

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

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

**Band:** 22 (1965)

**Heft:** 6

**Artikel:** Die jungen Delphine

**Autor:** Mattmüller, Ruth

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-990595>

### **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:** 14.02.2026

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

# Die jungen Delphine

von Ruth Mattmüller, Woodland Hills, Californien

## Gründe der amerikanischen Schwimmerfolge

In den letzten Jahren, hauptsächlich nach den Olympischen Spielen in Rom, wurde viel über die nord-amerikanischen Schwimmerfolge diskutiert. Nach den Resultaten von Tokio, die erneut die überragende Vorherrschaft der amerikanischen Schwimmer bewiesen, ist es sicher interessant, die Hintergründe dieser erstaunlichen Erfolge etwas näher zu beleuchten. Fragte man einen Trainer oder Wettkämpfer, gab er offen



und ehrlich die überzeugende Antwort: «Wir verdanken unsere Erfolge dem Schwimmtraining in den Altersgruppen.» In ganz Amerika haben diese Vereinigungen in Jugend-Schwimmriegen, die dem Alter entsprechend eingeteilt sind und «Age Group Programm» genannt werden, grossen Anklang und Verbreitung gefunden.

## Grosse Zahl von Schwimmbädern

Durch den gewaltigen Geburtenzuwachs nach dem Zweiten Weltkrieg bedingt, wurde auf dem ganzen amerikanischen Kontinent dem Bau von Spiel- und Sportanlagen die grösste Aufmerksamkeit geschenkt. In den öffentlichen Parks entstanden immer mehr Freiluftbäder. Die Organisation der Christlichen Vereine Junger Männer (YMCA) und der Mädchen (YWCA), waren hierbei bahnbrechend, da sie in vielen grösseren Städten ihre eigenen Hallenschwimmbäder bauten und ein gut organisiertes Schwimmprogramm durchführten. Bei Neubauten von High Schools und Colleges fehlte das Schwimmbad äusserst selten. Der Erfolg zeigte sich im Laufe der Jahre im hohen Schwimmniveau der Schüler und Studenten.

## Die Hauptinitianten des Jugendschwimmens

Carl Bauer wird zum grössten Teil als eigentlicher Gründer der Jugendschwimmriegen in ganz Amerika betrachtet. Er wurde in Deutschland geboren und kam als junger Emigrant im Jahre 1914 nach Nordamerika. Als guter Schwimmer betätigte er sich mit Erfolg an verschiedenen Schwimmwettkämpfen und wurde später in St. Louis Trainer für den Missouri-Athletik-Club. Er förderte den Wasserballsport, trainierte die Studententeams der Universität und gründete alsdann in St. Louis auf kleiner Basis eine Schwimmriege für Jugendliche. Seine Initiative war ein Ansporn für viele Trainer, vermehrt das Jugendtraining im ganzen Lande an die Hand zu nehmen. Man nennt ihn daher den Vater der jungen Schwimmer.

Wo man sich hinwandte, schossen Jugendklubs aus dem Wasser. Die Amerikanische Amateur-Athletik-Union wählte Frau Beth Kaufmann in ihren Vorstand und übergab ihr die Verantwortung, in Kalifornien die Abteilung der Jugendriegen zu betreuen und zu fördern. Mit viel Enthusiasmus und unermüdlichem Eifer war sie dank ihrer Erfahrung in Vereinsangelegenheiten vom Amerikanischen Roten Kreuz her bestens dazu geeignet, die grossen Anfangsschwierigkeiten und sogenannten Kinderkrankheiten dieses neuartigen Jugendtrainings zu überwinden. Sie wird daher mit Recht die Mutter der jungen Schwimmer genannt.

## Einteilung in Altersklassen

Um die Kinder vor Überanstrengungen zu schützen und faire Trainings- und Wettkampfregeln zu gewährleisten, grupperte man sie dem Alter entsprechend in die Jahrgänge 5 und 6, 7 und 8, 9 und 10, 11 und 12, 13 und 14 und 15 bis 17. Verschiedene lokale Klubs schlossen sich zu unabhängigen Schwimmliigen zusammen und organisieren untereinander Wettkämpfe nach ihren eigenen Bestimmungen.

## Was wird bezweckt?

Viele werden sich fragen, welchen Nutzen die Kinder aus diesem Training ziehen. Mangelnde körperliche Bewegung und ständige einseitige Beanspruchung des Organismus führen bekanntlich in vielen Fällen zu Haltungsfehlern. Das Jugendprogramm ist in erster Linie eine gesunde Körperschulung, bei dem jedes Kind mitmachen kann. Die verschiedenen Schwimmstile werden systematisch erlernt und ermöglichen jedem Kinde — sofern es will — sich zu einem guten Schwimmer und Wettkämpfer zu entwickeln. Es besteht wahrscheinlich kein anderer Sport, bei dem alle Kinder so gleichgestellt sind wie im Schwimmen. Die Schulung und später der Wettkampf lehrt sie Selbstbeherrschung, freiwilliges Einfügen und Unterordnen, dämpft den Egoismus, Gründlichkeit geht der Oberflächlichkeit vor. An Stelle des eigenen Ichs tritt der Gemeinschaftssinn. Die Jungen trainieren nicht nur, um wettkämpfen zu dürfen, sondern machen mit, um trainieren zu können. Ausdauer in der Vervollkommnung des Stiles ist bei dem richtig abgestuften Arbeitsplan in erster Linie massgebend.

Für Asthmatiker oder körperlich Behinderte zufolge Kinderlähmung usw. gibt es keine bessere Therapie als Schwimmen. Es ist die Aufgabe des Trainers, in Zusammenarbeit mit den Eltern das Arbeitsprogramm so zu gestalten, dass das Kind die Leistungen seinem Können entsprechend verbessert und die Freude am Schwimmen bewahrt. Die Wettkampfstrecken werden



speziell für die jüngeren Kinder unter 10 Jahren auf kurz gehalten. Längere Strecken (200 und 400 m) werden nach dem Aufsteigen in die höheren Kategorien zugelassen. Hier richtig zu dosieren, erfordert von Trainer und Eltern viel Geschick und Takt, damit das Kind später nach mehr strebt. Für viele Buben in der Pubertätszeit hat das Schwimmtraining den günstigen Einfluss, dass es nicht nur ihre Freizeit vernünftig ausfüllt, sondern sie auch von der Jugendkriminalität bewahrt. War das Wettkampfschwimmen früher eher den finanziell besser gestellten Kindern in den privaten Klubs zugänglich, so brachten die Jugendriegen das Schwimmen (nicht mit Baden zu vergleichen) unter die grossen Massen und gewinnen laufend an Popularität.

### Eltern wirken mit

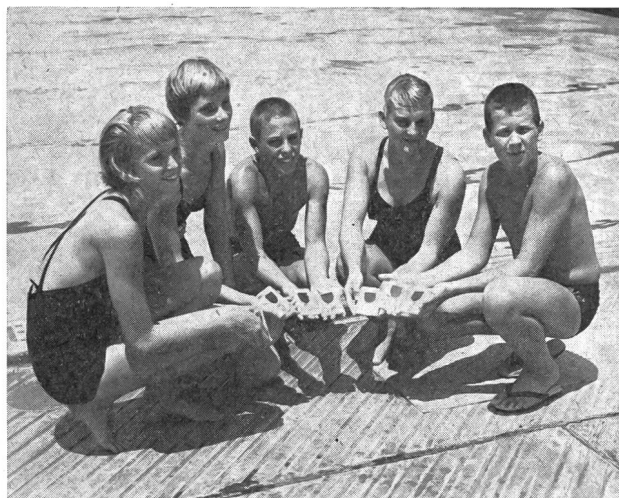
Ohne die Mitwirkung der Eltern könnte sich jedoch diese flotte Tätigkeit nicht so ohne weiteres entwickelt haben. In der Regel wird dreimal pro Woche geschwommen. Die Eltern sind verpflichtet, die Kinder zur Zeit zum Schwimmbad zu bringen, da das zuverlässige Transportmittel in Amerika immer mehr das eigene Auto ist. Tram oder Busverbindungen sind den Distanzen wegen unzulänglich und beanspruchen zu viel Zeit. Die Zusammenarbeit der Eltern mit dem Leiter ist nicht nur eine Sache der finanziellen Unterstützung. Der Stunden- und Arbeitsplan der Kinder und deren Fähigkeiten zur Wettkampfbeteiligung werden ebenfalls gemeinsam besprochen. Bei Wettkämpfen sind die Trainer auf die Mitwirkung der Eltern angewiesen. Sie amten als Ansager, Starter, Wenderichter, Zeitnehmer und bewältigen auch die Vervielfältigungen der Startlisten, Schlussresultate und deren Publikationen. Sie sind es auch, die gemeinsam für zusätzliche Nebenausgaben wie Preise für Wettkämpfer usw. aufkommen. Der Coach kann sich daher intensiv dem eigentlichen Training widmen.

Viele Aussenstehende fragen sich, ob all diese Bemühungen gerechtfertigt seien. Wenn die Kinder sich nun einmal zum Wettkampfschwimmen entschlossen haben, ist es die Verantwortung der Eltern, sie dauernd dazu anzuhalten und sie darin zu fördern. Die Erfahrung zeigt, dass neun von zehn Kindern sich mehr anstrengen, wenn sie von den Eltern ermuntert und gepriesen werden, sei es nun beim Erlernen eines Musikinstrumentes oder beim Schwimmen. Das talentierte sowie das Durchschnittskind muss fortwährend durch die Eltern ermutigt und zu besseren Leistungen angehalten werden. Später sind die Kinder den Eltern dankbar, dass sie im kritischen Augenblick nicht nachgaben. Ermunterung, vor dem Wettkampf sein Bestes herzugeben und nach dem Rennen ihm zu versichern, dass sie sich über die Leistung freuen, weil es sich nach besten Kräften angestrengt habe, ist die beste Medizin für die jugendlichen Schwimmer. Es können ja nicht alle Sieger werden. Die Kinder wiederum sind stolz auf ihre Eltern, wenn sie sich als Starter oder Ansager an den Wettkämpfen beteiligen. Man darf hier ruhig sagen: «Die ganze Familie treibt im fröhlichen Schwimmtrubel.»

### Die Stellung der Coaches

Die Jugendriegen verdanken ihren Aufstieg und Erfolg grösstenteils den sich aufopfernden Leitern, die sich fortwährend durch Kurse bemühen, ihre eigenen Fähigkeiten zu verbessern, um neue Trainingsmethoden zu studieren und auszuprobieren. Viele Universitätstrainer betreuen nebenamtlich und zum Teil auch ehrenamtlich einen Jugendklub. Jeder Coach betreibt mit seinen Zöglingen Zweckgymnastik. Ein Trainer, dessen Klub nur beschränkte Übungsstunden im Bad hat, macht zum Beispiel mit seinen Schwimmern im Sommer am Morgen Laufschiene, um sie in der Ausdauer zu stärken. Geräte für isometrische Übungen

werden rege benützt, speziell, um die Arm- und Rückenmuskulatur zu stärken. Von einer speziellen Diät wird aber allgemein abgesehen. (Olympiakandidaten mögen eine Ausnahme sein.) Sehr wichtig sind: nahrhafte Kost, genügend Schlaf und ein harmonisches Familienleben, um gute Leistungen zu erzielen.



Selbstverständlich wird es, wie in allen Sportarten, Naturtalente geben. Besonders beim Schwimmen kann natürliches Talent mit guter Schulung sich durchsetzen. Nur im Wettkampftraining verbessert das Kind seine Leistungen und im Schwimmteam kann es sich prüfen, zu was es wirklich leistungsfähig ist. Nach jedem Training und speziell nach dem Wettkampf ist sich der Schwimmer seiner Schwäche oder Stärke bewusst. Die Stoppuhr zeigt es ihm unmissverständlich an. Nur der Läufer auf der Aschenbahn ist ihm hier ebenbürtig. Der grösste Vorteil des Wettkampfschwimmens besteht sicher darin, dass professionell praktisch keine Möglichkeiten winken. Hier kommt der wahre Amateurstatus zur vollen Geltung. Der sportliche Wettkampf der Jugend hat nur dann seine Berechtigung, wenn er gesünder, lebensfroher und leistungsfähiger macht. Freuen wir uns am Gesamtbild an jugendlicher Kraft, Gewandtheit, Mut und Schönheit!

Kanada, Australien und Nordamerika sind im Fördern dieser Jugendschwimmklubs an erster Stelle. Japan ist entschlossen, mit seinem Nachwuchs den Zwischenstand aufzuholen. Südafrika wird in Zukunft auch von sich reden machen. Auch in Europa zeigt sich ein starkes Interesse, das bestehende Training intensiver zu gestalten. An den nächsten Olympischen Spielen werden die Medaillen ohne Zweifel unter mehr Nationen verteilt werden. (Fortsetzung folgt)

In der einen Hälfte unseres Lebens  
opfern wir die Gesundheit  
um Geld zu erwerben.  
In der anderen opfern wir Geld  
um die Gesundheit wieder zu erlangen.  
Und während dieser Zeit  
gehen Gesundheit und Leben von dannen.

Voltaire