

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 28 (1971)

Heft: 1

Rubrik: So springt Wolfgang Nordwig

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

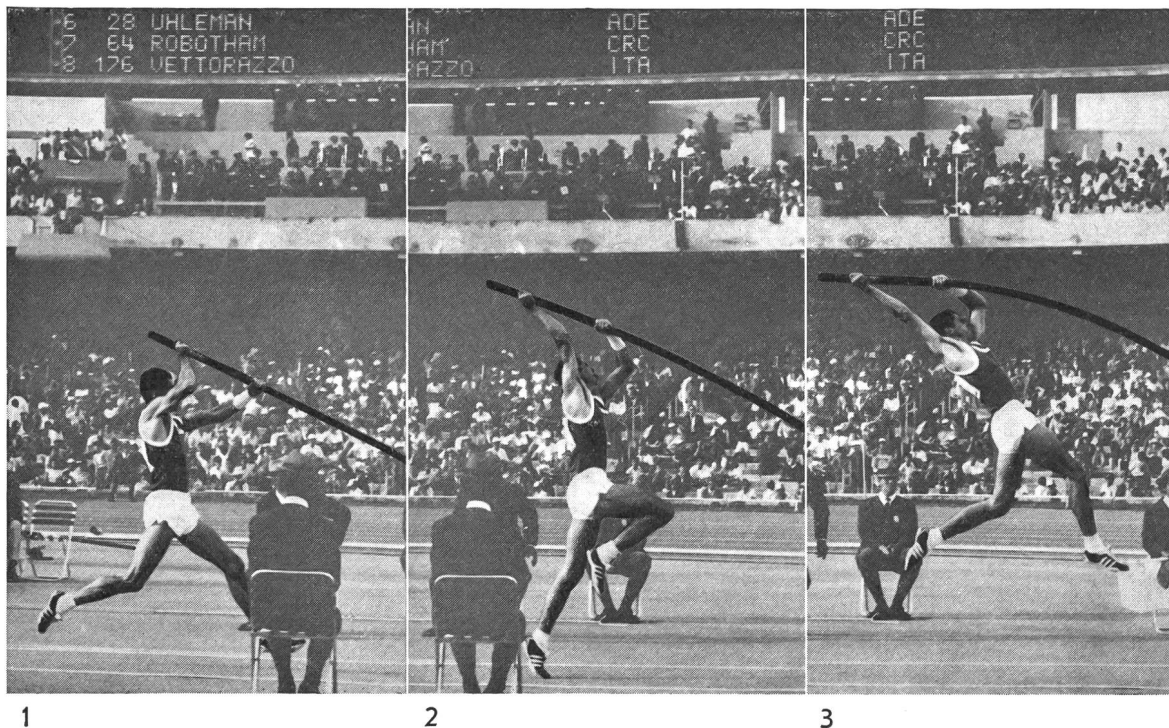
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 29.01.2026

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

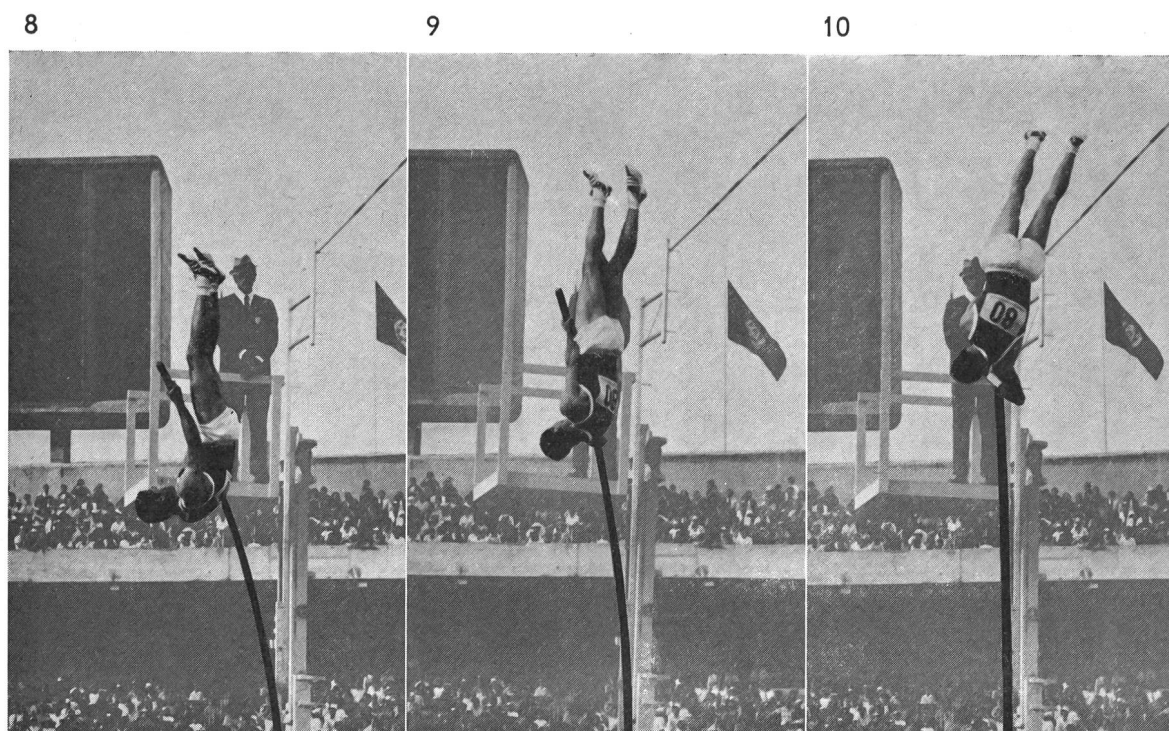


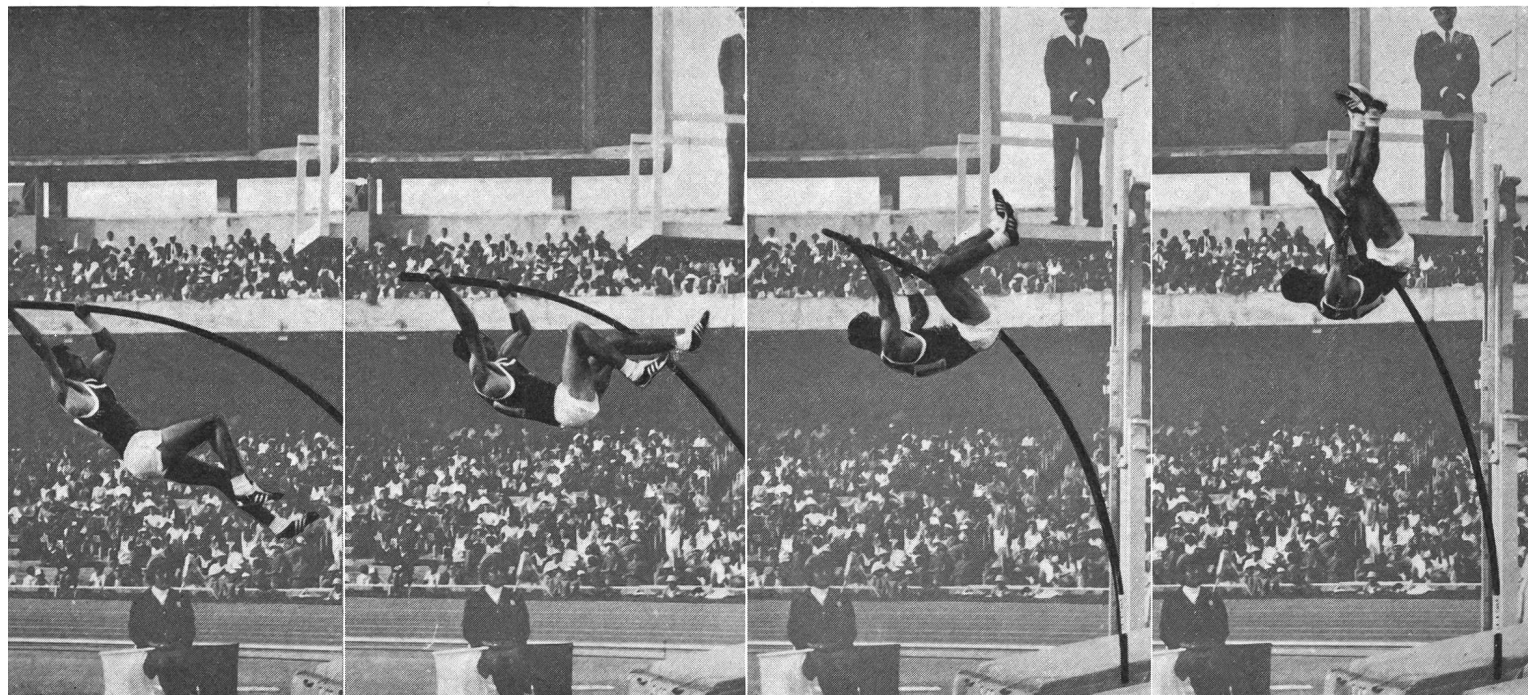
So springt Wolfgang Nordwig

Der am 27. August 1943 in Jena geborene Ostdeutsche ist ein hervorragender Techniker. Kein Wunder, dass ihm grosse und grösste Erfolge in den letzten Jahren zufließen. Seinen Europarekord hat er erst kürzlich an den Griechen Papanikolaou verloren. Er sprintet die 100 m in ca. 11 Sekunden, hat eine Grösse von 1,84 m und bringt 72 kg auf die Waage.

Beachte besonders:

— Der vordere linke Arm wird nach dem Absprung «starr» gemacht, damit der Körper hinter dem





5

6

7

Stab bleibt und nicht zu früh vorschwingt (Bild 3).

- Rechte obere Hand wird Drehachse im «langen Pendel» (Bilder 3 und 4).
- Nordwig lässt das Schwungbeinknie wieder leicht fallen, sobald er abgesprungen ist und pendelt mit beiden Beinen (Bild 3). Das machen nicht alle Springer der Weltklasse. Einige lassen es gebeugt.
- Im «kurzen Pendel» wird die Schulterachse zum Drehpunkt, wobei der obere (rechte) Arm immer lang bleibt (Bilder 5 bis 8).

— Das Becken wird bis zur Griffhöhe gehoben («Decke suchen», Bild 9) und zwar möglichst nahe der oberen Hand.

- In der Drehung stützt der Springer um — rechte Schulter nahe am Stab — und überquert die Latte nach flüchtigem Handstand in der «Flugtechnik», d. h. er knickt in der Hüfte nicht ab (Bilder 10 bis 14).

Bildreihe: Elfriede Nett

Text: Arnold Gautschi

12

13

14

