

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 20 (1963)

**Heft:** 2

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 10.01.2026

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

# Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen (Schweiz)

FEBRUAR 1963 20. JAHRGANG NR. 2

## INHALTSVERZEICHNIS

Seite

Der Sport bildet den Charakter . . . . . 21  
Prof. Dr. Carl Diem †

Stens Sport-Palette . . . . . 22

---

### Technische Seiten

Kraftschule an Geräten . . . . . 23  
Armin Scheurer

---

Physiologische Grundlagen des Muskeltrainings 33  
Dr. Helmut Roskamm

Studienlehrgang 1963 / 65 an der ETS . . . . . 34  
Wahlfachkurse 1963 . . . . . 34

Echo von Magglingen . . . . . 35  
«Modernes Konditionstraining». Ein Lehrfilm . . 35

### Bibliographie

Wir haben für Sie gelesen . . . . . 36  
Neuerwerbungen unserer Bibliothek . . . . . 36

### Turnerisch-sportlicher Vorunterricht

Orientierungslauf als Wahlfachprüfung . . . . . 38  
Jean-Paul Michod

### Unsere Monatslektion

Reck / Medizinball . . . . . 40  
Gerhard Witschi

Administration: Eidg. Drucksachen- und Materialzentrale

Bern 3, Postcheck III 520

Zuschriften sind zu richten an:

Eidg. Turn- und Sportschule Magglingen/Biel

Redaktion: Marcel Meier

Erscheint monatlich

Abonnementspreis: Fr. 5.— pro Jahr

Einzelnummer: 1—9 Ex.: Fr. 1.—; 10—19 Ex.: 70 Rp.;

20 und mehr Ex.: 50 Rp. pro Ex.