

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen  
**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen  
**Band:** 27 (1970)  
**Heft:** 3

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 23.02.2026

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

## INHALTSVERZEICHNIS

Sport und Fanatismus . . . . .	61
Brugg hat den ersten Gemeindesportlehrer . . .	62
Marcel Meier	
Leibesübungen =	
Widerstandsbewegung gegen das Altern II . . .	63
Jürgen Palm	
Freudentänze . . . . .	65
Heinz Rein	
Gymnaestrada soll «Show» bleiben! . . . . .	66
Max Ehinger	
Internationaler Skikurs 1970	
in St. Christoph am Arlberg . . . . .	68
Hans Altorfer	

---

### Lehrbeilage

#### **Forschung — Training — Wettkampf**

Soziologie des Sports . . . . .	71
Prof. Günther Lüschen	
Kugelstösser im Labor . . . . .	73
G. Lehmann; A. Wettstein; J. Wartenweiler	
Werferideal der nahen Zukunft . . . . .	75
Heinz Vogel	
Beispiel eines Trainingsplanes für Kunstturner . .	78
H. Ettlin; J. Günthard	
Über das Muskelkrafttraining . . . . .	82

---

#### **Echo von Magglingen**

Kurse des Monats . . . . .	83
Zentralkurs für Leiter und Lehrer	
der kantonalen Leiteraus- und Fortbildung . . .	83
Dr. J. Hohli	
Mutationen im Lehrkörper der ETS . . . . .	83

#### **Bibliographie**

Wir haben für Sie gelesen . . . . .	84
Neuerwerbungen unserer Bibliothek . . . . .	85

#### **Turnerisch-sportlicher Vorunterricht**

Bald Skitouren . . . . .	87
Die Turnprüfungen bei der Aushebung	
im Jahre 1969 . . . . .	87
Kurs für Skitourenleiter in Arolla /	
Cabane des Dix 1969 . . . . .	87

#### **Unsere Monatslektion**

Fitness- und Ausdauertraining . . . . .	91
Dr. Jan Gursky	

Die Zeitschrift «Jugend und Sport» erscheint monatlich

Abonnementspreis für 1 Jahr Fr. 8.—.  
Einzelnummer: 1—9 Ex. Fr. 1.70, 10—19 Ex. Fr. 1.30,  
20 und mehr Ex. Fr. 1.—

Zu beziehen durch die Eidg. Turn- und  
Sportschule, 2532 Magglingen

Schriftleitung:  
Marcel Meier, Eidg. Turn- und Sportschule,  
2532 Magglingen, Telefon (032) 2 78 71

Mitglieder der Redaktionskommission:  
Hans Altorfer, Arnold Gautschi,  
Karl Ringli, Gerhard Witschi

Wissenschaftlicher Mitarbeiter:  
Prof. Dr. med. Gottfried Schönholzer

Zuschriften sind zu richten an die  
Eidg. Turn- und Sportschule, 2532 Magglingen

Administration und Inkasso:  
Eidg. Drucksachen- und Materialzentrale,  
3000 Bern

Druck:  
Buchdruckerei W. Gassmann, 2501 Biel

Anzeigenverwaltung:  
Annoncen-Agentur Biel AG,  
Freiestrasse 11, 2501 Biel, Tel. 032 / 3 90 98