

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

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

**Band:** 27 (1970)

**Heft:** 2

**Rubrik:** Hitch-Kick-Technik : diesmal von vorne

### **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**

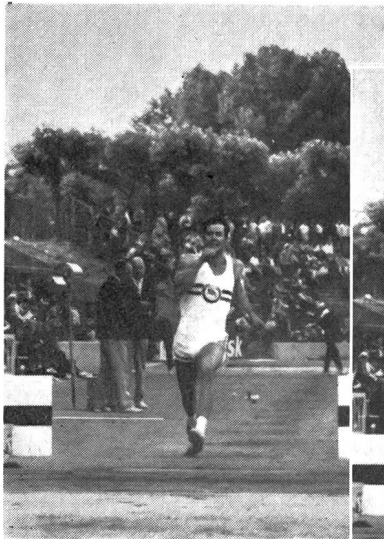
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 19.01.2026

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



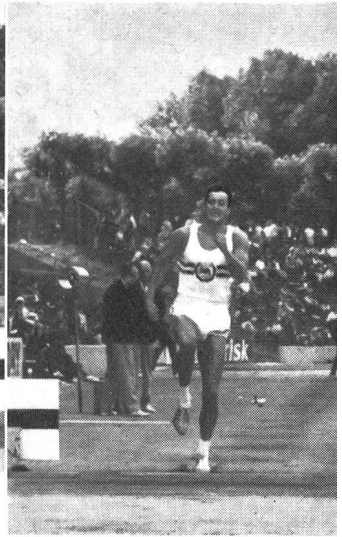
1



2



3



4

## Hitch-Kick-Technik, diesmal von vorne

Bildreihe über Lynn Davies (Grossbritannien)

Es erübrigt sich, den Olympiasieger von Tokio 1964, Lynn Davies, noch weiter vorzustellen. Er war ja auch Europameister 1966 in Budapest und gewann die Konkurrenz bei den europäischen Hallenspielen 1967 in Prag.

Seine Bestleistung liegt auf 8,18 m. Die hier aufgezeigte Bildreihe ist bei einem Sprung von 8,04 m im Jahre 1967 aufgenommen.

Ausgezeichnet ist hier das Aufsetzen am Balken zu erkennen. Der Kopf sieht gerade aus und ist nicht auf das Absprungbrett gerichtet. Die entgegengesetzt aufwärtsschwingenden Arme unterstützen diesen Absprung. Der Einsatz des fast gestreckten Schwungbeins kommt aus der Beinbeuge heraus. Man be-

achte die ausgezeichnete Streckung des Sprungbeins im Bild 5. Die Arme bewegen sich im gleichen Rhythmus gut ausgleichend mit, so dass ein gutes Gleichgewicht erhalten bleibt. Vor der eigentlichen Landung streben Arme und Beine einander zu, um die Landung möglichst lange hinauszuzögern. Die

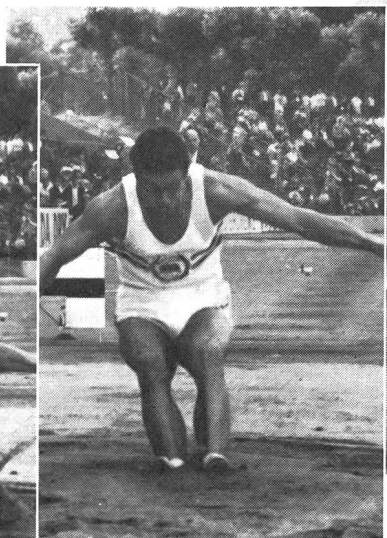
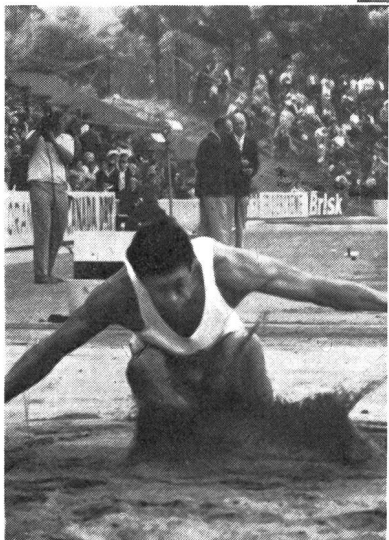
Beine streben nach oben der Rumpf als natürliche Gegenbewegung nach unten ein Bild, das dem Zusammenklappen eines Taschenmessers ähnlich ist.

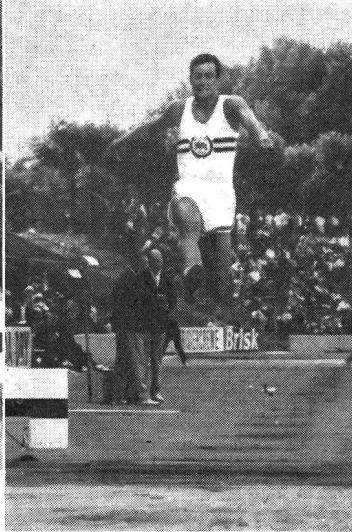
13

14

15

16





6

Bildreihe: Elfriede Nett  
Text: Arnold Gautschi

7  
10

8 ▶  
9 ▶

11

