktor R. Frey, Neuhausen, und von der ärztlichen Warte aus von Fabrikarzt Dr. med. Frey, Baden, beantwortet. Nach einem weiteren Referat von Direktor B. de Kalbermatten, Lausanne, «Wichtigkeit der beruflichen Ausbildung» folgten einige Kurzreferate, von denen folgende erwähnt seien: «Schwierigkeiten und Bedenken», «Die heutige Lage», «Aus der Sicht der Gewerbeschulen», «Was sagen die Lehrlinge?».

Aus sämtlichen Referaten ging klar und deutlich hervor, wie bedenklich die heutige Situation auf diesem Sektor ist. Lediglich ein Drittel aller Nachschulpflichtigen treiben regelmässig Sport. Eine Umfrage in einem grossen Industriebetrieb ergab, dass von sämtlichen Lehrlingen sogar nur 25 Prozent einem regelmässigen sportlichen Training obliegen. Symptomatisch sind auch die Beobachtungen eines Schularztes. Er stellte fest, dass der Gesundheitszustand der von ihm untersuchten Lehrlinge wohl recht gut sei, dass aber Haltungsschwächen sowie nervöse Störungen von Jahr zu Jahr in bedenklichem Masse zunehmen.

Sämtliche Redner waren sich darüber einig, dass die Jugend vermehrt Leibesübungen betreiben müsse. Lediglich über den Weg, wie dieses Postulat verwirklicht werden kann, gingen die Meinungen auseinander.

Es war daher eine glückliche Idee der Organisatoren, die Beteiligten in acht Diskussionsgruppen aufzuteilen, in denen alle Teilnehmerkreise vertreten waren. Zur Diskussion standen folgende Fragen:

1. Halten Sie grundsätzlich eine vermehrte Pflege von Leibesübungen im Lehrlingsalter (Lehrlinge, Lehtöchter, Jugendliche beider Geschlechter ohne Berufslehre) für notwendig?
2. Soll: a) der Lehrbetrieb; b) die Berufsschule in Ergänzung der bereits bestehenden Möglichkeiten geeignete Leibesübungen organisieren und durchführen?
3. Wenn ja, wie sehen Sie unter Berücksichtigung einer guten Fachausbildung und unter Vermeidung einer physischen oder psychischen Ueberlastung des Jugendlichen die Durchführung genügender Leibesübungen?
a) in der Ausbildungszeit (Schule und / oder Betrieb)?
b) in der Freizeit (z. B. Samstag vormittag unter Organisation der Berufsschule oder des Lehrbetriebes)?
4. Sofern Sie die Auffassung haben, dass es die Aufgabe der Berufsschule ist, Turnunterricht durchzuführen, soll die Verankerung im Bundesgesetz über die berufliche Ausbildung, das sich zurzeit in Revision befindet, erfolgen?
wenn ja a) als Pflichtfach? b) als Freifach?

An der von Prof. Schönholzer, dem Chef der Sektion Forschung der ETS, geleiteten Schlussdiskussion referierten zunächst die Sprecher der Arbeitskreise über das Ergebnis ihrer Gespräche vor dem Plenum.

Kurse im Monat Februar

a) schuleigene Kurse

- 9.—11. 2. Zentralkurs für Leiter und Instruktoren der kant. WK
Cours central pour directeurs et instructeurs des cours cantonaux de répétition (100 Teiln.)
- 14.—17. 2. Grundschule IB / Instruction de base IB (reserviert für Feldmeister des Schweiz. Pfadfinderbundes / rés. pour chefs de troupe de la féd. suisse des éclaireurs) (30 Teiln.)

- 22.—24. 2. Instruction de base IB (25 Teiln.)
22. 1.—3. 2. Sportärztlicher Kurs der San. OS 1/1962 (80 Teiln.)

b) verbandseigene Kurse

- 3.—4. 2. Cours de présidents de jury,
Fédération suisse d'escrime (20 Teiln.)
3.—4. 2. Ausbildungskurs im Ringen, ETV (30 Teiln.)
3.—4. 2. Cours de répétition et cours cantonal EP,
Ass. cant. bern. de football (35 Teiln.)
5.—8. 2. Instruktionkurs für Jungschützenleiter,
EMD Gruppe für Ausbildung (60 Teiln.)
8. 2. Schweiz. Hochschulmeisterschaften im Hallenhand-
ball 1962, Akad. Sportverband Zürich (50 Teiln.)
12.—15. 2. Instruktionkurs für Jungschützenleiter,
EMD Gruppe für Ausbildung (60 Teiln.)
17.—18. 2. Kurs der Damen-Nationalmannschaft,
Schweiz. Basketballverband (20 Teiln.)
17.—24. 2. Cours de moniteurs-chefs I, ETV (20 Teiln.)
17.—24. 2. Cours de moniteurs-chefs II, ETV (15 Teiln.)
24.—25. 2. Hallenhandballturnier Cup Macolin, HBA (180 Teiln.)
24.—25. 2. Instruktionkurs für die technischen Leiter der
Kantonalverbände und einzelstehenden Sektionen
SUOV (80 Teiln.)
24.—25. 2. Zentralkurs für Geräteturnerinnen, Satus (20 Teiln.)

Ausländische Besucher:

Im Dezember: Miss Mary Yfill, Teacher of physical education,
Bangor / USA
Mr. J. E. K. Harrison, Architekt, London.

Invalidensport

Im Jahre 1962 werden vom Schweizerischen Invalidensport-
verband folgende Kurse und Veranstaltungen durchgeführt:
20.—28. 1. 62 Invaliden-Skikurs in Braunwald für OS- und
US-Amputierte.

25. 3.—7. 4. 62 Invalidenskikurs für Blinde, Frutt.
April / Mai Regional-Kurs (französisch) in Genf,
Einführungskurs für Hilfsleiter und Kandidaten.
19.—20. 5. 62 Regional-Kurs (deutsch) in Basel,
Einführungskurs für Hilfsleiter und Kandidaten.
8.—21. 4. 62 Schwimm- und Sportkurs für invalide Kinder und
Jugendliche (10.—17. Altersjahr) in Zurzach.
23. 4.—5. 5. 62 Schwimm- und Sportkurs für Invalide,
Bad Ragaz.
13. 8.—25. 8. 62 Sportkurs für Invalide in Magglingen.
13. 8.—25. 8. 62 Invalidensportleiterkurs in Magglingen.
19. 8. 62 1. Schweizerischer Invalidensporttag in Magglingen.
1.—14. 10. 62 Schwimm- und Sportkurs für Invalide in Zur-
zach.

November / Dezember WK für Invalidensportleiter
in St. Gallen / Isny.



Bibliographie

Aus der Theorie für die Praxis

Truchet, P.

DK 61:796

**Verminderung der Verletzungsgefahr für die unteren
Extremitäten durch den Gebrauch von Sicherheitsbindungen**
Aus: «Médecine, éducation physique et sport», 1960, II.

Nachdem schon vor dem Zweiten Weltkrieg Versuche mit Sicherheitsbindungen unternommen worden waren, traten solche seit 1956 mehr und mehr in Erscheinung. Dr. Allaria stellte in seiner Tätigkeit an der chirurgischen Aussenstation Cortina d'Ampezzo des Instituts Rizzoli von Bologna, die praktisch alle Unfälle des Ortes behandelte, in Zusammenarbeit mit seinem Vorgänger Prof. Sanzio Vacchelli, eine über viele Jahre reichende Statistik zusammen. Wie Allaria am Kongress für Skitraumatologie in Chambéry erwähnte, kamen auf 1000 Skifahrer 2,33 Unfälle, d. h. 7 Unfälle auf 3000 Skifahrer. Die amerikanischen und französischen Statistiken, die allerdings einen wesentlich kleineren Zeitraum erfassen, weisen ebenfalls eine Unfallquote von 2 bis 5 Prozent auf. Das Unfallrisiko kann allerdings nicht nur durch Sicherheitsbindungen vermindert werden. Sehr wichtig ist die konditionelle Vorbereitung des Skifahrers. Es ist nicht dasselbe, ob jemand für 10 Tage zum Baden und Faulenzen an die Riviera fährt oder für die gleiche Zeit zum alpinen Skilauf. Das heutige Stadtleben bringt dem einzelnen immer weniger Bewegung. Wer nicht gerade Jäger ist, wird im Herbst ganz besonders zur körperlichen Inaktivität gezwungen. Die natürlichste und zugleich einfachste Vorbereitung für den Skilauf ist das Marschieren durch Wald und Feld. Mindestens ein- bis zweimal pro Woche sollte man einen ausgiebigen, tüchtigen Marsch machen und wenn immer möglich das Marschieren durch ein systematisches Training im Gymnastiksaal ergänzen. Der zweite wichtige Faktor in der Unfallverhütung ist die Technik. Dabei kommt es nicht auf eine extrem differenzierte Fahrtechnik an, sondern auf das leichte Erlernen des Sich-im-Gleichgewicht-Haltens, sowie auf möglichst sturzfreies Fahren. Das dritte Mittel zur Unfallverhütung sieht der Verfasser im Unterhalt der Pisten. Sehr wichtig bei der Ausrüstung sind die Schuhe. Nachdem die Knöchelverletzungen, wie sie beim Tragen von Schuhen mit niedrigem Schaft häufig waren, zurückgegangen sind, häufen sich nun die Querfrakturen über dem Schuhrand bei den jungen, die Rissverletzung der Achillessehne bei den älteren Skifahrern. Um das Problem der Sicherheitsbindung zu studieren, wurden die Umstände erforscht, unter welchen sich die Stürze und Unfälle ereignen. Filme und Fotos sowie exakte Selbstbeobachtungen konnten keine Klarheit darüber verschaffen, welche Mechanismen während eines Sturzes in Aktion treten. Gibt es eine reine Torsion, oder ist es immer von einer Flexion begleitet? Wird mehr nach hinten als nach vorne gestürzt? Experimentelle physiologische Studien waren nötig, um die Kräfte zu studieren, die sich auf die unteren Extremitäten während eines Sturzes auswirken. Baussac und Bianchi-Maiocchi sind dabei zum Resultat gekommen, dass an Leichen ein Druck von 300 kg/cm² eine Fraktur erzeugt. Ein mit einem von Baussac konstruierten Dynamometer versehener Skifahrer zeigte nach Fahren in schwerem Schnee an der Verbindung Ski-Schuh Druckwerte bis 900 kg/cm². Daraus muss geschlossen werden, dass die gute Muskelkontraktion eine Druckbeanspruchung des Beines von 300 auf 900 kg/cm² ermöglicht. Auf Grund dieser Zahlen musste sich also eine Sicherheitsbindung beim Ueberschreiten eines Druckes von 300 kg/cm² öffnen; da auf der andern Seite aber beim Skifahren ohne Sturz Druckwerte bis 900 kg/cm² auftreten, würde sich die Bindung ungewollt öffnen. Nachdem verschiedene Typen von Sicherheitsbindungen absolut befriedigen, muss angenommen werden, dass die Druckunterschiede in der Praxis nicht so enorm variieren, wie dies aus dem Experiment zu schliessen wäre. Wie die Verstreubungen bei einem Schiffsmast, erfüllen die gespannten Muskeln für den Knochen die Aufgabe der Sicherung. Eine weitere Erklärung zu diesem Unterschied bringen jene Unfälle, bei denen der Fahrer am Ende einer anstrengenden Abfahrt auf der Strasse entspannt hinfällt und sich dabei eine Fraktur zuzieht, ohne dass bei diesem Sturz grosse Energie vernichtet worden wäre. Welches sind nun die Forderungen, die an eine Sicherheitsbindung gestellt werden? Nach Baussac sind es: Rotationsmöglichkeit für den Fuss, vorne, hinten und in der Mitte. Daraus ergeben sich die Typen mit vorne und hinten sich öffnenden Backen. Eine weitere Möglichkeit, die in verschiedenen Fabrikaten vorliegt, ist die punktförmige Fixation der Schuhspitze oder Schuhferse, die sich nach beiden Seiten hin lösen kann, oder zusätzlich die ganze Sohle nach beiden Seiten freigibt. Ferner gibt es solche, bei denen der parallele

Ski in der Schule von morgen

In Frankreich wurde ein Film über «Die Schule von morgen» gedreht. Er berichtet über einen interessanten und aufschlussreichen Versuch, der selbst bis in das französische Parlament Beachtung fand und mehrfach lobend erwähnt wurde. In zwei Klassen untersuchte man die Wirkung der Leibesübungen in verschiedener Dosierung. In der einen Klasse von Elfjährigen liess man es beim bisherigen, nämlich eine Stunde Sport pro Woche, übliche Erholungspause und traditionellem Unterricht. Wichtig, dass sich diese Klasse in einer Prüfungsvorbereitung befand. Gleiches galt, ebenfalls dem Alter der Schüler nach, für die andere Klasse. Doch sie hatte pro Woche 12 Stunden Leibesübungen und verbrachte ausserdem vier Winterwochen im Gebirge beim Skilauf. Das Ergebnis erwies sich als eindeutig. Die Kinder der «Sportklasse» waren nicht nur äusserlich kräftiger, gesünder und schwerer geworden, sie waren mit mehr Freude bei der geistigen Arbeit, verstanden sich schneller zu entspannen, waren geistig aufnahmefähiger, seelisch ungehemmter (was ja wichtig fürs Leben ist), und trotz weniger geistiger Unterrichtsarbeitsstunden standen ihre Leistungen jenen der anderen Klasse nicht nach. Geka in «Ski» DE, 4 / 1960

Kabelzug beim Ueberschreiten einer gewissen Maximalspannung entschert wird.

Wo liegt die Wirksamkeit dieser Systeme?

Statistiken wurden in verschiedenen Wintersportzentren mit Hilfe der Sportbahnen (Zahl der beförderten Skifahrer) und der Rettungsstationen, die den Abtransport der Verletzten durchführen, aufgestellt. Da kein Interesse besteht, an diesen Zahlen etwas zu ändern, dürfen sie als recht zuverlässig betrachtet werden. Rechnerisch genau genommen müssten wir heute doppelt so viele Unfälle haben wie vor fünf Jahren, nachdem die Zahl der Skifahrer jährlich um 20 Prozent zugenommen hat. Was zeigt nun die Statistik? Nach ärztlichen Berichten ist ein bemerkenswerter Rückgang an Skiunfällen festzustellen, d. h. mit anderen Worten, die Sicherheitsbindung ist wirksam. Die Schwäche der Sicherheitsbindungen liegt vorläufig noch beim Regulieren nach Kraft und Können des einzelnen Skifahrers. Durch schlechtregulierte Sicherheitsbindungen, die sich im entscheidenden Moment nicht öffnen, können Unfälle entstehen; ebenso gefährlich ist aber auch das zu frühe Auslösen der Sicherung. Aus diesen neuen Unfallquellen ergibt sich eine schon heute feststellbare Häufung der Verletzungen der oberen Extremitäten. Bei Hyperflexion in Skirichtung ohne Torsion ist ein Ausklinken unmöglich, was beim älteren Skifahrer häufig zu Achillessehnen-Rupturen und beim jüngeren Skifahrer zu Querfrakturen der Tibia am Schuhchafttrand führt. Sogar die ungünstigen Statistiken sagen jedoch über die Sicherheitsbindung aus, dass sie das Risiko der Torsionsfraktur der Tibia um $\frac{2}{3}$ vermindert.

W. Naegeli

Wir haben für Sie gelesen . . .

Laven, Paul

DK: 833.1:796

Fair Play. Die schönsten Geschichten vom Sport. Frankfurt a. M., W. Limpert, 3. Aufl. 1961.

Gaudin hiess der braunlockige, französische Fechter, der einmal in die Höhe einer Entscheidung hinein plötzlich die Stille der Besinnung brachte, jenen hellen Klang einer sportlichen Haltung, die fortzeugend mehr für das vielberufene Fair play tat als alle Aufsätze und Reden.

Dabei hatte sein gallisches Temperament vorher wild in den Kampf hineingeschlagen. Der Wunsch der Teilnehmer, in dieser letzten Florettentscheidung der Olympischen Spiele in Amsterdam 1928 den Sieg zu erreichen, schuf eine Atmosphäre, die zum Zerreißen gespannt war. Der lange Italiener, der Gaudin gegenüberstand, war ihm an Reichweite überlegen. Gaudini — auch er allzu früh gestorben, wie sein französischer Partner, — war ein Linkshänder. Von der Höhe seiner 2,05 Meter herunter hielt der kühleren Italiener den heranfedernden Gaudin in Distanz. So leidenschaftlich seinem fechterischen Auftrag folgend, hatte ich im Sport bisher kaum einen gesehen wie diesen Gaudin. Der nicht mehr junge Mann schien aus der Welt der Maupassant'schen Bücher emporgestiegen, aus der Welt der französischen Fechtböden des 19. Jahrhunderts, wo der Wettkampf mit der Waffe noch zur täglichen Übung der Männer gehörte. Vor jedem neuen Gang riss Gaudin die Fechterhaube vom Kopf, salutierte mit der Waffe und schlug mit eindringlichem Ernst das Kreuz, während die Halle in Amsterdam die feierliche Ruhe einer Kirche annahm und der lange Italiener mit gesenkten Augen verharrete.

Und dann kam jener grossartige, erhabene Augenblick, in dem Gaudin zum Inbegriff des Fair play wurde, zum unvergesslichen Beispiel des Sportkämpfers, der sich selbst überwand. Der Italiener hatte den wild andrängenden Franzosen abgefangen. Erregte Rufe lösten sich aus der scheinbaren Reserviertheit der Zuschauer. Auch aus Gaudins Mund drangen helle Laute, mit denen er seinen konzentrierten Angriff zu beflügeln suchte. Die hohe Fechtkunst der beiden lateinischen Nationen entfaltete sich in einem klassischen Kampf. Im Getümmel von Angriff und Abwehr unterbrach plötzlich das Kampfgericht. Der Italiener hatte von seiner Höhe herab die Waffe gesenkt und schaute ihrer Spitze nach. Offensichtlich wusste er nicht genau, ob er einen Treffer erzielt hatte. Im Gremium der Kampfrichter ging der Streit der Meinungen hin und her. Was sich jedoch hinter den Gittern der Hauben auf den Gesichtern der Fechter abspielte, wusste niemand. Als sich die Kampfrichter schliesslich geeinigt hatten, trat ein Sprecher hervor und verkündete: «Non touché!» — «Kein Treffer!»

Da geschah das Wunderbare. Der Franzose riss die Haube herunter. Sein Gesicht war tief rot und von einem durchdringenden Glanz erfüllt. Er hob das Florett steil hoch vor die Brust, trat einen Schritt zum Kampfgericht hin und verkündete: «Je suis touché!»

Eine Ruhe trat ein, die unheimlich war. Dieser Mann gab zu, getroffen zu sein, obwohl das Kampfgericht für ihn entschieden hatte. Bedeutete nicht sein freiwilliges Bekenntnis den Verlust der Goldmedaille, der höchsten Ehre auf dem Olympia? Dann aber überströmte das Gefühl für die Grösse dieses Mannes den Raum. Italiener stürzten herbei, um den Franzosen zu umarmen. Ein Beifall, wie er mich noch niemals ergriffen hatte, toste durch die Halle.

Der lange Gaudini aber hob verwirrt die Waffe zum Salut.

Neuerwerbungen unserer Bibliothek

Die nachfolgenden Werke können zu den üblichen Leihbedingungen bestellt werden.

ABC des Uebungsleiters für den Massensport. Sportverlag Berlin, 1960. — 8°. 156 S. ill. — Fr. 2.30. A 4125

Abrahams, Adolphe. The Disabilities and Injuries of Sport. London, Elek Books, 1961. — 8°. 96 p. ill. — Fr. 8.75. A 4038

4. Arbeitstagung «Uebungsstättenbau» vom 2. bis 4. November 1960, Hamburg, Haus Rissen. Protokoll. — 4°. 95 S. Verv. Abrg 823

Barany, I. Schwimmunterricht für Kinder. Budapest, Corvina, 1961. — 8°. 144 S. ill. — Fr. 6.—. A 4077

Baumann, F.; Jotti, A. Start zwischen 16 und 20. Zürich/Stuttgart, Flamberg Verlag, 1961. — 4°. 116 S. Abb. — Fr. 17.80 Ag 243

Becker, R. Uwe Seeler und seine goldenen Tore. München, Copress Verlag, 1960. — 8°. 112 S. ill. — Fr. 9.40. A 4047

Bernett, N. Der Turnfahrtenwart. Eine Handreichung für das Wandern im Deutschen Turnerbund. Frankfurt a. M., 1960. — 8°. 48 S. Abr 2507

Bodamer, J. Gesundheit und technische Welt. Stuttgart, Ernst Klett Verlag, 2. Aufl. 1960. — 8°. 270 S. — Fr. 17.30. A 4080

Book of Baseball. Philadelphia/New York, 1960, J. B. Lippincott Comp. — 8°. 90 p. ill. — Fr. 14.15. A 4107

Book of Small Boat Sailing. Philadelphia/New York, Lippincott Comp., 1960. — 8°. 88 p. ill. — Fr. 14.15. A 4106

Brandenberger, H.; Lächli, A. La mécanique du ski. Considérations sur les lois physiques qui sont à la base du «Manuel de ski». Rapperswil, RA-Verlag, 1960. — 8°. fig. 103 p. — Fr. 7.—. A 4018

Breckenridge, M. E.; Vincent, E. L. Child Development. Physical and psychologic growth through adolescence. London, W. B. Saunders Company, fourth edition 1960. — 8°. 648 p. ill. — Fr. 30.60. A 4094

Buchanan, I. Encyclopaedia of British Athletics Records. London, Stanley Paul, 1961. — 8°. 272 p. ill. — Fr. 17.50. A 4067

Bucher, C. A.; Koenig, C.; Barnhard, M. Methods and Materials for Secondary School Physical Education. St. Louis, The C. V. Mosby Company, 1961. — 8°. 387 p. ill. — Fr. 30.60. A 4097

Bucher, R. Fliegen — Retten — Helfen. Werden, Aufbau und Bewährung der Schweizerischen Rettungs-Flugwacht von den Pionieren des Alpenfluges bis ins Jahr 1959. Liestal, Verlag Lüdlin AG, 1961. — 4°. 392 S. ill. — Fr. 50.60 + engl. Uebersetzung. Ag 253

California Olympic Commission. VIII Olympic Winter Games Squaw Valley, California, 1960. Final Report. California, State Printing Office, 1960. — 4°. 160 p. ill. Ag 248

Carter, J. W. How to make Athletic Equipment. New York, The Ronald Press Company, 1960. — 8°. 390 p. ill. — Fr. 31.45. A 4060

Davis, E. C. The Philosophic Process in Physical Education. Philadelphia, Lea & Febiger, 1961. — 8°. 301 p. — Fr. 28.85. A 4083

Davis, E. C.; Wallis, E. L. Toward better Teaching in Physical Education. A comprehensive presentation of teaching principles and techniques. Englewood Cliffs, Prentice Hall Inc., 1961. — 8°. 488 p. ill. — Fr. 31.—. A 4099

Dayton, O. W. Athletic Training and Conditioning. New York, The Ronald Press Company, 1960. — 8°. 390 p. ill. — Fr. 28.85. A 4059

Derwall, J. Biorhythmisches Leben. Magglingen, ETS, 1961. — 4°. 4 S. Verv. Abrg 829

Deschka, K. Trainingslehre und Organisationslehre des Sports. Wien, Oesterreichischer Bundesverlag, 1961. — 8°. 302 S. — Fr. 13.20. A 4082

Deutscher Basketball-Bund. Internationale Basketball-Regeln. Frankfurt a. M., Limpert Verlag, 1961. — 8°. 41 S. — Fr. 2.20. Abr 2547

Diessner, G.; Köhler, L.; Möser, G. Skilauf in der Schule. Berlin, Volk und Wissen Volkseigener Verlag, 1961 — 8°. 192 S. ill. — Fr. 8.05. A 4045

Documenta Geigy. Wissenschaftliche Tabellen. — Basel, J. R. Geigy AG, 6. Aufl. 1960. — 8°. 742 S. ill. A 4020

Dodd, J. H. Athletics. London, Educational Productions Ltd., 1956. — 8°. 40 p. ill. Abr 2530

Federhoff, E.; Kessel, A.; Stein, H.-G. Handball. Berlin, Sportverlag, 1961. — 8°. 141 S. ill. — Fr. 4.15. A 4124

Franke, Gerhard. Schulturgärten. Oldenburger Beiträge zur Leibeserziehung, Schulraumplanung und Gesundheitserziehung. — Frankfurt a. M., Limpert-Verlag, 1961. — 8°. 156 S. ill. — Fr. 12.80. A 4074

Halsey, E. Women in Physical Education: their role in work, home, and history. New York, G. P. Putnam's Sons, 1961. — 8°. 249 p. ill. — Fr. 21.65. A 4069

Otto Würgler †

Zum dritten Mal innert acht Monaten stehen wir an der Bahre eines lieben, geschätzten Mitarbeiters und Kameraden. Einer davon stand im 54. und die beiden andern im 57. Altersjahr. Alle drei sind einem Herzinfarkt erlegen, einem Versagen des Herzmuskels, dessen Ursache nach Angabe der Fachärzte in erster Linie der Bewegungsarmut zuzuschreiben ist.

Otto Würgler aber hatte bei seinen regelmässigen Postgängen zur Station und im weitläufigen Gebäude der Eidgenössischen Turn- und Sportschule für sein Alter genug Bewegung. Dazu legte er viermal täglich den Arbeitsweg von ca. einem Kilometer zu Fuss zurück. So stehen wir alle, die wir uns gerade mit diesen Problemen intensiv befassen, zum dritten Mal vor der schweren Frage: Wieso? Warum? Wir Menschen finden darauf keine Antwort. Unser Schicksal liegt in der Hand eines Höheren. Wir müssen uns seinem Walten und seinem Gebote beugen.

Am 13. Mai 1946, also vor 15½ Jahren, kam Otto Würgler von Bern, wo er als Aushilfsarbeiter im Eidgenössischen Zeughaus tätig war, an die Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen. Er hatte damals die Aufgabe, die spärlichen Anlagen, die in Magglingen von den Kursteilnehmern und den Internierten erstellt waren, in Stand zu halten. Als der Ausläufer der Schule einen Herzschlag erlitt, übernahm Otto Würgler diesen Posten. Durch seine Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit erwarb er sich rasch das Vertrauen seiner Vorgesetzten. Es wurden ihm bald auch leichtere Büroarbeiten anvertraut. Als Bürogehilfe hat er sich bewährt, so dass er am 1. Januar 1949 an der in der ersten Etappe fertig ausgebauten Sportschule zum ständigen Angestellten befördert werden konnte. Und seit 1. Januar 1960 war Otto Würgler Beamter.

Der Verstorbene war nicht nur ein pflichtbewusster und zuverlässiger Beamter. Bei seinen Kollegen war er wegen seines kameradschaftlichen Verhaltens und verträglichen Charakters geachtet und beliebt. In den letzten Monaten konnte dem aufmerksamen Beobachter nicht entgehen, dass ihn ein heimliches Leiden bedrückte und bisweilen nachdenklich erscheinen liess. Es war eine Herzfunktionsstörung, die sein eher frohes Wesen beschattete. Am letzten Montagmorgen, als der Alpenkranz wie verdunkelt und in greifbarer Nähe schien, als ein warmer Föhnwind durch die Wälder von Magglingen rauschte, hat vor der Türe seines Arbeitsraumes sein krankes Herz plötzlich zu schlagen aufgehört. So wurde er herausgerissen aus seiner Magglinger-gemeinde, die sich noch mit allen Mitteln bemühte, das Schlimmste zu verhüten. Er wurde weggenommen aus der lieben Obhut seiner Frau, die ihm während vielen Jahren eine treue Lebensgefährtin war. Er nahm lautlos Abschied von seinen Töchtern, die ihm noch so viele väterliche Freuden zuteil werden liessen.

Liebe Frau Würgler, liebe Angehörige, wir beklagen den Tod eines guten Menschen, der in der Familie, in der Arbeitsgemeinschaft und im Freundeskreis eine grosse Lücke hinterlässt. Wir danken ihm für seine gute Arbeit und die Liebe, die er uns erwiesen hat.

Lieber Otto Würgler ruhe in Frieden.

E. H.

Max Bollinger †

1961 ist wahrlich für die Eidgenössische Turn- und Sportschule und die Angehörigen der lieben Verstorbenen ein schicksalsschweres Jahr. Zum dritten Mal stehen wir am Sarg eines unserer Beamten und Arbeitskameraden und trauern mit seinen Angehörigen.

Max Bollinger kam am 1. März 1945 vom Kommissariat für Internierung und Hospitalisierung als Hilfsfourier in den Dienst der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen. Eine besondere Nuance in seinem Dialekt liess erkennen, dass er seine Jugend in der Fremde verbracht hatte. Doch fühlte er sich in unserem Betrieb bald heimisch. — 1948 übernahm er die Betreuung der Loge, und zwei Jahre später konnte er in den neugeschaffenen Filmdienst eintreten, wo er vor allem den Filmverleih besorgte. Mit hunderten von Filmvorführungen hat er landauf, landab die Jugend mit der Schönheit der sportlichen Bewegung vertraut gemacht.

Seine Aufgabe, die ihn mit allen Kreisen des Turn- und Sportwesens zusammenführte, erfüllte er zuverlässig und mit grosser Umsicht. 1959 ist Max Bollinger die Mitarbeit in der Bibliothek anvertraut worden. Seine natürliche, unkomplizierte Art und seine praktische Veranlagung erlaubten ihm, sich rasch und mit Erfolg in dieses neue Gebiet einzuarbeiten. — Er hat es nicht nur verstanden, sich die Achtung seiner Vorgesetzten zu erwerben, sondern auch in hohem Masse das Vertrauen seiner Arbeitskameraden. Wohl deshalb hat ihn der Verband des Personals der öffentlichen Dienste mit der Aufgabe betraut, die Interessen dieser Organisation bei der Direktion der Sportschule zu vertreten. Max Bollinger hat diese nicht leichte Aufgabe mit viel Geschick und Erfolg gelöst. Alle Fragen konnten mit ihm in aller Offenheit behandelt werden, weil er sich bemühte, die Probleme von den verschiedenen Gesichtspunkten zu betrachten.

Im April dieses Jahres hat sich bei ihm ein Leiden bemerkbar gemacht. Im Sommer musste er sich einer schweren Operation unterziehen, und als er anfangs September die Arbeit wieder aufnahm, gab uns sein verändertes Aussehen zu Bedenken Anlass. Das heimtückische Leiden hatte sich verschlimmert. Unermessliche Schmerzen wurden ihm auferlegt. Die Adventszeit brachte ihm und seiner Familie die schwersten Stunden und Tage.

Am 9. Dezember wurde er erlöst.

Die Eidgenössische Turn- und Sportschule hat mit Max Bollinger einen vitalen, pflichtbewussten und strebsamen Mitarbeiter verloren.

Sie, verehrte Frau Bollinger, trauern um den allzu früh verstorbenen Gatten und Lebensgefährten und Sie, liebe Töchter und Söhne, um den sorgenden Vater und Ernährer. Er hat sich allzeit eingesetzt für das Wohl seiner Familie. Mutter und Vater unternahmen alles, um den Kindern den Weg ins Leben zu erleichtern. Deshalb war ihnen auch neben der beruflichen Tätigkeit keine Arbeit zu gering und keine Anstrengung zu gross.

Im Namen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule spreche ich Ihnen und Ihren Kindern unser tiefempfundenes Beileid aus.

Dir, lieber Max Bollinger, danken wir für die guten Dienste und die verlässliche, frohe Kameradschaft, die Du allen erwiesen hast.

E. H.



Turnerisch-sportlicher Vorunterricht

Zum Rücktritt von Paul Truniger,

Chef des Kantonalen Amtes für Turnen, Sport und Vorunterricht des Standes St. Gallen



Nach 20jähriger, fruchtbarer Tätigkeit im Dienste der st. gallischen Jugend ist im verflossenen Herbst Herr Paul Truniger vom Posten als Chef des Kant. Amtes für Turnen, Sport und Vorunterricht zurückgetreten.

Bei diesem Anlass gehört es sich, einen kurzen Rückblick auf das segensreiche Wirken von Herrn Paul Truniger im Dienste unserer st. gallischen Jugend zu werfen.

Wie ein Bauer am Rande seines frischbestellten Ackers, in den er den Samen gestreut hat, ausruht, so ist auch unser lieber Paul Truniger heute an einem Meilenstein angelangt, an dem es sich lohnt, auszuruhen, stille zu werden und mit sich selber Zwiesprache zu halten. Es ist eine ganz besondere Stunde, eine Stunde des Rückblickes, der Besinnung, des Vorwärtsschauens und des Abschiedes.

Es sind jetzt 20 Jahre her, als ich als Teilnehmer am Leiterkurs Nr. 7 in Reih und Glied stand. Hell auf loderte die Flamme der Begeisterung in meiner Brust. Und jetzt tauchen vor meinem inneren Auge wieder jene arbeitsreichen Stunden und Tage auf:

Früher Morgen im Kursdorf. Das weisse Kreuz im roten Feld leuchtet aus drei mächtigen, im herben Winde flatternden Fahnen hinaus in den jungen Morgen. Im Trainingsanzug, vom Offizier bis hinunter zum einfachen Soldaten, alle als Kameraden unter sich, stehen stramm in Reih und Glied die Teilnehmer am eidg. Leiterkurs für Vorunterricht. Energische Befehle des Kommandanten unterbrechen die Morgenstille:

«Kameraden, wir sind da, um uns in eidgenössischem Pflichtbewusstsein durch persönliches Wollen und Können jene Grundschulung anzueignen, die nötig ist, und als Beispiel dienen soll, unsere Jugend zum einsatzfreudigen Bürger und Wehrmann zu erziehen. Alles, was wir hier tun, ist nicht nur für uns, wohl aber für unsere Jugend und unser schönes Vaterland.» Kurze Stille, die Fahnen werden gegrüsst, dann Abmarsch zur Arbeit.

Der Kommandant, der diese Worte sprach, war unser verehrter Chef, unser Paul Truniger.

Es war damals eine schicksalsschwere Zeit. Die Kriegsflammen loderten auf der ganzen Welt und drohten auch unser gutes altes Schweizerhaus in Brand zu stecken. Es war eine harte Zeit, und sie forderte auch harte Männer. Weite Kreise standen in Gefahr, eine falsche Härte als wünschenswertes Ziel zu betrachten. Es fehlte nicht an Stimmen, die glaubten, Rücksichtslosigkeit und Brutalität als erstrebenswerte Tugenden einer aussergewöhnlich harten Zeit zu preisen.

Unser lieber Paul Truniger aber hat schon damals klar erkannt, worauf es ankommt, vor allem worauf es in der körperlichen Ertüchtigung unserer Jugend ankommt. Dass unsere Jugend verweichlicht und deshalb

wieder härter werden sollte, davon war er schon damals überzeugt. Aber die von ihm geforderte Härte kann der Jugend nur durch die Tat vorgelebt werden.

Er selber war beispielgebend für uns alle.

Sorge für Deinen Leib,
aber nicht so,
als ob er Deine Seele wäre!

Der Dichter Mathias Claudius gab diese Worte seinem Sohne mit auf den Lebensweg. Sie haben bis heute nichts von ihrer Bedeutung verloren, im Gegenteil, sie passen ausgezeichnet in unsere heutige Zeit hinein.

Diese Mahnung des Dichters, den Leib nicht mit der Seele zu verwechseln, hat unser lieber Paul immer ernst genommen und auch überall mannhaft verteidigt. Für diese seine saubere Einstellung zum Sport danken wir ihm heute.

Wir alle haben im Laufe der Jahre seine hohen menschlichen Werte kennen und schätzen gelernt. Er hat das Ganze nie aus den Augen verloren. Wir achteten ihn als hohen Offizier im Wehrkleid, und wir schätzten ihn als unseren Chef und Vorsteher. Wir spürten seine Autorität, seinen unbeugsamen Willen, mit aller Beharrlichkeit ein gestecktes Ziel zu erreichen. Er hat es auch immer wieder ausgezeichnet verstanden, in uns die Freude an der Aufgabe zu wecken. Wo immer er aufgetreten ist, da wehte ein frischer Wind, da herrschte saubere Luft.

Traten einmal Meinungsverschiedenheiten oder gar Zwistigkeiten auf, so war es seine besondere Begabung, Auseinanderstrebendes mit Humor zu vereinigen. In seltener Weise vereinigt sich in ihm ein hoher Idealismus mit einem trocken nüchternen Sinn für das Reale und Erreichbare: Zwei Schritte vorwärts und einen Schritt rückwärts, gibt einen Schritt vorwärts. Das war seine Devise. Wir werden sie beherzigen. Auch unsere Jungen hat er verstanden, ihre Nöte und Sorgen begriffen. Er hat gemerkt, dass die Kraft unserer Autorität im alten Sinne nachgelassen hat. Es genügt nicht mehr, einfach grösser und stärker und älter zu sein, um wirksame Befehle zu erteilen. Darum ist er selber als Kamerad in der gleichen Reihe geschritten und hat von sich das gleiche verlangt, denselben Einsatz, dieselbe Rücksicht, dieselbe Höflichkeit und dieselbe Ehrfurcht.

So bleibt er uns stets ein Vorbild der Treue gegenüber der Aufgabe, der Treue gegenüber Volk und Heimat und des unerschütterlichen Glaubens an das Gute in unserer Jugend.

Unterdessen ist vielversprechendes Jungholz nachgewachsen, das zur Zeit, als Paul Truniger die segensreiche Arbeit aufnahm, noch den Spreusack einer morschen, generationenalten Wiege drückte. Mögen sie dieselben Ideale, die ihnen unser alter Chef vorgelebt, weitertragen und weiter hegen zum Wohle unserer Jugend.

Paul Trunigers stolze Ehre als Chef lag darin, dass von denen, die mit ihm zusammen arbeiteten, in der Rück Erinnerung keiner mit Bedauern oder Missmut sich des Stückes seines Weges erinnert, den er ihm nachfolgend gegangen ist.

Unserem zurückgetretenen Chef aber können wir alle sicher keine grössere Freude bereiten, als wenn wir im Sinne jenes grossen Schweizers handeln, der seiner Generation aus tiefem Verantwortungsbewusstsein heraus zurief: «Jeder gehe hin und tue um Gottes Willen etwas Tapferes.»

Joos Lufi

Organisation und Durchführung von Skitouren

Anmerkung: Der nachfolgende Artikel von Hugo Brandenberger, Präsident des Intervandes für Skilauf, ist in der Turnzeitung Nr. 49 vom 5. Dezember 1961 erschienen. Er enthält viel Wissenswertes über Skitouren und wir möchten ihn deshalb auch allen Vorunterrichtsleitern zugänglich machen. Der Abdruck erfolgt mit der Einwilligung des Verfassers und der Redaktion der Turnzeitung.

Die Ausführung von Skitouren war früher das wichtigste und auch wohl wertvollste Ziel der Skifahrer. In den Anfängen des Skilaufes gab die Verwendung der Bretter die Möglichkeit, auch im Winter in die Berge ziehen zu können, und man begnügte sich deshalb mit dem notwendigsten skitechnischen Können. Die Ski und ihre Beherrschung waren Mittel zum Zweck, während heute für viele die Technik grössere Bedeutung erlangt hat und dem Tourenfahren leider nur noch sehr wenig Beachtung geschenkt wird. Dabei ist es doch so, dass eine gut vorbereitete Tour körperlich, besonders aber auch seelisch-geistig Werte schafft und Freuden bereitet, wie sie kaum auf andere Art möglich sind. In Unkenntnis dieser Tatsache und oft auch wegen Hemmungen vor den vermeintlichen Schwierigkeiten und Anforderungen beschränkt man sich auf den doch sehr einseitigen und armseligen Pistenbetrieb. Die Hindernisse sind aber nicht so gross, dass sie bei gutem Willen nicht überwunden werden könnten, und die Befriedigung ist nachher um so nachhaltiger.

Um wirklich Genuss an einer Tour zu haben, müssen natürlich eine Reihe von Grundsätzen befolgt werden. Einmal ist es nötig, die Ziele dem eigenen Können und demjenigen der begleitenden Kameraden anzupassen. Das ist notwendig in bezug auf die Anforderungen für den Aufstieg, dessen Dauer und Steilheit, der zu bewältigenden Hänge und die Höhenlage, wegen des Einflusses auf die Organtätigkeit. Ferner dürfen die Ansprüche der Abfahrt das technische Können der Teilnehmer nicht übersteigen. In dieser Beziehung kann der Leiter allerdings innerhalb ziemlich weiter Grenzen selbst dafür sorgen durch die entsprechende Wahl seiner Abfahrtsspur. Damit ist auch schon darauf hingewiesen, dass es von grossem Vorteil ist, wenn ein fähiger Chef die Verantwortung übernimmt.

Viel zum guten Gelingen trägt sorgfältige Vorbereitung der Tour bei. Dazu gehört z. B. die Auswahl der Teilnehmer. Sie sollten bezüglich der körperlichen Leistungsfähigkeit und des technischen Könnens einigermaßen ausgeglichen sein. Ungenügend vorbereitete «Mitläufer» können den Verlauf einer Tour sehr ungünstig beeinflussen, und solche haben auch persönlich kaum Freude daran. Immer fühlen sie sich als Hemmschuh, weil auf sie gewartet werden muss. Dadurch entstehen bei ihnen nur zu leicht Minderwertigkeitsgefühle, die ihre Leistungen beeinträchtigen oder sie zu überhastetem und oft auch unüberlegtem Pressieren veranlassen.

Zur Vorbereitung gehört auch, die Teilnehmer darauf aufmerksam zu machen, ihre Ausrüstung zu kontrollieren, um Defekten im Verlaufe der Tour vorzubeugen. Solche sind nicht nur für die Betroffenen unangenehm, sondern fast noch mehr für die Gruppe, die nun gezwungen wird, zu warten. Dadurch geht unter Umständen wertvolle Zeit verloren, besonders, wenn das Wetter umzuschlagen droht oder die Dunkelheit hereinbricht. Zu dieser Seite der Vorbereitung gehört auch die Verteilung der für den allgemeinen Gebrauch nötigen Ausrüstungsgegenstände wie Apotheken, Rettungs- und Schlittenmaterial, Lawinenschaufeln und Sondierstangen, Karten, gemeinsamen Proviant usw. Für den Leiter ergeben sich schon in der Vorbereitung einige Aufgaben. Er muss an Hand von Führern des betreffenden Gebietes oder von Karten sich über die einzuschlagende Route orientieren, sich bei orts- und sachkundigen Personen über die Schwierigkeiten und vor der Ausführung über die Schnee- und Lawinen-

verhältnisse Auskunft geben lassen. Sehr zu empfehlen ist jedem Leiter, die Tour vorher zu machen, um an Ort und Stelle mit der ganzen Aufgabe vertraut zu werden.

Leider werden diese Forderungen nicht immer berücksichtigt. Bei der Wahl des Tourenzieles lässt man sich oft von Schlagworten und Modenamen leiten. In der Regel werden auch zu hohe Ansprüche an die Teilnehmer gestellt in bezug auf die allgemeine körperliche Leistungsfähigkeit, den Trainingszustand und besonders das technische Können für die Bewältigung der Abfahrt. Man unterlässt es oft auch, die Auswirkungen von Wetterumschlägen, von schlechten Schneeverhältnissen, von Verspätungen durch Defekte oder Unfällen genügend einzukalkulieren und wird dann zum Hasten veranlasst, was meist nur Schaden stiftet. Bei Kälte und Schneefall oder gar bei Schneesturm sinkt die körperliche und namentlich die seelische Widerstandsfähigkeit der Leute rapid. Man muss sich immer vergegenwärtigen, dass Touren, die bei gutem Wetter ein Spaziergang sind, bei Wetterumschlägen bis zur Grenze der Kräfte beanspruchen oder sogar zu Katastrophen führen können. Eine Skitour im Vor-alpengebiet auf 2000 m Höhe entspricht bei ungünstigem Wetter hochalpinen Unternehmen.

Um das Tourenfahren in den Vereinen richtig zu pflegen, wird man gut tun, die Ziele zuerst bescheiden zu stecken, bescheiden in bezug auf die Anforderungen im Aufstieg und in der Abfahrt. Auf diesen Uebungsfahrten bietet sich die beste Gelegenheit, die Gruppe mit den verschiedenen notwendigen Kenntnissen vertraut zu machen, ihre Leistungsfähigkeit langsam zu steigern und ihr das Gefühl für richtiges, ökonomisches Steigen in guter, nicht zu steiler Spur beizubringen.

Für den Aufstieg und für die Abfahrt ordnen wir die schwächeren Elemente hinter den Leiter ein. Das Tempo im Aufstieg muss gleichmässig sein. Die Spur wird mit möglichst gleichbleibender Neigung angelegt. Spitzkehren vermeidet man nach Möglichkeit oder führt sie, wenn sie sich nicht ausschalten lassen, an flachen Stellen aus. Mulden werden ausgegangen, um nicht Abfahrten und nachfolgende Gegensteigungen in Kauf nehmen zu müssen. Die gebildeten Gruppen bleiben zusammen. Nach Hindernissen verkürzt man das Tempo, damit allmähliches Aufschliessen möglich wird. Für die Rasten wählen wir ebene und windgeschützte Stellen, kontrollieren die Felle und die übrige Ausrüstung und verlangsamen vor dem Ziel das Tempo, um nicht überhitzt anzukommen. Dort veranlassen wir die Teilnehmer, sich warm zu kleiden und ihre Ski für die Abfahrt bereit zu machen. Die Ski sind immer tief einzustecken oder mit den Stöcken so zu verankern, damit sie sich nicht selbständig machen. Vor der Abfahrt wird der Rastplatz in Ordnung gebracht, die Rucksack- und Kleidertaschen sind zu schliessen, Handschuhe und Kopfschutz werden angezogen. Der Leiter weist der vordersten Gruppe die Abfahrtsspur, die vorher schon besprochen wurde. Sie ist dem Können der Schwächeren anzupassen und von allen strikte einzuhalten. Streng muss darauf gehalten werden, dass die Gruppen in der Abfahrt beisammen bleiben, dass nicht durcheinander gefahren wird, um Zusammenstösse zu vermeiden. Von Zeit zu Zeit wird an vorher bestimmten Punkten angehalten, die so gewählt werden, dass die Folgenden ungehindert aufschliessen können. Es besteht dann auch die Möglichkeit, sich zu vergewissern, dass alle da sind.

Muss man im Nebel oder Schneetreiben abfahren, haben die Fahrer eng beisammen zu bleiben. In Frage kommt dann nur die Verwendung der Stemmtechnik. Für solche Fälle leisten eine Routenskizze mit den nötigen Angaben und die Verwendung von Kompass und Höhenmesser gute Dienste. Nie darf die Rufverbindung verlorengehen.

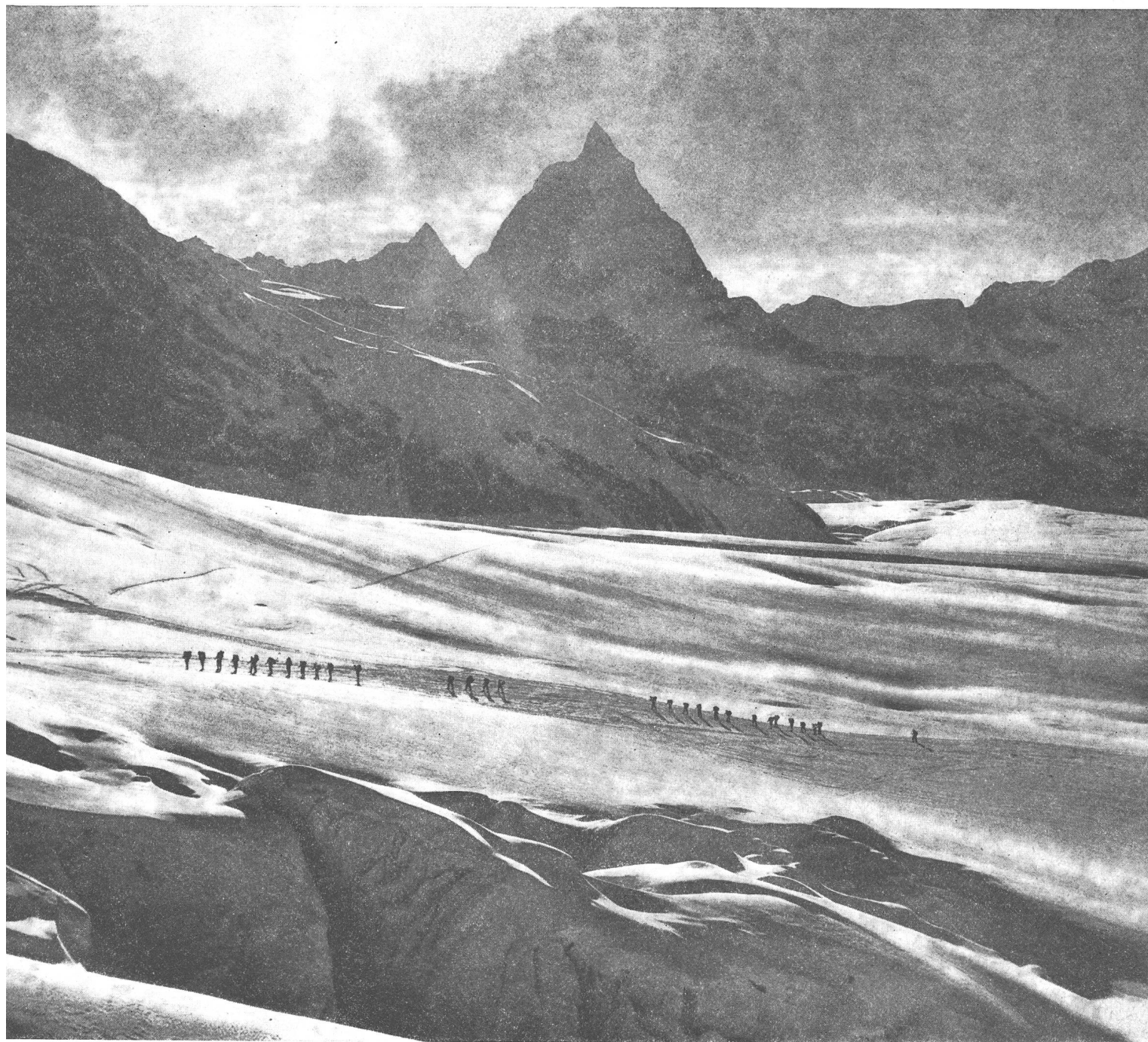


Foto: H. Lörtscher, ETS