

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen  
**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen  
**Band:** 26 (1969)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Kraftraum oder Folterkammer?  
**Autor:** Brunner, Hans  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-994186>

### **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>**

# Kraftraum oder Folterkammer?

Hans Brunner

Es ist erstaunlich, wie zahlreiche die geläufigen Begriffe sind, die sich aus Wortbildungen, Schlagworten oder gar Vergleichen entwickelt haben. Bisweilen sind sie treffend wie nadelspitze Pfeile, häufiger mittelmässig und oft hauen sie weit daneben.

Ein Beispiel der letztgenannten Kategorie bildet die allgegenwärtige «Folterkammer», der Raum, in dem Hanteln, andere Gewichte, Zug- und sonstige Apparate darauf warten, gestemmt, gerissen, gestossen, gezogen oder gedrückt zu werden. Zwecks Erzielung von Kraftzuwachs natürlich.

Liegt ein Athlet auf der Bank und arbeitet stöhnend und schwitzend mit Gewichten, kann die Phantasie eines entsprechend Begabten auf eine mittelalterliche Streckbank und einen Gefolterten überspringen. Mit grösster Wahrscheinlichkeit ist die «Folterkammer» das Produkt einer solchen Gedankenassoziation. Dass diese Phantasiegeburt in den Rang eines geläufigen Begriffes aufsteigen konnte, ist ein Zeichen dafür, dass drastische Ausdrücke einschlagen, genau wie auch Wortbildungen mit sensationell gefärbten Nachklängen.

Die häufige Verwendung dieses Begriffes ändert nichts daran, dass er sich im Vokabularium des Sportes schlecht ausnimmt. Wer sich je in Folterkammern umgesehen hat, wird vom kalten Grausen angefasst worden sein bei der Vorstellung dessen, was sich in solchen Verliesen abgespielt haben muss. Ein Mindestmass an Phantasie genügt, um wenigstens eine blasse Idee entstehen zu lassen von den Ängsten und den Schmerzen der Opfer sowie vom Dünkel, von der teuflischen Grausamkeit und der Niedertracht der Peiniger. Die Folterkammern in unseren Museen und Schlössern sind immerwährende Zeugen der Schande für die regierende Oberschicht unserer Vorfahren und insbesondere für die Justiz. Ist es nicht geschmacklos, sie als Synonym für ein Stück sportlichen Trainings zu verwenden? Wer den Faden bis an dessen Ende spinnt, kann diesen Ausdruck sogar als Profanierung der Heere von armen Teufeln empfinden, die auf der

Folter Höllenqualen erlitten, zu Krüppeln gestreckt oder gar zu Tode gequält worden waren. Das wäre die eine Seite, die wörtliche, wenn man so will.

Der zweite Einwand zielt ins Sachliche. Zugegebenermassen sind die Realitäten im modernen Leistungssport hart, sehr hart sogar. Seine Exponenten haben ihm Schweiss in Mengen zu opfern und ausserdem ihre ganze Lebensart seinen Forderungen unterzuordnen. Sie werden schmerzliche Niederlagen und andere Rückschläge verwinden müssen. Entscheidend aber ist, dass sie all das freiwillig tun und damit brechen können, sobald sie die Anforderungen des Sportes als zu hart empfinden. Wer die Anstrengungen des sportlichen Trainings Folterqualen gleichstellt, schießt daneben, sehr weit sogar.

Auch aus psychologischer Sicht ist der Ausdruck «Folterkammer» so verfehlt wie nur möglich. Die Zahl der jungen und älteren Schweizer, die nicht gewillt sind, unbezahlte Anstrengungen auf sich zu nehmen, die ein bequemes Leben mit viel Annehmlichkeiten und wenig Anstrengung als höchstes Ziel anvisieren, ist bereits gross genug. Auch die Kategorie der «Auch-Sportler», die überall dabei sein, sich aber nirgends richtig engagieren wollen, genügt vollauf. Ist es wirklich nötig, den vielen, die nichts sowie allen jenen, die zu wenig tun, den Kraftraum als Folterkammer vorzustellen und sie auf diese Weise darauf aufmerksam zu machen, dass sie sich zu geschundenen Kreaturen machen würden, sofern sie sich je dort versuchen würden? Besteht ferner ein vernünftiger Grund, trainierenden Leistungssportlern den Irrglauben einzuträufeln, Teile ihrer Trainingsarbeit seien mit Folterqualen vergleichbar?

Man täte gut daran, die antiquierten Folterkammern verschwinden zu lassen. Auch den Begriff, der sich in die Sphären des Sportes verirrt hat und sich dort ausnimmt wie ein verwachsener, bösartiger Zwerg inmitten ranker Gestalten.

## Fünfter Internationaler Kongress der IFPA vom 23. – 28. Juni 1969 in Bern

### Kongressresolution

Unter dem Thema — die Stadtentwicklung und das Erholungsproblem — fand vom 23. bis 28. Juni 1969 in Bern der fünfte Internationale Kongress der IFPA (International Federation of Park and Recreation Administration) statt.

Auf Grund der Erkenntnisse aus der Kongressarbeit, der Vorträge, Exkursionen und einer instruktiven Ausstellung zum Kongresssthema beschlossen die 250 Spezialisten (Parkdirektoren, Grünplaner usw.) aus 27 Nationen nachstehende Resolution:

1. Im Interesse einer harmonischen, auf den Menschen abgestimmten und dennoch wirtschaftlichen Stadtentwicklung ist die Grün- und Erholungsraumpla-

nung wesentlicher und unabdingbarer Bestandteil jeder Stadt-Region-Landesplanung.

2. Der Mangel an Erholungsmöglichkeiten bedeutet wesentliche Gefahr für die Volksgesundheit, besonders für eine harmonische Entwicklung der Jugend.

3. Der Zerstörung der Landschaft durch eine ungeordnete Stadtentwicklung muss Einhalt geboten werden. Andererseits ist der Erhaltung und Erschliessung der Landschaft im Dienste der Erholung grösste Aufmerksamkeit zu schenken.

4. Staatliche und kommunale Behörden sollen der Erforschung und Planung auf dem Gebiete der Erholungsmöglichkeiten volle Aufmerksamkeit schenken und dazu die notwendigen Mittel zur Verfügung stellen.