

<b>Zeitschrift:</b>	Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Herausgeber:</b>	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Band:</b>	26 (1969)
<b>Heft:</b>	10
<b>Rubrik:</b>	Randy Matson (USA) beim Kugelstossen

#### 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](#)

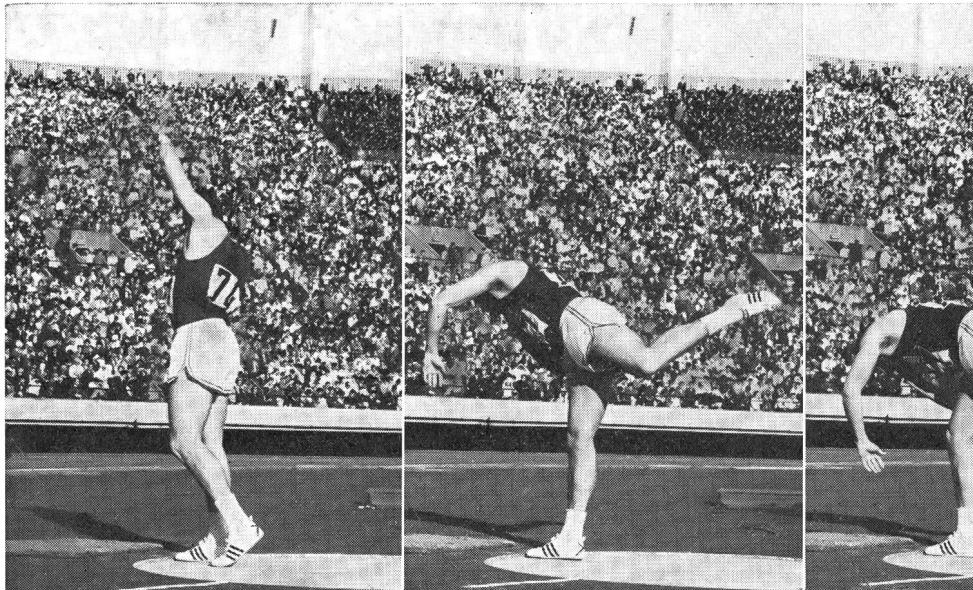
#### Terms of use

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:** 19.02.2026

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

## Randy Matson (USA) beim Kugelstossen



1

2

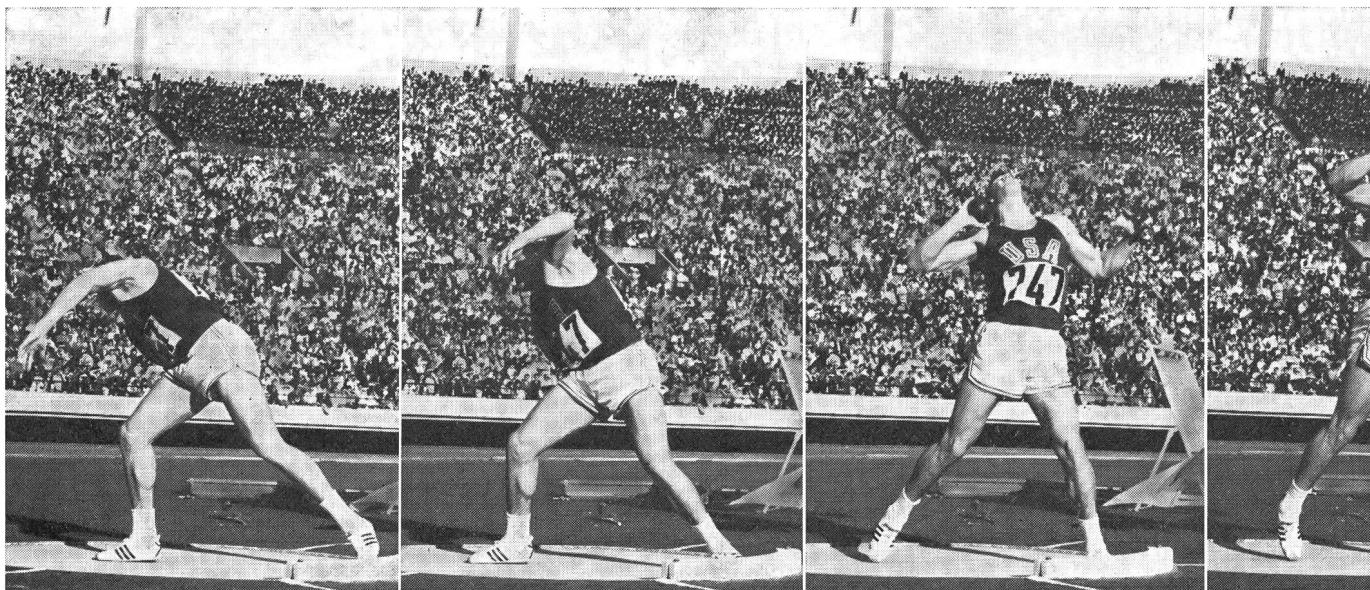
3

7

8

9

10



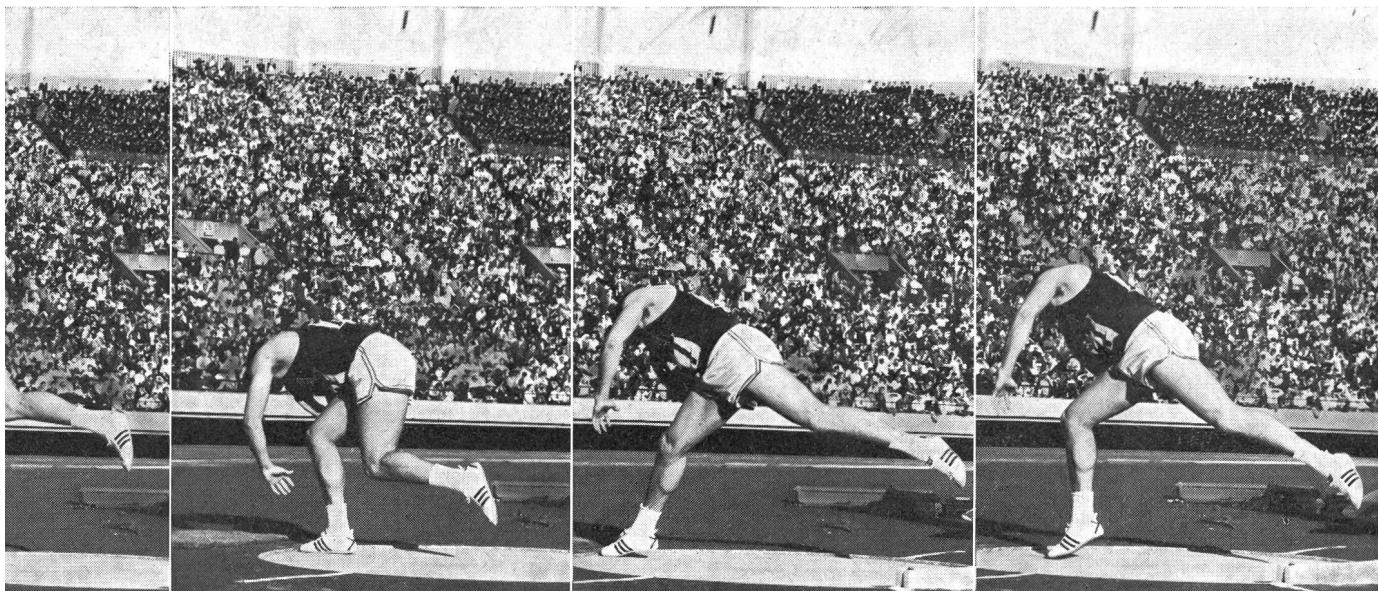
Fast die ganze Weltelite ist in der Anwendung der Technik einheitlich: Die O'Brien-Ausgangsstellung hat sich voll durchgesetzt. Auch James Randell Matson, geboren am 5. März 1945, macht hier keine Ausnahme. Es mag interessieren, dass der USA-Boy bei einer Körpergrösse von zwei Metern 118 Kilogramm wiegt. Seine Bestleistung liegt bei 21,78 m. Seine typischen Übungen im Training umfassen Bankdrücken (er soll 227 kg schaffen), Kniebeugen und alle möglichen Zugübungen bei maximalen Belastungen. Die hier aufgezeigte Bildreihe zeigt den Kugelstossgiganten bei einem

Stoss von 19,19 m. Man beachte das fast millimeterflache Gleiten des Fusses über den Boden in den Bildern 4—6. Kopf-, Rumpf- und Armstellung bleiben bis zum Bodenfassen in der Kreismitte völlig unverändert. Schulter- und Beckenachse sind nur bis zum Aufsetzen des Gleitbeins parallel (Bilder 4, 5, 6). Sobald der Fuss des Schwungbeins aufsetzt, wird die Beckenachse in Richtung des Stosses gedreht, sodass eine günstige Verwringung im Rumpf entsteht (Bild 8). Die «Öffnung» der Brust setzt spät ein. Der aktive Einsatz des linken Armes erfolgt nur solange, bis

die Brustachse quer zur Wurfrichtung liegt. Dann wird die linke Körperseite fixiert, damit der Stoss der rechten Seite links einen festen Halt hat. Man beachte die grossartige Streckung in Bild 11. Ob Randy Matson bei diesem Stoss nicht ein wenig zu bescheiden unter die Kugel gekommen ist? Die Betrachtung des Beinwinkels rechts in den Bildern 7 und 8 könnte es einem fast glaubhaft machen.

Bildreihe: Elfriede Nett

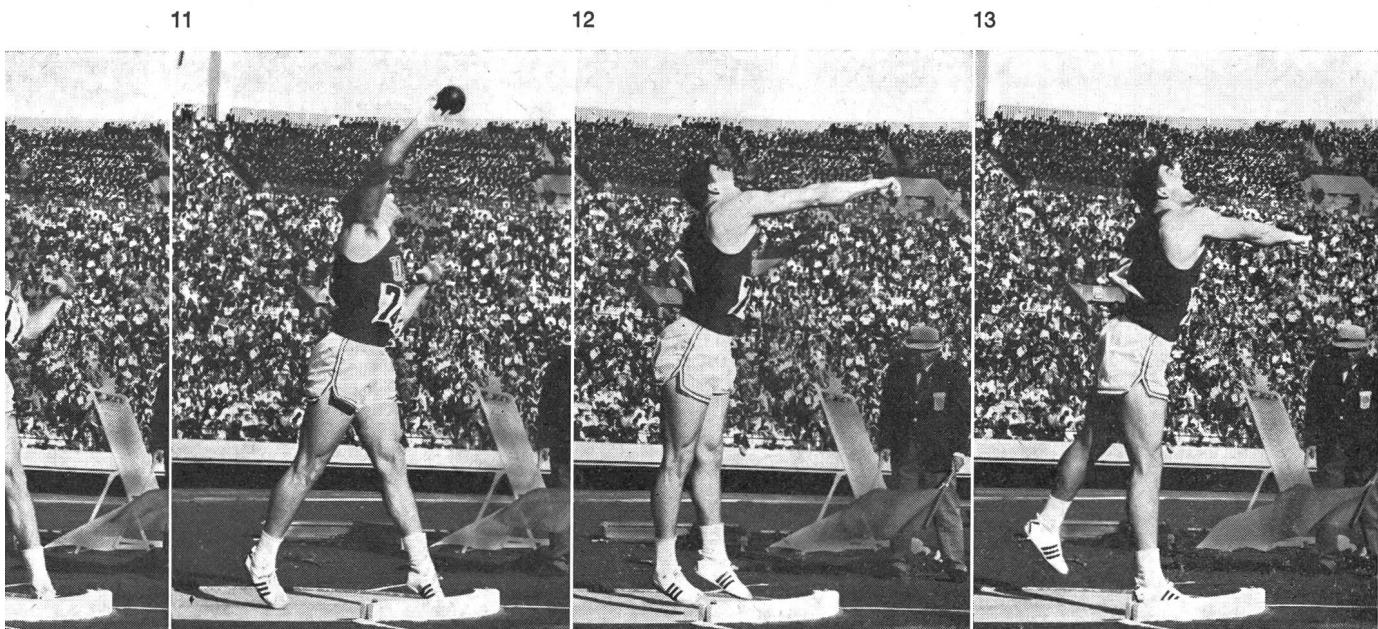
Text: Arnold Gautschi, Luzern



4

5

6



11

12

13