

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

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

**Band:** 26 (1969)

**Heft:** 9

  

**Artikel:** Treiben sie Sport zu ihrem Vergnügen : eine durchaus mögliche Geschichte

**Autor:** Rein, Heinz

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-994169>

### **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:** 01.05.2026

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

# Treiben Sie Sport zu Ihrem Vergnügen

Eine durchaus mögliche Geschichte

von Heinz Rein

Zu Dr. Neuhaus, einem praktischen Arzt, kam eines Tages ein junger Mann, Hans-Ulrich Waldenburger, 24, stud. ing. Auf die Frage, was ihm fehle, zog der junge Mann seine Jacke aus, entfernte eine Bandage von seinem rechten Arm und hielt ihn dem Arzt hin.

«Es scheint eine Armgelenkentzündung zu sein», sagte der Arzt nach einem ersten Blick.

«Es ist eine Armgelenkentzündung», sagte der junge Mann.

Der Arzt hob die Augenbrauen. «Und seit wann haben Sie das?» erkundigte er sich.

«Seit über drei Jahren», antwortete der junge Mann.

«Es wurde immer wieder geheilt, trat jedoch stets wieder auf, weil...» Er zögerte und sah recht hilflos aus.

«Weil was?» fragte der Arzt. «Weil Sie die Therapie, die Ihnen verordnet wurde, nicht befolgt haben?»

Der junge Mann schüttelte den Kopf. «Im Gegenteil», erwiderte er. «Ich habe die Anweisungen der Ärzte genauestens befolgt, aber...» Er zögerte wiederum.

«Aber die Ursachen wurden nicht beseitigt.»

Der Arzt blickte den jungen Mann erstaunt an. «Mir scheint, Sie kennen die Ursachen, beschwören diese jedoch immer wieder herauf...»

«Das ist genau richtig, Herr Doktor», sagte der junge Mann. «In einem Punkt liegen Sie allerdings falsch. Es klingt sicher paradox, ist aber so. Mein Leiden, diese Armgelenkentzündung, wurde geheilt, stets nur für kurze Zeit übrigens, damit es erneut verursacht werden konnte.»

Der Arzt wurde ungeduldig. «Hören Sie, junger Mann, ich habe sehr viel zu tun, draussen warten noch einige Patienten, also darf ich Sie wohl ersuchen, sich deutlich auszudrücken.»

Der junge Mann hob eine Hand zu einer Geste der Entschuldigung. «Ich nahm an, dass Sie mich kennen...»

Der Arzt warf einen Blick auf die Karteikarte, die von der Sprechstundenhilfe ausgefüllt worden war. «Tut mir leid. Wie ich sehe, waren Sie bei mir noch nicht in Behandlung.»

Der junge Mann schüttelte verwundert den Kopf. «Sie interessieren sich wohl nicht für Sport, Herr Doktor, sonst wüssten Sie, dass ich, Hans-Ulrich Waldenburger, Zehnkampfmeister und -rekordmann bin.» Er tippte auf seinen rechten Arm. «Das ist nämlich eine typische Speerwurfverletzung, sie entsteht, wenn ich den Wurfarm kräftig durchziehe...»

«Hören Sie, Herr Waldenburger», fiel der Arzt ihm ärgerlich ins Wort, «Sie sollten einen Orthopäden oder einen Sportarzt konsultieren.»

Der junge Mann lachte kurz auf. «Wem sagen Sie das, Herr Doktor! Ich bin stets von den besten Sportärzten behandelt worden, sie haben mich immer wieder hingekriegt...»

«...Ihnen aber nicht verboten, Speer zu werfen», sagte der Arzt rasch und lehnte sich zurück. «Was wollen Sie eigentlich von mir? Weshalb haben Sie gerade mich, einen einfachen praktischen Arzt, aufgesucht?»

Der junge Mann seufzte tief. «Erstens ist es nicht die Aufgabe von Sportärzten, etwas zu verbieten, sondern die Ausübung des Sports zu ermöglichen, und zweitens...» — er sah recht hilflos aus, als er weiter sprach — «...ich leide unter Nervenstörungen, Sie ahnen ja nicht, Herr Doktor, was einem ein Zehnkampf an Nerven abfordert. Werde ich es schaffen, diese Frage quält mich wochen-, ja monatelang vor jedem Wettkampf und natürlich erst recht, wenn es soweit ist, jeder gelungene Sprung oder Wurf der Konkurrenten, jede Zehntelsekunde, die sie besser

sind als ich, zerrt an meinen Nerven, reisst an ihnen, ich bekomme Magenbeschwerden, mir wird übel... Sie können sich das nicht vorstellen. Sie haben wohl nie Sport getrieben...»

«Oh doch», entgegnete der Arzt. «Ich habe Tennis gespielt, gerudert, geschwommen...»

«Aber Sie waren kein Leistungssportler. Oder?» warf der junge Mann ein.

«Allerdings nicht», gab der Arzt zu. «Ich habe Sport stets nur zu meinem Vergnügen ausgeübt.»

«Das habe ich mir gedacht», sagte der junge Mann mit Überlegenheit. «Sport und Leistungssport, das sind zwei völlig verschiedene Dinge!»

«Ich nehme es zur Kenntnis», sagte der Arzt mit verhaltenem Lächeln. «Aber um nun endlich auf den Punkt zu kommen, Herr Waldenburger. Weshalb konsultieren Sie gerade mich, einen einfachen praktischen Arzt statt Ihrer Sportärzte?»

«Das will ich Ihnen sagen», erwiderte der junge Mann lebhaft und blickte den Arzt vertrauensvoll an. «Die Sportärzte, die ja mit den Funktionären und den Trainern zusammenarbeiten, die würden mich wieder fit machen, obwohl sie wissen, dass bei meinem nächsten Speerwurf, den ich kräftig durchziehe, die alte Verletzung...» Er hob die Schultern. «Der Speerwurf ist nämlich, müssen Sie wissen, die Übung, bei der ich die meisten Punkte mache, meist über tausend...» Er hielt inne wie jemand, der merkt, dass er am Thema vorbeiredet. «Also kurz und gut, Herr Doktor, ich bin zu Ihnen gekommen, um zu hören, was ein einfacher praktischer Arzt, die Formulierung stammt von Ihnen, was Sie also mir raten zu tun?»

Der Arzt lächelte. «Ganz einfach, Herr Waldenburger, ich rate Ihnen, im Interesse Ihrer Gesundheit, aufzuhören.»

Der junge Mann blickte den Arzt bestürzt an. «Aufzuhören mit dem Sport?»

«Mit dem Leistungssport, meine ich», verbesserte sich der Arzt. «Springen und laufen Sie und werfen Sie, nicht den Speer, aber alles nur sozusagen zu Ihrem Vergnügen, Sie werden sehen, in wie kurzer Zeit Ihre Nerven sich erholen... Weshalb schütteln Sie den Kopf?»

«Das kriege ich nicht fertig, Herr Doktor», erwiderte der junge Mann, «gewissermassen nur so vor mich hinzulaufen oder hinzuspringen und dabei mitanzusehen, wie die anderen... Ich glaube, da nicht mitmachen zu dürfen oder zu sollen, das würde mich noch viel mehr Nerven kosten...»

«Daran ist etwas», gab der Arzt zu, «und deshalb rate ich Ihnen, einen ganz anderen Sport zu treiben. Wie wäre es mit Federball? Haben Sie eine Freundin?»

Der junge Mann nickte. «Habe ich.»

«Spielen Sie mit ihr Federball», fuhr der Arzt fort, «auf irgendeiner Wiese oder im Garten, da sind Sie in der frischen Luft, haben ausreichend Bewegung...»

«Das werde ich tun!» rief der junge Mann freudig aus.

«Ich stelle mir das schon lebhaft vor, wie das sein wird, ohne Wettkampfatmosphäre, und ausserdem vernachlässige ich Uschi, meine Freundin heisst Ursula, nicht mehr. Ich danke Ihnen, Herr Doktor, ich danke Ihnen herzlich!» Der junge Mann erhob sich und ging. Der Arzt blickte ihm skeptisch nach und nahm sich vor, den jungen Mann im Auge zu behalten, er las, was er sonst selten tat, die Sportseiten seiner Zeitung recht genau, aber er entdeckte den Namen Hans-Ulrich Waldenburger nicht. Hätte ich nicht für möglich gehalten, dachte er befriedigt, dass er tatsächlich aufhört. Wahrscheinlich ist er auf den Geschmack ge-

kommen, wie herrlich es ist, sich sportlich zu betätigen, ohne Rücksicht auf die Leistung und ohne Beachtung der komplizierten Regeln, ohne von Konkurrenten gefordert und von den Trainern und Funktionären dirigiert zu werden.

Dr. Neuhaus irrte. Eines Tages begegnete er zufällig dem jungen Manne und fand, dass dieser müde und deprimiert aussah. «Geht es Ihnen nicht gut, Herr Waldenburger?» fragte er.

«Gar nicht, Herr Doktor», antwortete der junge Mann. «Mein rechtes Armgelenk ist wieder einmal hin, und das ausgerechnet vor den Europameisterschaften!»

«Europameisterschaften?» fragte der Arzt erstaunt. «Was für Europameisterschaften? Die waren doch gerade erst...»

«Im Badminton, Herr Doktor», antwortete der junge Mann. «Lesen Sie denn keine Zeitungen, ich meine den Sportteil?»

«Doch», erwiderte der Arzt, «aber ich habe Ihren Namen vergeblich gesucht und mich darüber gefreut, dass Sie so vernünftig sind...»

Der junge Mann lächelte ein wenig verlegen. «Diese Art von Vernunft liegt mir leider nicht, Herr Doktor,

ich habe das ziemlich bald eingesehen. Zuerst war es ja ganz hübsch, mit Uschi Feld-, Wald-, Wiesenfederfall zu spielen, dann aber habe ich, wie man so sagt, Blut geleckt, und da...»

«Weiss genau, was jetzt kommt», sagte der Arzt seufzend und hob resigniert die Schultern. «Und dann haben Sie sich so richtig hineingekniet, mit aller Kraft und ohne Rücksicht auf Verluste...»

«Genau», bestätigte der junge Mann nicht ohne Stolz. «Ich habe es ziemlich schnell zu etwas gebracht, bin jetzt schon Nummer drei der Nationalmannschaft, wurde für die Europameisterschaft in Utrecht nominiert, aber...» Er hob seinen Arm, sein Gesicht verdüsterte sich. «Die alte Verletzung. Ist das nicht ein Jammer?»

Der Arzt schnaubte sehr vernehmlich. «Jeder hat das Recht, Schindluder mit sich zu treiben», sagte er barsch, drehte sich um und ging davon.

Der junge Mann blickte ihm verwirrt nach. «Diese Ärzte haben kein Verständnis für unsereinen», murmelte er, «und inkonsequent sind sie auch. Erst empfehlen sie einem Federball zu spielen, und wenn man es mit Perfektion tut, sind sie böse...»

## Junge Schreiben

In der Spalte «Junge schreiben» äussert sich der 17-jährige M. H. in den «Ringiers Unterhaltungsblättern» zum Thema

### Sport während der Geschäftszeit

Sport ist für viele eine interessante Freizeitbeschäftigung (indem sie auf dem Fussballplatz oder anderswo ihre Lieblingsmannschaft anfeuern); das aber erfüllt den Zweck des Sportes nicht ganz, ja überhaupt nicht. Sport soll einen Ausgleich schaffen, für die Bürolisten zum Beispiel einen Ausgleich zur täglichen Arbeit im Büro.

Eben dieser Ausgleich fehlt vielen Jugendlichen. Sie sitzen den ganzen Tag im Büro, oft dazu in ungesunder Stellung, was vielleicht auch unbequemen Bürostühlen zu verdanken ist.

Um Haltungsschäden vorzubeugen, ist immer noch die Bewegung das beste Mittel, mit anderen Worten das Turnen. Dazu dienen die Turnvereine. Doch dies genügt sicher noch nicht. Einmal in der Woche mag das gehen, dass man einen Turnverein besucht und sich einige Stunden intensiv bewegt. Aber diese zwei Stunden sind noch nicht genug; aus zeitlichen Gründen ist es vielen Lehrlingen nicht möglich, mehrere Male in der Woche Sport zu treiben, da die Berufsschulen am Abend bis etwa 19 Uhr unterrichten, und man auch noch irgendwann die Aufgaben erledigen muss. Darum ist es auch begreiflich, dass man die Freizeit, die da noch übrigbleibt, nicht ganz dem Sport widmen will.

So ist es mehr und mehr nötig, dass den Lehrlingen die Gelegenheit geboten wird, in der Woche einen Nachmittag, oder, wenn das nicht möglich ist, ein bis zwei Stunden während der Bürozeit zu turnen, um sich die nötige körperliche Bewegung zu verschaffen.

Mit diesem Vorschlag ist das Lehrlingsturnen gemeint. Ich bin mir im klaren, dass er bei vielen Lehrgeschäften nicht gerade Anklang finden wird, da es verschiedenen Betrieben nicht möglich ist, ihre «Stifte» für ein oder zwei Stunden zu entbehren. Darum wird dieses Lehrlingsturnen, vor allem in kleinen Betrieben, in der nächsten Zeit sicher nicht zur Sprache kommen, wenn es überhaupt einmal als Notwendigkeit betrachtet wird.

Was den meisten Lehrlingen fehlt (sicher nicht nur den Lehrlingen), ist, wie schon angedeutet, die Bewegung. Sie klagen immer häufiger über Rückenschmerzen. Viele sehen es leider erst dann ein, dass es bitter nötig ist zu turnen, wenn sie nach einem langen Arbeitstag am Bürotisch Rückenschmerzen verspüren. Sie treten dann einem Turnverein bei oder sonst einer Sportgruppe. Leider muss auch gesagt werden, dass es solche gibt, die körperliche Anstrengung wenn möglich meiden und denen die Einführung eines Lehrlingsturnens höchst unangelegen käme, da auch sie mitmachen müssten.

Wird die Notwendigkeit dieses Turnens einmal erkannt oder, besser gesagt, eingesehen, wird es bei den Lehrlingen sicher nicht an Einsatz fehlen.

Eine kleine Umfrage bestätigt meine Annahme: Diejenigen Lehrlinge, deren Lehrgeschäfte das Turnen vor einiger Zeit einführten, haben sich positiv geäussert, ja man kann sagen, dass dieser «Bürosport» sogar beliebt ist. (Natürlich gibt es auch hier wieder Ausnahmen.)

Ich glaube, meine Einstellung ist die vieler Lehrlinge; und so würde es mich freuen, wenn vielleicht nur einige Lehrgeschäfte meinen Vorschlag etwas genauer betrachten würden und sich sogar einverstanden erklärten, darüber zu diskutieren, was für die Einführung eines Lehrlingsturnens wieder einen kleinen Schritt vorwärts bedeutete.